

Gko
Čko
159456

KNEIPPŮV HERBÁŘ

S 90 BAREVNÝMI OBRÁZKY.

SESTAVIL
J. JEŽEK.

II. VYD.

NAKLADATELSTVÍ VANĚK A VOTAVA NA SMÍCHOVĚ.

OSVĚTOVÁ KNIHOVNA

SBÍRKA POPULÁRNĚ VĚDECKÝCH PŘÍRUČEK
PRO ŠKOLU I DŮM.

ČÍSLO V.

NAKLADATELSTVÍ VANĚK A VOTAVA NA SMÍCHOVĚ.

JOHN RUSKIN: „ . . . Rád bych s důrazem připomněl každému mladému muži, aby jako počátek řádných a moudrých příprav pro svoji domácnost získal, jak brzy může, nejprísnější spořivostí malou potřebnou a stále, třeba zvolna vzrůstající sbírku knih.“

P Ř E D M L U V A

Staré přísloví praví: „Proti každé nemoci je lék, jenom že lidé o něm vždy nevědí“. A naše babičky znaly skutečně skorem proti každé nemoci nějaký lék: od jara do podzimku sbíraly rozličné byliny léčivé, aby, když někdo v domě onemocněl, měly hned po ruce vhodný domácí prostředek. Četl jsem také kdesi, jak starý, zkušený muž řekl svému vnukovi: „Jdeš-li mimo keř bezový, sejmi čepici a pokloň se mu. Keř bezový je samý lék, od kořene až do vršku. Je to kus domácí lékárny!“ V těchto slovech je mnoho pravdy. Zapomínalo se však pomalu na tyto domácí léky. Až teprve před nedávnou dobou známý bavorský farář Sebastian Kneipp přivedl účinnost některých bylin znova ke ctí. Jeho jménem nazvali jsme tento herbář, jenž obsahuje vedle vyobrazení léčivých bylin i rady, jak jich použít.

Aloe

(aleus, patika, smola rajská, klejopryskyřice aloová) má trubkovité okvěti, listy dlouhé, masité, jež obsahují hořkou šťávu pryskyřicovitou, v lékárnách užívanou.

Roste v Africe, Americe a jižní Evropě; u nás pěstuje se za okny v květináčích nebo ve skleníku.

Listy se naříznou a kapající šťáva se chytá do nádoby. Do obchodu přichází již odpařená, jako tuhá hmota temné barvy, páchnoucí jako myrrha nebo šafrán, chutí nepříjemně hořké. Aloe má silně projímavé vlastnosti a účinkuje hlavně na tlusté střevo, přivodí již po několika hodinách stolici; proto bývá zpravidla součástí mnohých tajných léků pročišťujících. Ale není radno brát příliš často prášek aloový, vařený jako thé pro stolicí, jelikož účinkuje prudce, čímž ústrojí zažívací a střeva ochabují. Zejména škodí lidem krevnatým, při zánětech, zlaté žíle, zánětu ledvin, při měsícném a v těhotenství.

Měl-li někdo zakalené oči, udělal mu farář Kneipp vodičku na oči hned; dal do vařící vody trochu prášku aloe, řekl pacientu, aby to nechal vychladnouti a pak vymýval si vodičkou tou oči 2—3krát za den. Na hnisavé rány ji rovněž přikládal v namočeném plátnku. Nechtěl-li se zlý vřed dlouho zahojit, posypal jej Kneipp silnou vrstvou aloového prášku a ovázal plátnkem.

Kdo špatně tráví, udělá si kapky, když do čistého líhu, nebo samozitné kořalky dá hodně

prášku aloového, nechá to po několik dní ustáti a pak sleje a na cukr 6—8 kapek užívá.

Z aloe připravují také víno a švédskou životní essenci a j. v. Tab. II. 5.

Andělíka

(anjelika, janoklika, kořen andělský, svatodušní, Angelica, Engelwurz) má lodyhu oblou, rýhovanou, listy trojmo zpeřené, lístky veliké, vespod nasivělé, vejčité, nestejně pilovité, postranní lístky dvoulaločné, konečný třílaločný. Lístky obalíčků nitkovité, plátky zelenavě bílé. Bylina dvouletá, 1—2 m vysoká. Roste v roklicích horských, kvete v červnu a červenci. Kořen obsahuje hojně silice a pryskyřice, zapáchá a chutná ostře a hořce. Sbírá se v březnu.

V zvěrolékařství potřebují nati a semene.

Andělíka mírně rozčiluje, podněcuje zažívání, působí na sliznici plic a střev při chorobách prudkých i vleklých, zvláště při nemocech dýchadel, zánětu plic, tyfu a hostei či rheumatismu.

Thé z kořene a semene je protijedem, když někdo požil něco jedovatého. Mimo to vyhání větry, mírní bolesti v životě, zapuzuje mrazení v žaludku. Jedno deka kořene vaří se v 20 dekách vody půl hodiny. Z usušeného kořene a semene můžeš si také tlouci prášek a užívati ho na špičku nože až třikrát denně.

T. VI. 23.

Angrešt neboli srstka

(Ribes grossularia, Stachelbeere), jest keř nízký, s trnitými větvemi a listy 3—5 laločnými. Plody — bobule — bývají u sebe 2—3 a jsou zelené, žlutavé nebo červené, holé nebo srstnaté.

Planě roste v křoví a na skalách; pro chutné bobule pěstuje se v zahradách.

Bobule jedí se syrové, nebo naložené; také se z nich připravuje víno lahodné chuti.

T. XXII. 91.

Anýz

(*Pimpinella anisum*, Anis) má lodyhu útle rýhovanou, pýřitou, květy bílé a plody přitlačeně pýřité. Bylina mnoholetá, pochází z východu, u nás se pěstuje v zahradách, někde i na poli. Kvete v červenci a srpnu; semeno sbírá se v září a říjnu.

Semeno anýzové jest nejen kořením v kuchyních dobře známým, nýbrž i lékem; doporučuje se proti nadýmání, plynům (větrům v těle), žaludečním nemocem, kašli a dušnosti na prsou.

Semena utluč na prášek a beř ho na špičku nože s cukrem. Nebo kup si u materialisty anýzový olej nebo líh a užívej 5—6 kapek na cukr. Thé upravíš si z 1 deka prášku vařeného v 10 dekách vody nebo mléka asi 10 minut. Líhem anýzovým potírají dětem břicho při nadýmání. Někdy prospívá prášek anýzový proti škytavce. Olej anýzový nakape se do kořalky a každou hodinu bře se kávová lžička proti kurdějím, kterýžto lék je námořníkům dobře znám.

Má-li dítě vši, potírej mu hlavu anýzovým olejem a při tom dítě denně češ a omývej.

