Léčivá síla měsíčku



Pěstování a sbírání měsíčku

Měsíček lékařský je **nenáročný na pěstování** – stačí mu dostatek slunce. **Sbíráme v čerstvě rozvinutém stádiu buď celé jeho květy, nebo jen okvětní jazýčkovité lístky**, které mají nejvyšší obsah účinných látek.

Sušíme při teplotách do 40 °C, ale hlavně téměř ve tmě nebo alespoň v šeru. Světlo, hlavně pak UV záření, bylině nesvědčí a ničí její léčivé účinky.

Po usušení skladujeme v suchu a temnu. Měsíček je hodně hydroskopický (má tendenci natahovat do sebe vlhkost), a tak není na škodu několikrát za zimu ho lehce přesušit. Vyhnete se případnému zaplísnění a tím pádem znehodnocení vaší práce.

Proč je měsíček léčivý?

Měsíček lékařský je považován za **významné přírodní antibiotikum**. Vnitřně se nejčastěji používá **ve formě měsíčkového čaje**, který připravíme zalitím sušených květů. Jeho pravidelné pití je **účinné proti některým bakteriím, virům a kvasinkám škodícím v zažívacím ústrojí**. Pomáhá **hojit onemocnění trávicího traktu** (jako jsou záněty a vředy) a **stimuluje vylučování žluči a činnost jater.** Protože také **podporuje pocení**, je vhodný i při nachlazení. Je to významný antioxidant, **zbavuje tělo volných radikálů a tím chrání buňky našeho těla před poškozením**.

Při vnějším použití měsíčku je **ceněný pro své dezinfekční, antibiotické a antiseptické účinky**. Měsíčková mast **léčí například plísňová onemocnění kůže**. Nálev aplikovaný jako koupel úspěšně **potlačuje i nepříjemné kvasinkové onemocnění** reprodukčních orgánů. Masti a krémy s výtažkem měsíčku jsou obecně velice hojivé. Používají se **na kožní záněty, menší poranění kůže, špatně se hojící jizvy, popáleniny, omrzliny, plísně, opruzeniny, bércové vředy, křečové žíly, lišej, některé typy ekzémů a při léčbě akné**.

Měsíček je všeobecně **velmi dobře snášen a běžně se u něj nevyskytují žádné vedlejší účinky či alergické reakce**.

Náš tip č. 1: Domácí měsíčková mast

Vezmeme 4 hrstě čerstvých květů, stonků a listů a nasekáme je nadrobno. Rozehřejeme 500 g čistého vepřového sádla a měsíček do něj vsypeme. Necháme vzkypět, zamícháme a odstavíme. Necháme jeden den odstát, pak slabě ohřejeme a přefiltrujeme přes plátno do připravených kelímků. Mast uchováváme v lednici.

Kdy a co potírat měsíčkovou mastí?

Mast používáme **na pooperační jizvy, křečové žíly, zánět žil, bércové vředy, omrzliny, spáleniny, vředy, akné, plíseň nohou, proleženiny, podlitiny, popraskanou kůže, řezné rány, hemoroidy nebo sluneční spáleniny**.

Náš tip č. 2: Měsíčkový čaj

Do 1/4 litru vody dámě jednu vrchovatou lžičku sušené měsíčkové směsi (květ, list, stonek), přivedeme k varu a necháme 5 minut vyluhovat. Preventivně užíváme 1 až 2 šálky čaje denně, při léčbě 3 až 4 šálky denně.

Kdy pít měsíčkový čaj?

Tento čaj pijeme **při čištění krve, infekční žloutence, onemocnění jater, škrkavkách, průjmech, zánětu tlustého střeva, zlepšení trávení, opožděné či bolestivé menstruaci**

Náš tip č. 3: Měsíčková tinktura

Plnou hrst sušených květů měsíčku vhodíme do 1 litru pálenky (vodky), necháme vylouhovat 14 dnů na slunci nebo při teplotě 20 °C.

Kdy užívat měsíčkovou tinkturu?

Tinkturu používáme **pro zesílení účinků čaje** (pijeme vnitřně), **jako obklad při ranách, pohmožděninách, výronu krve, přetažení svalů, hnisavých vředech a otocích** (aplikujeme zpravidla zevně). Kloktání tinktury **léčí zánětlivá onemocnění dásní a krku** v případě nachlazení.