Pripravki:

Tinktura: V 1l domačega žganja (50%) namočimo 200 do 300 g suhe rastline. Po 20 dneh precedimo.

Čaj kot hladni namok: rastlino namakamo 8 do 12 ur. Pri prevretku pa naj vre 3 min. Količina artemisinina je povsod enaka, različne so druge učinkovine.

Macerat: Izluževanje naj poteka v zaprtih kozarcih 20 do 30 dni. Uporabljamo ga za masažo.

Eterično olje: uporabljamo predvsem za inhaliranje. V 6o°C segreto vodo damo kapljico in inhaliramo 2 x na dan po 5 min. Lahko ga uporabimo tudi za izdelavo masažnega olja. V nosilnem olju naj bo med 1% in 4,5% eteričnega olja. Uporabljamo ga lahko za lajšanje bolečin. Zaradi kafre, ki je v njem, deluje kot lokalni anestetik.

Hidrolat: lahko uporabljamo oralno za dvig imunskega sistema. Priporočljivo ga je razredčiti. Nerazredčenega uporabimo kot vodico po britju, tonik za čiščenje kože, za čiščenje ran, pri herpesu, glivicah in kot repelent.

PRISTOPNA IZJAVA:

PODPISANI/NA:.....
ROJEN/NA:.....
POKLIC:.....
STANUJOČ:.....
TELEFON:.....
E-MAIL:.....

izjavljam, da bom spoštoval/la društveni kodeks ter vse pravice in dolžnosti, ki izhajajo iz članstva. Po svojih zmožnostih se bom udeleževal/la društvenih aktivnosti. Želim postati član DZRZ

Datum:

Podpis:

Društvo za zdravilne rastline Zasavje
Kidričeva 11a, Zagorje ob Savi, tel 040 625 513
E-mail: drustvo.dzrz@siol.com, wwwzdravjeizrastlin.si
Davčna št.: 54251095
Trr pri Delavski hranilnici Zagorje ob Savi SI56-6100-0000-5586-674

DRUŠTVO ZA ZDRAVILNE RASTLINE ZASAVJE

Sladki pelin (Artemisia annua)

Družina: Nebinovke, red : Košarice

Kratka zamimivost:
Sladki pelin izhaja iz Azije. Kitajci so ga v tradicionalnem zdravilstvu uporabljali že pred več kot 2000 leti. Najstarejši najden zapis govori o zdravljenju hemoroidov in malarije. V starem Egiptu pa so ga uporabljali proti parazitom in za zdravljenje kožnih bolezni. Na Balkan so ga prinesli Turki, ki so ga s seboj na pohode jemali zaradi čudovitega vonja, ki odganja mrčes. Zdravili pa so tudi različna vročična stanja in glivične bolezni. Do sedaj so ga največ proučevali v povezavi z malarijo. Leta 2005 je Kitajka Joujou Tu dobila Nobelovo nagrado za medicino za proučevanje artemisinina, ki učinkovito zdravi malarijo.

Rastišče:
Sladki pelin je grmiček, ki v višino zraste tudi do 2 m. Je zelo razvejana rastlina. Svetlo rumeni cvetovi so podobni navadnemu pelinu, njegov vonj pa je precej bolj intenziven in sladek. Čeprav je vonj sladek, je okus grenak. Najraje ima peščena tla (pH 5,5 do 7,5) in sončno lego. Pri nas raste samoniklo le na redkih rastiščih pri morju,drugod je potrebno vzgojiti sadike iz semen, ki so zelo drobna. Najlaže je, da pustimo, da rastlina dozori in se vseje sama.

Listi mladih rastlin spominjajo na peteršilj

Kaj in kdaj nabiramo:
Nabiramo nadzemni del rastlin – liste skupaj s tanjšimi, neolesenelimi stebli in cvet; v suhem in sončnem vremenu, ko je rastlina v polnem cvetu, običajno šele v drugi polovici septembra. Ne smemo biti preveč nestrpni. Sladki pelin je rastlina kratkega dneva in cveti, ko so druge rastline že davno odcvetele.

DRUŠTVO ZA ZDRAVILNE RASTLINE ZASAVJE

Sladki pelin
(Artemisia annua)

Učinkovanje:
V sladkem pelinu je vsaj 20 učinkovin, ki delujejo pri različnih zdravstvenih težavah. Najpomembnejša učinkovina je artemisinin. V novejšem času je bilo narejeno veliko raziskav v povezavi z rakavimi obolenji, ki dokazujejo, da artemisinin ob prisotnosti železa lahko učinkovito premaga bolezen. Čaj iz sladkega pelina in drugi pripravki so lahko učinkovita podpora pri klasičnem zdravljenju raka. Poleg tega se sladki pelin porablja še za zniževanje telesne temperature. Deluje protivnetno, povečuje imunsko odpornost, učinkovit je pri gripi in prehladih. Uničuje širok spekter parazitov, uporablja se za zdravljenje malarije. Učinkovito pomaga tudi pri herpesu in glivicah. Blaži menstrualne težave in pomaga pri trebušnih krčih. Vrečka posušene rastline odganja mrčes.Uporaben je v vseh oblikah: čaju, tinkturi, hidrolatu, eteričnem olju, mazilu. Intenzivno zdravljenje s sladkim pelinom naj bi trajalo 10 tednov.

Previdnost: Kontraindikacij sicer ni, vendar se pri dolgotrajnem jemanju priporoča krajše prekinitve. Osebam, alergičnim na cvetni prah se močno odsvetuje pobiranje in rezanje sladkega pelina, ker vsebuje veliko cvetnega prah.

V večjem obsegu prideluje in predeluje sladki pelin Edgar Pršo iz Zagorja ob Savi, ki je bil tudi gost v oddaji Dobro jutro na RTV1, kjer je odgovarjal na vprašanja gledalcev!

.....

Besedilo: Cvetka Popotnik Pršo
Fotografije:arhiv članov, https:/sl.Wikipedia.org
Oblikovanje: AP

Vir:
https://Wikipedia.org
httpen://Wikipedia.org
Edgar Pršo po raznih akademskih člankih