T. VII. 26.

Arnika

(prha horská, matonice, koření šlakové, šafrán vomanový, *Arnica montana*, Wohlverlei) má lodyhu vysokou, jednoduchou, s 2 páry vstříčných listů, nebo nad prostředkem vidlicovitě rozvětvenou. Ostatní listy u oddenku na zemi

rozložené tvoří růžici. Květy jsou veliké, barvy žluté, nebo pomerančové.

Prha roste u nás hojně v horách na Šumavě, v Rudohoří, Krkonoších, na Českomoravské vysočině. Kvete od června do srpna, kdy květ se sbírá pro lékárnu i pro domácí potřebu; kořen z jara a na podzim. Květy a kořen obsahují zvláštní hořkou látku, trpkou tříslovinu a etherický olej.

Odvaru z květů pijí při vnitřních bolestech, zimnici, horečce, ochrnutí údů, kataru měchýře močového, slabém trávení, křečích žaludečních a oční mlze. Běře se $\frac{1}{2}$ až 1 deka květů na 40 deka vody, a spaří se jako čaj, odstaví a pije se několik dní vždy šálek denně. Tohoto odvaru šálek denně mají pít zejména kdo trpí padoucníci a mrtvící. Odvar z kořene, který obsahuje více třísloviny, pijí při průjmu a proti choleře. Někdo vaří déle kořen, načež přidá k tomu trochu květů a nechá je chvílku povařit. Z květů připravují také výtažek proti rheumatismu a pakostnici; běře se na lžici vody jen několik kapek výtažku.

Prášek z roztlučených květů užívá se s cukrem nebo medem; prášku $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ ctgramu asi třikrát denně.

Venkované nakládají usušené květy a rozkrájený kořen do žitné kořalky a prhovinu tu berou k mazání a namácejí v ní plátěné obkladky při pohmoždění, zranění, zvrtnuví, podlitinách, zkrátka při zevnějších úrazech. Prhovina staví krev a hojí rány. Také však náčinky arnikové tiší nervy a bolesti nervové. Vnitřně užívej prhoviny opatrně; na lžici vody stačí 1—2 kapky výtažku arnikového. T. VI. 20.

Balšám

(máta kadeřavá, *Mentha crispa*, Krausseminze) jest odrůda máty peprné, hustě řasnaté. Kvete od června do srpna a pěstuje se v zahradách; listy a nať sbírají se v červnu a červenci.

Odvar ze sušených listů a nati pije proti slabému zažívání, nadýmání, křečem, těžkostem od žaludku, dávení a j. v. Do 20 deka vařící vody dá se 1 deka listů a chvíli jen se vaří, odstaví a pak scedí. Materialisté prodávají mátový líh, olej a pokroutky. T. X. 38.

Bedrník

(třebník, lomikámen, *Pimpinella saxifraga*, Bibernell) má tlustý, vřetenkovitý kořen, jenž příjemně voní a ostře chutná. Lodyha bývá až $\frac{1}{2}$ metru vysoká, rýhovaná, pýřitá, kolínkatá a málo rozvětvená. Listy jsou zpeřené a pochvovité, květy bílé nebo narůžovělé v paprskovitém okolíku. Koruna má 5 plátků a 5 tyčinek; plod — dvojnažka.

Roste na suchých lukách, vřesovištích, stráních a u cest. Kvete od července do září; kořen vykopává se časně z jara.

Kořen bedrníkový je oblíbeným u nás lékem lidovým již od starodávna, jak tomu nasvědčuje prostonárodní popěvek: „Pijme pivo s bobkem, jezme bedrník, nebudeme stonat, nebudeme mřít!“

Odvaru kořene užívá se proti špatnému zažívání, nadýmání, chorobám střevním, plicním, močovým, vodnatelnosti, hostci, zánětu krčnímu a při nepravidelné čmýře. Kořen také se močí v čistém líhu asi 8 dní, načež výtažku toho užívají od 15 do 60 kapek na cukr nebo na lžici vody.

Čerstvý kořen mnozí žvýkají.

V lékárnách lze koupiti výtažek i pilulky bedrníkové. T. XVI. 64.

Bez černý

(*Sambucus nigra*, Hollunder) jest zpravidla keř, někdy i strom, jehož větve mají bílou dřev, tak zvanou „bezovou duši“. Listy jsou vstřícné a četné, vonné květy ve vrcholicích. Pětici-
cipý kalich, bílou 5 cípovou korunu a 5 tyčinek přirostlých ke koruně. Ze spodních semenníků vyrůstají šfávnaté, červenavě černé bobule — bezinky, jimiž barví se víno a kůže.

Bez černý těšival se jindy nemalé oblibě; u každého téměř stavení, v každé i malé zahrádce býval bez černý. Nyní tomu pohříchu jinak, ale nikoli k našemu prospěchu.

Jak často shání se v domácnostech bezový květ! Účinkuje výborně na pot a je při nastuzeninách výtečným lékem. Asi 10 rozkrájených listů vaří se ve $\frac{1}{4}$ litru vody 10 minut.

Z čerstvého květu upravují se různé pokrmy. V Bavořích jest obyčejem, že se do těsta na knedlíky přimíchá jedna až dvě lžice květu bezového. Tím dostanou knedlíky příjemnou chuť a slouží lidem ku zdraví.

Kdo ze starších venkovanů neznal by tak zvané kosmatice? Jaká to pochoutka! A jak prostě se připravuje. Utrhnou se celé květy bezové, ponoří do roztlučených vajec, obalí se moukou a pekou na másle.

Z jahůdek bezových připravují se povidla, tak zvaný dryák. Tato povidla jsou zvláště dobrá, přidáme-li k nim sušené švestky nebo hrušky.

Bezinková povidla čistí krev a konají výbornou službu u lidu venkovského, který celé léto na parném slunci pracuje; bezinková povidla chladí a mírní vnitřní zápaly. Bezinky lákají ptactvo zpěvní, a když se stěhuje do dalekých krajů, pochutnává si na bezinkách, aby tělo své řádně pročistilo.

Bezinky možno též sušiti a pro dobu zimní uchovati. Jako z rybízu, tak i z bezinek připravuje se výborné víno. Jako bezinky, tak i thé z listů bezových čistí krev. Odvar z kořene a zevní kůry bezové účinkuje velice na moč a jest výtečným prostředkem při vodnatelnosti. Odvar z vnitřní vrstvy kůrové působí průjem i dávení. Květ bezový dává se s jinými usušenými bylinami do t. zv. „pytlíčků“, které se zahřívají a přikládají na opuchliny a zatvrdliny.

T. III. 10.

Blahovičník

(Eucalyptus) sluší k řádu myrthovitých a vlastní jeho jest Australie, kde jsou celé lesy blahovičníkové, jež skýtají výborné dřevo na stožáry, stavbu lodí, prahy železniční. Dřevo to odolává vlivů vlhka, vzduchu, různým hmyzům a ve vodě mořským vrtejšům. Některé druhy blahovičníků dávají silně tríselnatou pryskyřici, zvanou „kino“, jež vytéká z naříznutých kmenů a brzy tuhne. Z listů blahovičníkových tlačí se olej ku svícení a jiným účelům.

