ЧАЈ

ЛЕКОВИТА СВОЈСТВА

 КАМИЛИЦА

Има аналгетско, анти-инфламаторно, антимикробно и антиспазматичко дејство. Чај од камилице делује смирујуће и често се користи као лек против несанице. Ублажава болове у желудцу, као и симптоме лоше пробаве: грчеве, надутост, дијареју, констипацију, гастритис. Стишава болове бубрега, јетре, жучи. Ублажава менструалне тегобе.

НАНА

Нана представља спазмолитик, карминатив, дијафоретик, локални антисептик и виростатик. Повољно делује на функцију јетре и жучне кесе И ублажава болове. Користи се и као седатив. Има смирујуће дејство И помаже у случају мигрене.Ублажава симптоме херпеса док је вирус још активан. Смирује надрежени желудац И олакшава менструалне проблеме. Може да помогне И код упале слузокоже у устима, а користи се И за побољшање апетита.

ШИПАК

 У 100 грама сушеног шипка има око 1700 мг витамина Ц, а такође садржи витамине А, Д, Е, као И воћне киселине, танине, пектин и каротеноиде. Ублажава и спречава инфекцију бешике, главобољу и вртоглавицу. Отклања умор, малаксалост и склоност обољењима. Воћне киселине из шипка повољно делују на излучивање мокраће, па спречавају стварање каменца у мокраћним каналима и бубрегу. Шипак се користи у слушају гастритиса, дијареје, авитаминозе И дехидратације.

ЖАЛФИЈА

Регулише знојење (прекомерно смањује, недовољно повећава). Делује као антисептик, па се примењује код упала крајника, десних, мокраћних канала , код желучаних тегоба, јетре, жучи. Неутралише вирус грипа и појачава функцију леукоцита.

ЛИПА

Делује смирујуће у случају грчева, помаже код обољења бубрега, органа за дисање, нервних слабости, душевне преморености И стимулише рад срца. Треба је повремено користити јер код перманентне употребе може изазвати оштећење срца

МАЈЧИНА ДУШИЦА

Употребљава се у лечењу бронхитиса, кашља, а има и јаку моћ дезинфекције. Служи и као средство за побољшање рада желуца, а у смеси с копривом и у лечењу малокрвности.Садржи лековито етарско уље које има доста танина па се користи против дијареје. Употребљава се и против цревних паразита - дечијих глиста. Лековити састојци налазе се једино у листу и цвету мајцине дусице. Чај се припрема у затвореном суду јер мајчина душица садржи лако испарљиве састојке и кувањем у отвореној посуди они лако испаре, па тако припремљен чај нема лековитих својстава.

ХАЈДУЧКА ТРАВА

Користи се у облику чаја за побољшање апетита, као И за лечење свих стомачних поремећаја, обољења јетре и зучи.Хајдучка трава улази у састав горких чајева, чајева за чишћење, појачано лучење жучи, чаја за нормализацију метаболизма и чаја за умирење. Због присуства витамина Ц даје се код крварења и хемороида. При употреби хајдучке траве треба знати да код осетљивих особа може да изазове алергију. У народној медицини се користи за зарашћивање рана као хемостиптик и ублажавање бола, те отуда потиче и назив биљке.Убрзава крвоток, помаже код неких поремећаја рада срца, јача органе за пробаву.

БОСИЉАК

Чај од босиљка ублажава главобољу, смирује и пије се против несанице. Садржи етерична уља, цинеол метил-калвикол, тинол линеол, камфор, као и низ других још недовољно истражених материја. Примењује се код лечења упала (желуца, црева), код кашља, почетних стања туберколозе, код болести мокраћних органа (бубрега, бешике).

УВА

 Ублажава тегобе код упала мокраћних путева,олакшава излучивање мокраће и помаже избацивање муља,песка и каменчића.

БЕЛИ СЛЕЗ

У корену белог слеза има слузи, пектина, скроба, сахарозе, аспарагина, бетаина, масног уља и др. Због велике количине изврсне слузи користи се против упала органа за дисање и ждрела, интерно или за испирање гуше и носа у облику мацерата. Као врло благо слузно средство даје се и против дијареје, за испирање полних органа, за облоге на упаљена места итд. Исецкан корен држи се око два сата у хладној води (никако у кључалој) и за то време чешће промеша. На тај начин се екстрахује само слуз. Кување корена (декокт) није добро, јер се тиме извлачи и скроб, течност је гушћа, али је мутнија и брзо се поквари, ускисне.Слуз из белог слеза повољно делују код кашља, бронхитиса, упале плућа, бронхалне астме, као и код обољења пробавних и мокраћних органа, упале материце, упале дебелог црева и др.

МАТИЧЊАК

Лист матичњака се бере и користи пре цветања јер тада у њему има највише миришљавог етарског уља и танина. Користи се против надимања, неуралгије, "нервних сметњи", гађења, повраћања, пролива, али служи И за побољшање апетита и за јачање организма. Матичњак умирује и побољшава опште психичко стање организма. Због тога се препоручује код хистерије, хипохондрије и других стања. Такође је користан за смиривање бола у желудцу, живчаних напада, лечења главобоље и осећаја вртоглавице код трудница. Благотворно делује на срце.

КАНТАРИОН

Поседује бројене лековите И делотворне супстанце : етерско уље, угљенохидрате, беланчевине, пектинску и миристинску киселина, витамин Ц, танин И др.Фенолски спојеви у кантариону имају вишеструко дејство, а најважнија су антибактеријско и антипаразитно . Кантарион смирују упалне процесе, отеклине код повреда (ударци, уганућа, ишчашења…), хематоме, ублажава болове и грчевите спазме унутрашњих органа, чисти ране и крв, стеже ране, штити организам од штетне радиоактивности, а уколико је организам већ озрачен тада радиоактивност уклањаја.Користан је код лечења запаљења дисајног, пробавног, мокраћног и репродукцијског система, главобоља, несанице и функционалних срчаних сметњи.

РТАЊСКИ ЧАЈ

Садржи доста етарског уља и танина. Има јако антисептично дејство те се користи за лечење органа за дисање, варење и мокрење. Такође помаже побољшању општег стања организма .Веома је ефикасан у лечењу диабетеса, зато што гаси жеђ и ублажава болове у гастро-интестиналном систему. Делује И као афродизијак.

ХИБИСКУС

Бројна истраживања доказала су да чај од хибискуса снижава крвни притисак И високе нивое холестерола. Због тога смањује И ризик од појаве срчаних обољења. Природан је благи диуретик. Поседује бројне антиоксиданте који штите крвне судове И срчани мишић од штетног дејства слободних радикала.

ЦРНИ ЧАЈ

Поседује низак ниво кофеина, који повећава концентрацију. Садржи И флуор који штити зубе. Има анти-инфламаторно дејство и смирује дигестивни тракт. Користи се И као лек за дијареју. Побољшава циркулацију крви И регулише ниво холестерола