

## Púpava lekárska

rastie na lúkach, listy rastú v dvojici a sú výrazne ryľozované,  
niekedy ešte rastie na samostatnom dutom stvole.

Zber: listy pred kvitnutím, kvety a kveten na jar

Lečebné liečiteľstvo: podporuje metabolizmus a detoxikáciu, z  
čerstvých listov sa robí šalát a z kvetov  
sirup



## Píhlava dvojdomá

vysohá rastlina, listy pichlavito okrajové, jemne ochlpené,  
píhlivé, veľmi rozšírená

Zber: listy a kôstič, zbierať len na čistých miestach

Ludové liečiteľstvo: podporuje tvorbu krvinky, obsahuje vitamín  
C, podporuje trávenie, starostlivosť o  
slach, zmiernuje bolesť kĺbov

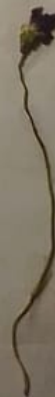


## Fialka trojfarebná/vonavá

Kvety sú fialové alebo aj trojfarebné, ľudovo nazývaná ružička, má rúbkované listy. Dorastá do výšky 20 cm.

Zber: kvety, vrch a listy

Ľudové liečiteľstvo: rozpušťa hlenu a pomáha zvlhčovaniu, obkladý na opuchnuté miesta, vyženie hmyzu - včel ráno a večer, vyženie slakov pri lupinách.



## Lastovičnik väčší

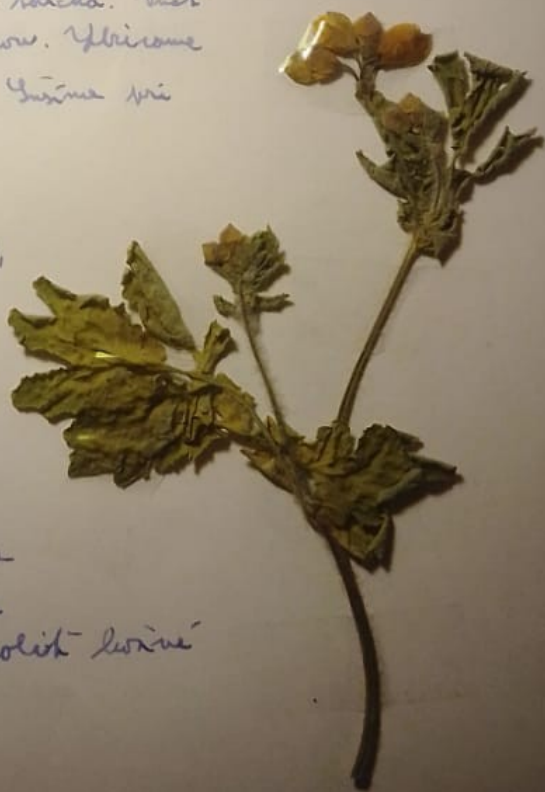
Dvoaka lytina 30 až 200 cm vysoká. Stonky sú sprámené, rozkončené prastenými stopkami listami a nepriamo prastito stonkou čepelou. Listy sú vajcovité, zubované na dlhú stranu. Svety sú illo prastajú na konci stopiek. Kvitne od apríla do septembra. Celá rastlina má pravenú voni ocunového mlieka.

**Výskyt:** Celá Európa ale aj Severná a Južná Amerika.  
Pieniste, vlhké miesta a lúkach, mývalkách i v náhade.

**Zber:** kvitajúce kvety na zelených stonkách. Kvety  
desávajú asi 10 cm nad zemou. Zberovanie  
od konca apríla do júna. Suchna pri  
teplota 35°C.

**Ludové liečiteľstvo:** protivni ľuče,  
pudovky aj červa, rastajúce  
ciry pechličky rolcovú  
činnosť, mlieko hčá  
hoine pravenia

**UPOZORNENIE:** Lastovičnik je  
zdrový a jeho užívania sú  
kontraindikované a odporúčajú sa  
přihoditi rolcovú alebo prastito  
ochorenia.



## Skorocel kopijovitá

podlhovasté, více listy v růžici, fialově bílé květy  
vzrůstají z houčků stonky

Zber: listy před květenstvím

Léčivé účinky: Almi deřidění a suchý kašel, působí  
protizánětlivě na hrtan a ničí bakterie,  
stava z čerstvých listů - bojí rak, obklad na opuchliny, čerstvé listy - první pomoc  
při nachlazení slabého levošánců.



## Plúcnik lekársky

Tráva bylinná s rozkonáreným podzemkom, dorastá do výšky 15 až 30 cm. Celá rastlina je chlpatá; má fialové mielky a ružové kvety.

**Zber:** Zberame celú rastlinu vrátane koreňa (alebo aj od spáta). Zberame aj puzierové listy, najmä tie, ktoré sú v období 40°C.

**Ludové liečiteľstvo:** choroby dýchacej sústavy, najmä zápal pľúc, lieči pľúcne choroby.

**UPOZORNENIE:** Tráva obsahuje alkaloidy, preto by sa nemala užívať dlhodobo.



## Jahoda obyčajná

Stovka 10 až 25 cm vysoká bylina. Má trojpočetné listy a planinú výhonky - vegetatívne rozmnožovanie. Kanna je trielka, stonka z 5 lupienkov, veľké listy v strede je vypuklé a silné. Kvitne od apríla do septembra.

Plody sú jahody.

**Výskyt:** Európa, Stredná Ázia a Čína, Severná Amerika.

Najmä na ústiech v lesoch alebo na ich okrajoch.

**Zber:** Plody zbierame ako chutné ovocie. Listy sušíme v tieni do 50°C.

**Ludové liečiteľstvo:** podporý prokriedole na: vysoký krvný tlak, sklerózu, obličkové kamene, pečeň, reumatizmus...

Listy sú podporý prokriedole na: poruchy trávenia, zlepšenie latickej prietoky, proti obličkovému kameňu a kanceróm.



## Zbehovec plazivý

Užívá se k léčbě na dýchacích cestách, ale q  
v záhradě. má fialovomodré a fialové fialky  
uvělov.

Zbav: Užívá se k léčbě vnitřní, zejména v moči.

Léčivé účinky: pomáhá při srdečních onemocněních,  
pomáhá při astmě





## Prvosienka

parť kvietok, veľa veľkých kvetov, listy sú jedlé

Zber: na jar kvety, na jeseň koreň

Ľo dobré liečiteľstvo: proti pľuškosti, utáčuži vykašľovanie  
bliznov, smieruži hošdnie a kvetli



## Hľuchavka biela

je 20 až 50 cm vysoká bylina so štvorbokou stonkou. Listy sú stopkaté, oválne a rozkroviné. Má biele pykáté kvety. Kvitne od mája do septembra. Plod je hladká čierna vrelka.

**Výskyt:** Nieme podnebné pásmo - Euasia. Najdeme ju najp. na rumaniských sládkoch, okraje lesov, popri cestách...

**Zber:** kvety sa musia sušiť s vlnitými na slnku. Kvalitná droga je sušená, s jemnou medovou vôňou. Špeciálne má sladkastú chuť horkej sliny.

**Ludové liečiteľstvo:** gynekologická táleška, pospeva slexine, uvoľňovanie hlienov, lieči zápal, nepravosť