V Evropě roste tak zvaný eucalyptus globus, jenž dosahuje až 140 metrů výše. V Itálii vysazuje se v krajinách močálovitých (v okolí Říma), a poněvadž velmi rychle roste a silně vypařuje, vysušuje močály a činí tak krajinu zdravější. Mimo to naplňuje vzduch ozonem i silicovými výpary, jež podobně k čištění vzduchu přispívají.

Z listů blahovičníku posledně jmenovaného dělají t. zv. eukalyptový likér proti zimnici, jež v kajinách bařinatých bývá častým hostem.

V zimě a z jara přivážejí se z jihu do Prahy větve blahovičníku na květinový trh.

T. I. 3.

Blín černý

(*Hyoscyamus niger*, Bilsenkraut) má kořen vřetenovitý, přímou vysokou lodyhu, která jako ostatní nať je lepkavě chlupatá. Listy má podlouhle vejčité, chobotnaté, sivozelené. Květy sedí vedle listů, mají džbánkovitý kalich a bledožlutou korunu, protkanou tmavofialovými žilkami. Tobolka podobná makovici, obsahuje množství zrnek jedovatých a pokládá se mylně za jedlý mák; jiní pro mrkvovitý kořen pokládají blín za petržel, což obé již mnoho neštěstí přivodilo.

Roste na rumišťích, vedle cest a na místech pustých; kvete v červnu a červenci.

Blín páchne odporně a je celý jedovatý; zejména semena jsou prudkým jedem, který však v mírných dávkách při některých chorobách bývá účinným lékem.

Nať sbírá se před úplným vyvinutím se květin a obsahuje známý lék — hyoscyamin; semeno mimo to obsahuje olej.

Blín tiší bolesti, dává se někdy pro spaní; dále prospívá proti neduhu plicnímu, kašli, soucotěm, křečím žaludečním, hostci a dně. Hyoscyamin rozevívá také zřítelnici. Prášek nebo výtažek z blínu může předepsati jenom lékař; s jedem nejsou žerty. T. III. 8.

Borůvka

(černá jahoda, brusnice, čičoretka, černice, *Vaccinium myrtillus*, Heidelbeere, Blaubeere).

Borůvky rostou na nízkém keříku, jenž má listy vejčité, květy načervenalé a kvete v květnu a červnu. Bobule kulaté, černé a jako hrách veliké, jedí se čerstvé i sušené; čerstvé k občerstvení a suché za lék. Nať upotřebuje se v jirchářství.

Sfáva z listů neb odvar z kořene léčí vředy v ústech.

Sušené borůvky nasyp do láhve a polij dobrou žitnou kořalkou a nech na okně proti slunci stát a máš v několika dnech dobrý lék proti průjmům. Ovšem, čím déle jsou borůvky namočené, tím více účinkují.

Prudký, trvalý průjem spojený s krutými bolestmi, při němž někdy odchází i krev, zastavíme lžící borůvkové této tresti smíchané s osminou litru (6 lžic) teplé vody. Za 8—10 hodin lze dávku tuto opakovati.

Onemocní-li někdo úplavicí, napomáhá kořalka borůvková zevnějšímu léčení vodou (teplé obkladky ve vodě a octě namočené na břicho) velmi účinně. Lid náš vařívá sušené borůvky obyčejně v červeném víně, aby účinek byl ještě vydatnější.

Při lehčím průjmu dostačí, sníme-li několik hrstí buď čerstvých nebo sušených borůvek za den.

Trest extrakt či kořalka) borůvková užívá se také v kapkách na cukr, 10—30 kapek nejvíce, což řídí se dle choroby.

Kdo jdeš na cesty, dobře učiníš, vezmeš-li si trochu sušených borůvek s sebou.

T. XI. 44.

Brambor

(zemák, zemče, lilek bobál, *Solanum tuberosum*, *Kartoffelpflanze*) má lodyhu přímou, zelenou, listy střídavé, přetržené zpeřené a květy ve vrcholicích, s korunou bílou nebo bledě fialovou. Bobule jsou kulaté, jako velké višně, hladké a zelenavě žluté.

Brambor přivezen byl k nám z jižní Ameriky; do Španělska přinesl jej kapitán Hawkins r. 1565; do Italie přeneseny brambory r. 1580, kde nazývány *tartuffi* a *tartoffi*;

admirál Raleigh přinesl je r. 1584 do Irska a admirál Drake r. 1586 do Anglie. Z Italie vzal je s sebou papežský vyslanec r. 1596 do Holandska a odtud dostal vídeňský botanik Clusius dvě hlízy. Z počátku pěstovaly se brambory za okny jako ozdobné rostliny a hlízy jako pochoutku jídali jenom boháči. — V XVIII. století počali tu a tam v Německu sázeti brambory, leč hlízami krmili jenom dobytek. Teprve velký hlad r. 1772 donutil mnohé, že požívali nenáviděných bramborů. Nyní sázejí se téměř po celé Evropě a jsou hlavním pokrmem chudého lidu.

Z bramborů dělá se také škrob, dextrin, pivo, sirup, cukr a pálí se líh na kořalku. Natí i hlízami krmí se dobytek. V půdě příliš vlhké zemák se kazí.

Protože brambory netvoří krev, budtež požívány pouze jako příkrm. Nadýmají a nehodí se tudíž ani starcům ani dětem. T. XXI. 86.

Bříza bílá

(*Betula alba*, Weissbirke). Je to u nás známý a dosti rozšířený strom, dosahující 30—50 stop výše, s korou bílou, hladkou, v tenkých blanách se loupající; listy jsou řapíkaté, trojhranné nebo kosočtverečné, přišpičaté, dvakrát pilované, z mládí lepkavé, pýřité, později lysé, jasně zelené a lesklé.

Květy samčí mají okvěti jednolupenné, šupinovité, nažky jsou dvoukřídlé, šišky válcovité a šupiny jejich blanovité.

Roste v Evropě a v Asii, v podnebí mírném i studeném, u nás nejvíce po různu a v menších, světlých hájích, v severní Rusi však na jdeš celé pěkné lesy břízové.

Dříví bílé, pevné a tuhé, hodí se dobře na práce kolářské, soustružnické a sekernické.

Také dělá se z dříví březového uhlí ku kreslení a kopt na černí knihtiskařskou. Pruty březové rozřezávají se na obruče nebo skrucují na houžve. Sedátka v sadech bývají také z kolů březových urobena. Ratolesti březové svazují se v košťata nebo slouží za metlu na děti. Větvemi a stromky s mladým listím o svátcích májových a o Božím Těle zdobí se oltáře a obydlí.

