

HERBES MEDICINALS i per RATAFIA

Abans de fer servir cap d'aquestes plantes medicinals mirar com es preparen al document "FITOTERAPIA_elaboracio"

<u>Nom</u>	<u>Non científic</u>	<u>Propietats</u>	<u>Part aprofitable</u>
Alfàbrega	ocium basilicum	digestiva, còlics	flor - fulla
Aloe Vera		per cremades, problemes de la pell, morenes (hemorroides) Nota: Ha de ser una planta de 2-3 anys com a mínim	Un tros de la fulla tallada, s'aixeca la pell verda i es frega amb la gelatina de dins
Angèlica			
Anís estrellat	illicium verum	aromàtica, per fer ratafia	fruit
Aranyó			
Arç blanc		per la hipertensió	
Agrimúnia		pel mal de coll	
Berbenà	verbena chamaedryfoliaa juss	antisèptica renal, antiinflamatòria, hepatoprotectora	flor - fulla
Bedoll		antidepressiu, per superar les pors, lleugerament diuretic, lleugerament desinfectant	fulla
Blet de paret	parietaria officinalis	anticefalàlgia, refrescant	flor - fulla
Butònica (roure petit)		se'n posa a la ratafia, es amargant	flor
Cafè			els grans torrats
Calèndula		pels cops,	
Camamilla	matricaria recutita	digestiva, antiemètica, antivomitiva	flor
Camamilla de muntanya	santolina chamaecyparissus	laxant, depurativa, purgant, tranquilitzant	
Canyella	cinnamomum camphora	antiespasmòdic, antibacterià, antiinflamatori	escorça
Cap d'ase (Tomani)	centaurea aspera	hipoglucemiant	flor
Cardamom			
Cardomariano	silybum marianum	per regenerar el fetge	llavor - la carxofa
Centaure			
Clau d'olor (Clavell d'espècie)	syzyguymaromaticum	aromàtica	botons florals o poncelles assecades
Comí	cuminum cyminum	estomacal, adípsica	llavor
Consolda castellà:sueldahuesos	symphytum officinale	per osteoporosis, ajuda a regenerar els ossos trencats	fulla - arrels Atenció: NO mastegar

Coriandre	coriandrum sativum	digestiu, antiflatulent, depuratiu	fruit
Cua de cavall (Herba dels fusters)	equisetum arvense	diürètica, atura les hemorràgies, hemorràgies nasals (cotó sucat en el suc de la planta tendre picada), per èczemes de pell, ferides, úlceres bucals, conjuntivitis, cistitis, morenes (hemorroides), per les rampes	tija
Donzell	artemisa absinthium	contra els oxiürs, antihelmintica	flor - fulla
Esbarzer (Bardissa) castellà: zarzamora		per l'anèmia, colesterol, antibacteriana, antiinflamatòria, astringent, preventiva del càncer	fulla
Escabiosa	scabiosa atropurpurea	anticatarral, depurativa, xarampiò, forúnculs	flor - fulla
Espernallac			
Espígol	lavandula latifolia	anticefàlica, calmant, pels cops	flor
Estragó	artemisa dracunculus	digestiu, carminatiu	part aèria
Eucaliptus	eucaliptus globalus	anticatarral, descongestiva pulmonar	fruit - fulla
Eufràsia	euphrasia roskoviana	especialment recomanada per banys dels ulls	
Farigola	thymus vulgaris	hipertensiva, sedant, anticatarral, digestiva, per banys dels ulls	flor - fulla
Farigola llimonera		hipertensiva, sedant, anticatarral, digestiva, per banys dels ulls	flor - fulla
Farigola rampant		hipertensiva, sedant, anticatarral, digestiva, per banys dels ulls	flor - fulla
Fonoll	foeniculum vulgare	estomacal, antiflatulent, diürètica, dolors gastrointestinals, dolors menstruals, per estovar la pell dels llegums	fruit - fulla
Frèxer		laxant, tonificant, calmant, afavoreix l'eliminació de l'orina mal alè de boca, dermatitis, psoriasis, èczemes, ferides, morenes (hemorroides)	fulla - l'escorça de les branques joves
Ginebró	junierus communis	anticatarral, antiasmàtica	fruit
Ginesta	spartium junceum	digestiva, cardíaca Atenció: es una planta tòxica	flor
Gingebre	zingiber officinalis	antioxidant, refredats	arrel