Listí březové jest dobrou pící pro ovce a slouží s kamencem ku připravování zelené barvy a s křídou — žluté barvy. Pupy jsou dobrým zobem tetřevům. — Kůra slouží na severu k pokrývání střech, také z ní dělají střevíce; z vnější kůry dobývá se olej či dehet, jenž slouží k vydělávání kůže juchťové a dodává jí zvláštního zápachu. Vnitřní kůra obsahuje tříslovinu.

Na jaře vytéká z kůry březové z navrtaných míst hojnost čisté tekutiny — březovice, — jež obsahuje asi 2% hroznového cukru. Ze šťávy té připravuje se zvláštní druh vína a ocet.

Ale bříza má i v přirozeném lékařství svou důležitost; chce-li dívka zahnati pihy, omývá si březovou vodou líce. Koho souží lišej, vyrážka, kaménky v měchýři a ledvinách, dna a zlatá žíla, pije z jara březovici, má-li příležitost někde navrtati břízu. Při strupech na hlavě omývá se březovíci hlava. Listí březové, svařené na thé, prospívá při hostci a dně, vodnatelnosti, vyrážce, zaražené menstruaci atd.; na litr vařící vody vezmi plnou hrst suchých, rozřezaných listů březových a nech to as deset minut vařiti, načež pij to po celý den dle libosti, nikdy však najednou. Přestaly-li se někomu po nastuzení potiti nohy, ač se dříve silně potily, nasbírej si do pytle březových listí čerstvých, ne však mokrých, načež

strč do pytle nohy, zahrab je do listí a pot se brzy dostaví. Trpí-li někdo hostcem, dnou nebo vodnatelností a má-li březový les po ruce, natrhej si v létě v něm hojně listí, naházej někde na výsluní do příkopu, načež zahrab se dobře do listí, abys až po krk byl pokryt, a přijdeš brzy do potu. Až se řádně vypotíš, spěchej k blízkému potoku a celý se studeně omyj, načež bez utření as $\frac{3}{4}$ hodiny se procházej. Podobnou lázeň pro pot možno bráti i v dosýchající kupě sena.

Z mladých pupenů březových destilují na Rusi březový olej, jehož někde užívají vnitřně proti rheumatismu, dně, zimnici, zlým vředům, hlístům (škrkavkám) a zevně k mazání proti lišejům a vyrážce. Také míchá se olej březový se sádlem a touto masťou natírají se mnozí ráno a večer.

T. XVII. 67.

Brusnice

(*Vaccinium vitis idaea*, Preiselbeere) podobá se keři borůvkovému. Listy má lesklé, kožovité. Bobule jsou červené, trpkokyselé a říká se jim brusinky. Brusnice roste v lesích. Brusinky se zavařují s cukrem. Zavařeně působí dobře na žaludek a ženou na moč. Rozmačkané a s vodou míchané dávají chladicí nápoj proti horečkám.

T. XXI. 88.

Brutnák

(burák, borák, *Borago officinalis*, Boretsch) má květy modré ve dvouřadých, listnatých hroznech, listy vejčité až podlouhlé, řapíkaté. Bylina jednoletá, až 60 cm. vysoká. Kvete od června do října. Pěstuje se v zahradách; na polích, rumištích roste zdivočilý.

Listy mají chuť i zápach okurek a jedí se

jako salát. Kdysi dávaly se listy a květy do jídel, aby čistily krev a působily veselou náladu. Květy s cukrem roztlučené užívaly se při horečkách, zimnici a při vysílení. Šťáva z brutnáků vnitř i zevně doporučovala se proti uštknutí hada a jiného jedovatého hmyzu. — Popel z usušené a spálené nati s medovou vodou býval chváleným kloktadlem. Brutnákovou vodou vymývaly se zanícené oči. Kořen vařený s ječnou moukou a dřevěným olejem přikládá se na růži a studenou snět. T. VI. 21.

Celer

(*Apium graveolens*, Sellerie) má kořen řepovitý, listy lesklé, 3—5 peřenosečné lístky trojlaločné a zoubkované.

Planě roste na pobřeží mořském, kde kořen má chuť ostrou, nepříjemnou; pěstovaný však zdužnatí a chutná příjemně.

Kořen vařený požívá se jako salát, kořen syrový a listy přidávají se k pokrmům jako koření.

Celer seje se časně v březnu do pařeniště a teprve když nastalo teplo, sází se do dobře vyhnojených záhonů a často se zalévá. Když kořen dosáhl velikosti jablka, obnaží se hořejší polovice a zbaví se vedlejších kořínků, načež zase zemí se přikryje. Na podzim se sbírá a pro potřebu kuchyňskou chová v písku ve sklepě. T. XX. 80.

Cibule mořská

(pomořanka, skyla, *Scilla maritima*, Meerzwiebel) pěstuje se u nás za okny nebo ve skleníku. Egyptané i Řekové znali již léčivou moc této rostliny a přikládána jí zvláštní ochranná síla proti čárům a kouzlům. — Jindy léčili jí

tyf; dnes užívá se jí proti vodnatelnosti, zahlenování průdušek a plic. Cibule se rozkrájí a naloží do octa vinného, po třech dnech se vytlačí a procedí a toho výtažku pije se denně lžička. Vezmou-li se 2 lžíce tohoto výtažku a 6 lžic čistého medu a svaří se to ve vodě, zjednáme si dobré kloktadlo. Jindy se pouze vytlačí šťáva, přimíchá do vody a pije se v menších dávkách; žene na moč. T. XIII. 49.

Cibule obecná.

(*Allium cepa*, Zwiebel) vyhání listy duté, rourovité a takovou též lodyhu, která je asi uprostřed nadmutá. Malé, bledozelené květy jsou nahloučeny na konci lodyhy v okolíku, jenž před rozvitím jest uzavřen v blánitém toulci.

Pěstuje se k rozmanitým účelům a to za pokrm, koření i lék. Obsahuje, kromě malého množství látky cukernaté, pronikavě páchnoucí silici, která dodává cibuli známého ostrého zápachu a chuti, a dráždí k slzení. Třeme-li cibuli kůži po delší dobu, zčervená.

Cibule jest velmi výživnou potravinou, obsahujíc hojně dusíku; k požívání upravujeme ji vařením, nebo smažením, čímž zmírňuje se její ostrost. Nejčastěji však se přidává k pokrmům jako koření; napomáhá trávení, usnadňuje hojnější odcházení moči a udržuje pravidelnou stolici. Varujme se však přílišného a častého požívání cibule, abychom si nepodráždili ústrojů zažívacích. Tato výstraha platí zejména lidem tělesně slabým, hubeným a nervosním.

Jsou lidé, kteří oběd zajídají pečenou cibulí, aby jej snáze strávili, jakož aby předešli obtížím z větrů (plynů). Zvyk tento, proti němuž nelze ničeho namítnuti, má tu nepříjem-

nost, že tělo, ano i pot takového přítele cibule ostře zapáchá.

Koho trápí hryzení, bolesti ve střevech, tlak v žaludku, ať hodí rozkrájenou cibuli do vařícího mléka, nechá ji povařit, a odvar pije v malých dávkách. Je to dávný lidový prostředek — osvědčený a laciný — k vyhánění škrkavek z dětí. Toho mléka s cibulí vařeného, nesmí se však malým dětem dáti více, než 6 lžic za den, 3 lžice ráno a 2 lžice večer.

Trpíš-li špatným zažíváním, větry, zácpou, nalož do čistého líhu na drobno rozkrájenou cibuli a této tresti užívej denně jednou nebo dvakrát asi 10 kapek ve lžici vody. Tyto kapky doporučí farář Kneipp lidem, kteří mívají často velkou žízeň; také ošetřovatelům nemocných, aby se snáze uchránili nákazy.

Při obtížích s močením jest v některých krajinách hojně užívaným lékem cibule s medem vařená; odvaru toho pije se 2—3krát denně vždy po 4 lžicích. Při vodnatelnosti vaří se cibule s rozmarínou ve víně a vodě (každého polovic); s hojným odcházením moči odchází i nemoc.

Opuchlé oči nebo přílišné slzení léčí cibule svařená s mlékem nebo s medem; tímto odvarem umývají se oči 3—5krát za den. Na vředy nebo nežity dáváme pečenou cibuli, aby rychleji zhnisaly. Zatvrdlina za uchem nebo jinde na těle natírá se šťávou z cibule; také přivazuje se slupina z cibule na zatvrdlinu, která pak brzy zmizí.

Proti vyrážce na těle radívá farář Kneipp — natíratí se odvarem cibule, zároveň hojně se polévatí a léčiti vodou. Přiskřípne-li se kdo — prst si rozmačká, nechť pokape ránu šťávou cibulovou; brzy bude po bolesti.

Venkovský lid vařívá v odvaru z cibule velkonoční vajíčka; ve městech máchají v něm

záclony a upotřebují ho k čistění zlatých i stříbrných krajek.

Tak prospěšnou jest nepatrná cibule, kterou lze téměř všude bez námahy pěstovati.

Citronník

(*Citrus medica*) jest malý stromek s hladkou, červenavě šedou korou a kulovatým vrcholem. Mívá trny a vždy zelené, tečkované listy; květy bílé a plodem je vejčitá, bleďožlutá bobule, uvnitř šťavnatá.

U nás pěstuje se ve skleníku, v jižní Evropě však pod širým nebem.

Citronová kůra obsahuje těkavý olej, chuťná hořce a užívána jako lék, podporuje zažívání, tiší křeče; dobývá se lisováním.

Kůra zadělaná s cukrem nazývá se citronát. Kořen citronový je proti zimnici.

Šťáva citronová má příjemnou nakyslou chuť i vůni; chladí a podporuje činnost kůže i ledvin. Rovněž po nemoci jaterní, při vodnatelnosti a spále účinkuje prospěšně. Vůbec je citron lékem cenným, ačkoli se u nás dosud podceňuje.

T. XII. 46.

Cvikla

(cvika, burák, cukrovka, kvaka, *Beta vulgaris*, *Runkelrübe*, *Mangold*) má lodyhu hranatou, nahoře větevnatou, až přes metr vysokou, kořenové listy veliké, dlouhořapíkaté, vejčité; hořejší listy jsou vejčito-podlouhlé, nejhořejší kopinaté. Kvete od července do září a pěstuje se hojně v několika odrůdách.

Dle barvy kořeny a nati je cvikla bílá, žlutá a červená. Poslední (červená řípa) nakládá se vařená do octa, k němuž přidává se fenykl, na koláčky rozkrájený křen, trochu

solí a 2 kousky cukru, aby se zmírnila ostrost octa. Červená řípa jídá se k masu.

Z tlustého kořene bílé a žluté řípy či cvikly dobývá se cukr; odtud slove *cukrovka*. Z cukrovky vyrobil první cukr berlínský lučebník Marggraf r. 1747. Po vytlačení cukru z buráku zbývající řízky jsou dobrou pící pro hovězí dobytek. — Šťávu cviklovou pijí proti žloutence a jde-li o hojnější vyměšování moče.

Proti znění a hučení v uších kape se také šťáva cviklová do ucha.

Čerstvé listy přikládají se na rozjedlé vředy. Odvarem listů omývají hlavu proti lupům a hnidům. I oznožené nohy odvarem tím se napařují.

T. XXII. 87.

Čekanka

(*Cichorium intybus*, Wegwart) má vřetenovitý kořen a zelenou, spoře rozvětvenou lodyhu. Roste u cest a na mezích, kvete modře v červenci a srpnu.

Thé z čekanky (z květů) užívá se proti nemocem sleziny, jater a ledvin. Je možno též užívat i odvaru z kořenů. Trpí-li kdo chřadnutím, nalož si listy a květy čekankové do čistého líhu a potírej po několika dnech tímto líhem dvakrát denně chřadnoucí údy.

Odrůda s dužnatým kořenem pěstuje se na polích; z kořenů dělá se náhrada kávy, *cichorie*.

Černobýl

(peluň, černobejl, *Artemisia vulgaris*, Beifuss) má vysokou lodyhu, listy na lici lysé, vespod běloplstnaté, květy žlutočervené. Roste u cest, plotů i křovin. Kvete v srpnu a září.

Květy prsty rozemnuté voní příjemně a proto užívají jich v kuchyni i v lékařství, ze-

jména proti hysterii a padoucnici. Prášku z kořene 2—3 grm., bere se s teplým pivem před spaním několik dní za sebou. Jiní radí asi 3 deka suchého černobýlu zvařiti v 20 dekách vody a odvar ten pít po celý den. Na černobýla sbírej v srpnu, kořen v září.

T. V. 16.

Česnek

(*Allium sativum*, Knoblauch) má cibuli složenou z několika cibulek, zaobalených do bílých slupek. Listy jsou ploché, žlábkovitě prohnuté, takže voda může stékat po nich ke kořeni. V květnatém okolíku bývají drobné cibulky rozmnožovací. Cibulky mají štiplavou chuť a ostrý zápach, který pochází od zvláštního oleje. Kvete v červenci a v srpnu a pěstuje se v zahradách pro kuchyň.

Česnek chová v sobě sirnatý, ostrý etherický olej, jenž dráždí ústroje zažívací, dýchací a ledviny (žene na moč); prospívá však jenom v malé dávce, ve větší působí obtíže. Zejména škodí osobám krevnatým a souchotinářským. Za starodávna doporučován byl česnek proti škrkavkám a roupům, proti nimž dává se dosud odvar česnekový do klystéru.

Upečený česnek přikládá se na vředy, aby změkly. Česneková polévka jídá se podnes před léčbou tasemnice.

Ohluchl-li někdo po silném nastuzení, vytlačí se šťáva z česneku na kousek vaty, která strčí se pak do zvukovodu (na kraj do ucha). První den obnoví se tato asi 6krát, načež kůže se zanítí, zčervená a loupe se. Hluboko do ucha nemá se však vata strkati, aby se nezanítil i bubínek.