Herba blenera (Cua de guilla) (Candelera) castellà: gordolobo	verbascum thapsus	Les fulles picades s'utilitzen per aplicacions externes (no son comestibles): picades insectes, panellons, cremades, morenes (hemorroïdes), es poden fer servir de paper WC , o com a plantilla sabates per mantenir els peus calents. Les fulles en infusió (no per beure): pel mal de queixal, flemons buccals, en un oli pels acufons	llavor - fulles Atenció: l'arrel es tòxica
Herba fetguera	vincetoxicum nigrum	antiepirètica	fulla - tija
Herba pedrera	lithospermum officinale	antilisiàtica renal	fruit
Herba renària	herniaria glabra	antidiarreica, diürètica, depurativa sangínia	flor
Herba de Sant Antoni			
Herba de Sant Joan (Hipèric - Pericó- (Herba dels cops)	hipericum perforatum	antisèptica, antiinflamatòria, analgèsica En infusió contra la depressió	flor
Herba de Santa Maria		digestiva	
Herba de Santa Margarida			
Herba del traïdor	prunella vulgaris	antiespasmòdica intestinal	flor - fulla
Hisop	hyssopus officinalis	anticatarral, descongestiva pulmonar, tos	flor
Llentiscle	pistacia lentiscus	antigripal	flor - fulla
Lligabosc (Xuclamel)	lonicera periclymenum	antisèptica intestinal a la ratafia li dona color i textura	flor
Llimoner	citrus limon	antiobesitat, antisèptica, bucofàrica	fruit - fulla
Llorer	laurus nobilis	tranquil·litzant, digestiva, pels cops	fulla
Magnòlia	magnolia grandiflora	antiansietat, antiangiogèniques	pètals
Magraner		dóna color a la ratafia	flor
Malva Malva-rosa	malva sylvestris	anticatarral, tos, laxant, anticefàlica, picades insectes	flor
Malví	althaea officinalis	anticatarral, tos, antireumàtica	arrel
Marduix	origanum majorana	digestiva, contra l'insomni	flor - fulla
Marialluïsa	lippia tryphylla	digestiva, analgèsica menstrual, refrescant	fulla
Matafaluga	pimpinella anisum	antiflatulenta, aromàtica	fruit
Menta	mentha spicata	digestiva, hepatoprotectora	fulla
Menta americana (menta de les sopes)	mentha	digestiva, hepatoprotectora	fulla