Čerstvá šťáva z česneku přikládá se také jako náplast na bolesti rheumatické.

T. I. 2.

Čočka obecná

(šošovice, *Ervum lens* n. *Lenc esculenta*, Linse) jest bylina jednoletá, má sudozpeřené listy s úponkami a bělavé květy v úžlabních stopkách, z nichž vyrůstá plod — krátký lusk se 2 kulatými, sploštělými semeny.

Seje se na polích, kvete v červnu a v červenci.

Plod — čočka — jest pokrmem i lékem.

Vaří se čočková polévka, kaše a pekoú se smaženky (karbonátky). Odvar tlučené čočky je projímadlem, leč slupky působí zácpu.

Z piva a čočkové mouky vařená kaše přikládá se na vředy a rakovinu v kostech. — Vařená a rozmačkaná čočka, byla-li přiložena na čerstvou ránu, zastaví krvácení.

I otekliny v očích vymývají vychladlým odvarem čočkovým.

T. XX. 82.

Divizna velkokvětá

(svíce královská, koření divoké, chvost volský, *Verbascum*, *Wollkraut*, *Königskerze*) má lodyhu i listy plstnaté a veliké žluté květy hustě nahloučené v hroznu. Koruna je holovitá, pěticípá; 3 tyčinky kratší jsou plstnaté a 2 delší lysé. Divizna je bylina dvouletá; v 1. roce ukáží se pouze listy přízemní a teprve ve 2. roce dorůstá v květonosnou lodyhu. Roste na pasekách a suchých stráních; kvete od června do září.

Květy ženou mírně na pot a thé z nich prospívá proti kašli, zahlenování prsou, těžkému dechu a jako kloktadlo při bolení krku. Často se míchá s květy slezovými proti záškrtu, horečce, zlaté žíle, chřipce a kolice. — Listy přikládají se na otekliny, aby změkly.

Jiný druh je divizna malokvětá s drobnějšími květy; účinky mají téměř stejné.

T. III. 9.

Dobromysl obecná

(dobrá mysl, lebeda červená, *Origanum vulgare*, Doston) má lodyhu hranatou, větevnatou, nahoře listnatou. Listy vejčité, špičaté, listeny lysé, klasy krátké. Kalich 5 zubů, koruny bílé nebo světlonachové.

Roste na výsluní na kopcích a u lesů; kvete v červenci a srpnu. Nať sbírá se v červenci. Nať silně, ale příjemně páchne, má kořenitou, nahořklou chuť a v lékařství užívá se proti kataru, dýchavičnosti, zastavené čmýře a bílému toku. Asi 1 deka nati vaří se v 20 dekách vody na thé.

Někde thé z dobromysli pijí místo čaje čínskému a sládcí dávají nať místo chmele do piva.

T. XIV. 53.

Dub letní, křemelák

(*Quercus pedunculata*, *Sommereiche*) má krátké řapíkaté listy, drobné, jednodomé květy, jež zároveň s listy se rozvíjejí. Prášníkové jsou sestaveny v jehnědách, mají 4 — 6 čtne okvětí a až 10 tyčinek; pestíkové vyrůstají na stopkách vždy po 3—4 a vyvinují se v nažky — žaludy. Spodní část žaludu vězí v dřevnaté misce, porostlé šupinovými listeny.

Dub letní dosahuje značných rozměrů, až 80 metrů výšky a stárí až 1000 let. Na mladých stromech je kůra šedá a hladká, na starých drsná a rozsedlá.

Tvrdé dříví hodí se zejména ke stavbám vodním a na sudy, kůra mladých dubů dává dobré tříslo na vydělávání koží, žaludy krmí se vepřový dobytek, pražené nahrazují kávu zrnkovou. Píchne-li hmyz, zvaný žlabatka, do řapíku listového, nebo do listu a vloží-li do dírky své vajíčko, přiláká k poraněnému místu více mízy a kolem vajíčka utvoří se kulovatý výrůstek, zvaný háčka, duběnka, jež obsa-

huje mnoho třísloviny a slouží k děláni inkoustu.

Od dubu letního liší se dub zimní, drnák, zimák, tím, že má listy dlouze řapíkaté a žaludy při spodině listů přirostlé.

Dále jest znám ještě dub korkový, který má tlustou, houbovitou kůru, jež od 12. roku počínaje vždy po 10 letech s kmeně se olupuje, načež opět nová vyrůstá. Z korku dělají se zátky, podešve a j. věci. Dub roste na místech písčitých, nebo vlhkých a tvoří celé lesy — doubraviny (u nás v okolí Pardubic a Hradce Králové), kvete v květnu, kůra sbírá se časně z jara, žaludy v srpnu, duběnky v říjnu.

Kůra, duběnky i listy obsahují mnoho třísloviny a kyseliny duběnkové a jsou tudíž lékem svírajícím. Listy dubové vložené na zánět, vytahují horkost; roztlučené listy rány stahují.

Proti kolice pije se odvar listů dubových, vařených v pивě. Proti průjmům a úplavici podávají škrabaný žalud s vejcem. Odvar z kůry dubové prospívá proti plivání krve, krvotoku a bolení hlavy. Kdo má žlázy, vole, vař půl hod. kůru z mladých doubků, do odvaru namáčeť kus plátna a ovinuj jím krk. Komu vy-
lězá konečník, dávej si klystéry s odvarem tím nebo beř v tom odvaru sedací koupele vlažné nebo studené, ale déle trvající. Prášek (3—6 lžic denně) z usušených listů dubových proti vnitřní slabosti, průjmům, krvotoku, nadýmání, chorobám ledvin a měchýře. Žaludová káva doporučí se chorým a slabým dětem; moučka žaludová se zavaří, pak odstaví na 10 minut, přidá se mléko a osladí medem nebo cukrem.

T. XIV. 56.

Fenykl obecný

(kopr vlaský, *Foeniculum officinale*, Fenchel) má kořen tence větvenovitý, bělavý, lodyhu a okolíky bíle jinovaté, a květy rezavé. Bylina dvouletá, přes metr vysoká, kvete od července do září a pěstuje se ve velkém v Sasku, Vírtembersku, Itálii a Francii. U nás bývá v zahradách a jen tu a tam se seje. Semeno fenyklové chutná sladce aromaticky a upotřebuje se dílem jako koření v kuchyni, dílem v lékařství. Obsahuje asi 3% silice fenyklové a 12% oleje.

Doporučuje se proti nadýmání, větrům, cholerině, kyselině žaludeční, obtížím žaludečním, kašli a neduhům prsním. Užívá se jako prášek, nebo jako odvar; na odvar bere se 2 deka prášku fenyklového na 20 deka vody. Vychladlým odvarem fenyklovým vymývají se zanícené oči. Mají-li děti bolesti v podbřiší, svař $\frac{1}{2}$ litru mléka s práškem fenyklovým, (prášku dej tolik, co se vejde na 3 špičky nože) a mléko dávej maličkým pítí teplé po 2—3 lžičkách každou hodinu. — Kdo strádá pískem v měchýři močovém, svař lžici fenyklu v $\frac{1}{2}$ žejdlíku vína a $\frac{1}{2}$ žejdlíku vody a odvaru toho pij polovici ráno a polovici večer; budeš-li tak činiti delší dobu, velmi si posloužíš.

Denně požitá špetka prášku fenyklového vyčistí brzy játra i ledviny. Prášek si připravíš, když semena fenyklová upražíš a pak je v kávovém mlýnku rozemeleš. T. VIII. 32.

Fialka vonná

(violka, *Viola odorata*, Veilchen) má listy srdčité, pýřité a po kraji vroubkované. Libovonné modré květy jsou na dlouhých stopkách, jež vyrůstají přímo z oddenku. Květ skládá se z pěti lístků kališních, z pěti plátek korunních

a z pěti tyčinek. Plod jest mnohosemenná tobolka.

Fialka roste v zahradách, na mezích, v křovinách a mezi ploty. Kvete od března do května.

Z květů fialkových připravují v lékárnách fialkový sirup, který po lžičkách dává se dětem proti kašli a chraptivosti.

Z květů a listů suchých upravuje se thé (hrst fialky na $\frac{1}{4}$ litru vody) proti záduše, prudkému kašli, při souchotinách, horkosti a bolení hlavy, dýchavičnosti atd. — Odvarem se kloktá- je-li krk oteklý. Listy fialkové vařené v octě, přikládají se na otoky při pakostnici. Listy fialkové se rozetrou a pak přivážou na zapálené otoky, jež chladí a rozhánějí. — Ale kořen fialkový je jedovatý; proto pozor!

T. VII. 25.

Heřmánek pravý

(koření mateřské, rmen vonný, *Matricaria chamomilla*, Kamille) má lodyhu větvitou a listy rozdělené v tenké úkrojky; úbory květní jsou vyklenuté a okrajní jazykovité květy jsou bílé, zpravidla dolů sehnuté. Roste na polích, u cest a na rumišťích; kvete od května do konce srpna.

Heřmánek příjemně voní, což působí těkavý olej, který rostlina ta v sobě chová; olej ten mírní nadýmání, tiší křeče, žene na pot, pročež užívá se heřmánku hojně v lékařství. Odvar z květů pije se při nastuzení, hryzení v podbřiší, záchvatech křečových, kolice, nadýmání a hostci. Květů bere se 1 deka na 20 deka vody a thé pije se hodně teplé. Zejména ženy vychvalují thé heřmánkové při nepravidelném měsíčním, křečích v matce a jiných ženských chorobách.

Materialista prodává kapky a olej heřmánkový. — Zevně přikládá se heřmánek v pytlíčku s jinými bylinami (mateřídouškou, marjánkou, bezem, levandulí, rozmarinou a kouskem kafru) na otoky a žlázy.

Odvaru používá se také ke klystýru, na koupel i za kloktadlo. T. VIII. 29.

Hořčice bílá

(Sinapis alba, Weisser Senf) má listy lýrovitě peřenodílné, nejhořejší trojklanné, květy světle žluté, sešule krátké, srstnaté.

Divoce roste na úhorech a mezi obilím, ale také se hojně pěstuje pro semeno, které má v sobě zvláštní olej, jenž zevně dráždí kůži, uvnitř podporuje trávení. — Plody, šešulky sbírají se v červenci.

V lékařství užívá se pouze semeno; ráno na lačný žaludek nebo před obědem berou někteří kávovou lžičku ze semene bílé hořčice, aby lépe trávili. Semena ve víně vařená zahřívají nachlazený žaludek, v octě dávají dobré kloktadlo. Bílá hořčice pomáhá také proti tvrdošijnému kašli, krvotoku, vodnatelnosti, bolení hlavy, závratí, zlaté žíle a účinkuje někde dobře i na ledviny. — Ale větší množství hořčice škodí střevům a ústrojům močovým.

Černá hořčice se semele, smíchá s žitnou moukou a vodou, načež povstale těsto, zabalené v plátenko, přiloží se jako křenová placka na místní bolest a nechá se tam ležeti $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ hodiny, nikdy přes hodinu. Po odstranění těsta se bolavé místo omyje a bílým sátkem ováže.

Místo těsta užívá se také hořčičného líhu, jímž potírá se kůže, až zčervená. Nebo se do líhu namočí plátno a přiloží na kůži.

T. XVII. 66.

Hořec žlutý

(hořký kořen, tolič, postřebenec, *Gentiana lutea*, *Gelber Enzian*) má až metr dlouhý, tlustý kořen, uvnitř žlutý, lodyhu přímou, vysokou, pruhovanou a dutou. Spodinové listy jsou řapíkaté, široké, vyšší listy bez řapíků, nejhořejší jsou nejmenší. Kalich vejčitý, bledě žlutý, na vršku dvoj-až třízubý. Květy jsou na konci lodyhy v přeslenech.

Roste v půdě vápenité, na horských lukách alpských, u nás na Šumavě a v Křkonoších. Kvete v červenci a srpnu.

Někdy dávají hořcový kořen do piva místo chmele, nebo nakládají do čistého líhu nebo do samozitné, aby měli žaludeční kapky.

Hořký kořen podporuje zažívání při špatném trávení. Tlačí-li tě v žaludku těžký pokrm, nakap do lžice vody několik kapek a vypij. Za hodinu po případě to opakuj.

Nemáš-li kapky, vař kořen asi půl hodiny a pij ten odvar.

Hořec žlutý doporučí se při mdlobách, křečích, nadýmání a plynech, jakož i proti červům u dětí.

T. XII. 45.

Hořký jetel

(vachta trojlistá, třílistník, bobrek, hořký dětel, brukvovec, trojice vodní, *Menyanthes trifoliata*, *Bitterklee*) roste ve stojatých vodách a bačinách, má listy 2řadé z plazivého oddenku, dlouhořapíkaté, trojené, květy na hroznech dlouhostopkatých, s korunou načervenalou, bělovousou; prášníky fialové. Kvete v květnu a červnu, sbírá a suší se v srpnu.

Hořký jetel obsahuje v sobě hořčí, jež povzbuzuje zažívání, čistí krev a oběh její urychluje, ve všech chorobách zažíadel; rovněž moří hlísty, upravuje stolicí a rozhání nashro-

mážděnou v těle vodu, kdo je stížen vodnatelností břišní.

Předkové naši užívali hořkého jetele s úspěchem i při rozmanitých otocích, vředech a zraněních. — Zvláštní léčivost hořký jetel osvědčuje při chorobách ledvin a měchýře močového. Katar měchýře močového zatvrdí se tak, že lze jej vůbec prostředky vědeckého lékařství nadmíru ztěžka a to i v nejprůzračnějším případě jen dlouhým léčením vyléčiti.