Menta de riu	mentha aquatica	digestiva, hepatoprotectora	fulla
Menta piperita	mentha piperita	hepatoprotectora, antifatulent, tos, tònica nerviosa	fulla
Milfulles	achilea millefolium	anticatarral, digestiva, antihipertensiva	flor
Murta	myrtus communis	bronquitis, refredats, prostatitis	flor - fulla
Nepta	nepeta cataria	tranquil·litzant, digestiva, còlics	flor
Nou verda	juglans regia	hepatoprotectora	fruit
Nou moscada	myristica fragans	antifatulent, hipocondria, dolors menstruals	llavor
Olivera	olea europaea	antihipertensiva	fruit - fulles
Orella d'òs	ramonda myconi	anticatarral, antigripal	flor - fulla
Orenga	origanum vulgare	digestiva, antiasmàtica, anticatarral, depurativa	flor - fulla
La clara dels OUS	preparat tal i com està	va bé per les cremades	
La closca dels OUS	Netejar i rentar a fons l'ou, un cop net el trenquem i piquem la closca amb la mà de morter fins a fe un polsim. Cobrim el polsim amb suc de llimona i ho deixem macerar tota la nit. L'endemà ens mengem el	va bé per l'osteoporòsis	
Pi			- Els brots tendres de les branques creixents - Les pinyes petites quan encara son verdes
Perpetua (siempreviva) (ehelichrysum italicum) Herba del curri Es la dels cementiris			flor
Plantatge fulla ampla	plantago major	antiuricèmica, refrescant, diürètica, hepatoprotectora, picades insectes bactericida, antiinflamatòria, per les cremades, per infeccions de les genives, hemostàtica (afavoreix la coagulació de les ferides, desinfectant de ferides de tall amb eines rovellades, per obrir abscessos, per l'otitis, per la sinusitis, la grip, constipats, mocs (expectorant), sinusitis, per regular el sucre de la sang, morenes (hemorroïdes), pels ulls i les llaganyes,	fulla

Plantatge fulla estreta	plantago lanceolata	antiuricèmica, refrescant, diürètica, hepatoprotectora, picades insectes bactericida, antiinflamatòria, per les cremades, per infeccions de les genives, hemostàtica (afavoreix la coagulació de les ferides, desinfectant de ferides de tall amb eines rovellades, per obrir abscessos, per l'otitis, per la sinusitis, la grip, constipats, mocs (expectorant), sinusitis, per regular el sucre de la sang, morenes (hemorroides), pels ulls i les lleganyes,	fulla
Poniol (Herba de Sant Ponç) (Poleomenta)	mentha pulegium	anticatarral, antidiarreica, digestiva, hepatoprotectora	flor - fulla
Regalèsia	glyzirriza glabra	antiàcid, refredats, antidepressiu, antiinflamatoria, digestiu	arrel
Rementerola	satureja calamintha	antidiarrèica	flor - fulla
Romani	rosmarinus officinalis	anticatarral, digestiva, antimigranyosa	flor - fulla
Roser	rosa	antisèptica dermatològica, cicatritzant	flor
Roser silvestre (herbatapaculs) castellà: escaramujo		per les diarrees (amb infusió), pels refredats	
Roure		astrigent (cicatritzant), antisèptic, antiinflamatori, hemostàtic (atura hemorràgies), fissures a l'anus, morenes (hemorroides), èczemes de pell, suor dels peus, per gàrgares en infeccions bcals	l'escorça de les branques joves
Ruda	ruta chalepensis	digestiva, anticonceptiva Atenció: es abortiva	fulla
Sajolida	satureja montana	estomacal	flor - fulla
Salsa pastor	thymus serpyllum	anticatarral, digestiva, estomacal	flor - fulla
Sàlvia	salvia officinalis	sedant, digestiva, descongestiva, depurativa, diürètica, antibiòtica, cicatritzant ferides, picades insectes, elimina sarro dental, blanqueja esmalt dents Atenció: es hipertensiva	flor - fulla
Sàuc (flor del)	sambucus nigra	analgèsica, antiinflamatòria, antisèptica, depurativa, per banys dels ulls	flor
Sectolina			

Taronger	<i>citrus sinensis</i>	tranquil·litzant, estomacal, carminatiu	fruit - fulla
Tarongina	<i>melissa officinalis</i>	digestiva, sedant	fulla
Til·ler de fulla petita	<i>tilia platyphyllos</i>	la flor: sedant Escorça (infusió): astringent ((cicatritzant), per netejar ferides i nyafres, cremades petites	flor - l'escorça de les branques joves
Tomanyí	<i>lavandadula stoechas</i>	anticatarral, digestiva, tos	flor
Trebol pudent (Trebol hediondo)	<i>bituminarium bituminaria</i>	talla l'hemorràgia d'una ferida	fulla
Valeriana		pels cops,	