Z usušeného hořkého jetele upravíme si buď thé nebo kapky. Thé upraví se takto: Do vařící vody (asi $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ litru) hod' hrst usušených lístků, hned s plotny odstav a po 10 minutách proced'. Tři lžíce tohoto thé najednou vypítí dostačí úplně. Toto pij zejména při nadýmání a po požití těžkých jídel; kapky z hořkého jetele prokáží ti dobré služby při nastuzení a vodnatelnosti, šfáva při chorobách ledvin a měchýře, horečce a vodnatelnosti.

Při nastuzení a chorobách z něho vzniklých, stačí denně 8—10 kapek na cukr nebo na lžici vody; při vodnatelnosti vezmi 20 kapek až kávovou lžičku. Thé z hořkého jetele sesílíš ještě pelyňkem a zeměžlučí při špatném trávení a zesláblém žaludku. Sušené listy hořkého jetele nakládají se do žitné kořalky a likér ten prodává se pode jménem „hořká“.

Sušené listy roztlukou se také na prášek a tak se užívají.

Šfáva vytlačuje se z čerstvých listů na jaře.

V zemích, kde je málo chmele, nahrazují ho hořkým jetelem při vaření piva.

Z listů vařených a vymačkaných dělají barvu pro malíře a barvíře. T. XVII. 65.

Hrách setý

(*Pisum sativum*, Erbse) má lysou, poléhavou lodyhu, listy střídavé, proti sobě stojící. Na spodině listu jsou dva palisty a na konci jich úponka, kterou se na sousedních rostlinách přidržuje. Květy bílé; kalich jejich jest pětizubý s korunou z 5 plátků, podobnou motýlu. Hořenní plátek největší a vzhůru obrácený slove pavez, postranním plátkům říkají křídla a spodní dva srostlé plátky tvoří člunek. Tyčinek je 10, z nichž 9 je na spodu srostlých, desátá však je volná. Pestík vyvine se v lusk jednopouzdrový, jenž při uzrání se poltí ve dvě poloviny, na nichž kulovatá semena střídavě jsou upevněna.

Hrách pěstuje se u nás na poli pro výživná semena (zrna), jež požívají se nezralá i zralá; zralá zpravidla vařená. Kvete od května do července.

Zvláštní odrůdou je hrách cukrový se semeny sladkými.

Kdo mnoho sedíš, jez hrachu málo; nadýmá. — Na ozdobeniny dávají venkované teplou hrachovou kaši. Růži a vyrážku zasypávají hrachovou moukou.

T. XIX. 78.

Chmel obecný

(*Humulus lupulus*, Hopfen) má mnoholetý kořen, lodyhu až 10 metrů vysokou, otáčivou, listy vstříčné, 3—5laločné, květy samičí v latách, dílčí v šiškovitých jehnědách.

Planě roste ve plotech a křovinách, a pěstuje se ve zvláštních chmelnicích, do kterých se však zasazuje pouze chmel s květy samičími. Ku každé sazenici zarazí se do země vysoká tyč, kolem které chmel se otáčí, vždy od východu k západu. Šiškovité jehnědy sa-

mičích květů skládají se z velikých listenů blánovitých, jež zastávají plody. Tyto listeny, jakož i plody jsou pokryty vonným, pryskyřnatým, lepkavým práškem, který v sobě obsahuje hořkou látku, zvanou lupulin, jenž přidán do piva, dodává mu zvláštní, kořenné chuti a chrání ho před rychlým zkysáním. Jakmile šišky počnou žloutnouti, uřízne se rostlina blízko u země, tyčky se vytáhnou, šišky otrhají, usuší a dobře uschovávají. Nejlepší chmel je u nás kolem Zátce a Rakovníka.

Mladé pazoušky chmelové skýtají z jara dobrý salát (chmeláček) a z lodyh dělají provazy; vlákna z nich jsou totiž dosti pevná a spřádají se jako konopná.

V lékařství potřebuje se odvar z chmelových hlaviček proti vodnatelnosti, špatnému zažívání, a obtížnému močení; 5—30 gramů hlaviček na 200—400 gr vody; toho pij denně 2—3 šálky.

Hlavičky vaří se také ve víně, procedí a odvar ten pijí proti žloutence. T. XXII. 89.

Chřest obecný

(hromek, hromové koření, štípet, *Asparagus officinalis*, Spargel) má tlustý, krátký oddenek, z něhož vypouští nejprve několik dužnatých, šupinatých pazoušek, které pro kuchyňské potřeby se ořezávají; jinak vyvinou se z nich přes léto vysoké lodyhy, nahoře rozvětvené s úzkými šupinatými listy. Z paždí těchto listů vynikají svazečky útlých pavětiček a pak drobné zelenavé kvítky na stopečkách. Ze semenníku třípouzdrového dozrává kulovitá, červená, lesklá bobule.

Chřest kvete v červnu a červenci, pěstuje se v zahradách, divoce roste na lukách, mezích a

v lese. Mladé, šťavnaté pazoušky se jedí a upražená semena nahražují tu a tam kávu zrnkovou.

Chřest žene hojně na moč a nemá tudíž býti od každého požíván přílišně, několikrát za den, ač je to pokrm jinak chutný a snadno stravitelný.

V dřívějších dobách potřebovali v lékařství kořen, bobule i semena, že podněcují činnost ledvin a uklidňují srdce.

Dále byly doporučovány proti kožním vyrážkám, nemocem srdečním, vodnatelnosti a proti ochrnutí měchýře. T. XX. 83.

Ibišek

(proskurník lékařský, ajbiš, slez, slíz, štěpný slíz, slez zahradní, hybišek, *Althaea officinalis*, Eibisch) roste pořídku, zejména na místech slátnutých, u solivaren a na břehu mořském; u nás pěstuje se v zahradách. Kvete v červenci a srpnu. Má silný kořen dužnatý, vně nahnědlý, vnitř bílý, lodyhu, listy, kalich a plody měkce plstité; listy dolejší pětilaločné, hořejší trojlaločné. Listy a květ sbírají se a suší v červenci a srpnu, lodyha a kořen na podzim a upotřebují se rozmanitým způsobem v lékařství. Kořen obsahuje hojně slizu a odvaru z kořene užívá se proti kašli a neduhům prsním (kataru plicnímu); rovněž proti průjmu a úplavici. — Na odvar berou se ku př. dvě deka rozkrájeného kořene na půl litru vařící vody, v níž nechá se asi 5 minut vařit; vaří-li se déle, má chuť nepřijemnou. Proti pohlavní nemoci (tripru) pije se thé ibiškové několikrát za den.

Tak zvané „Prsní thé“ skládá se z 10 deka listí ibiškového, ze 3 deka kořenu ibiše, z 8 deka sladkého dřeva a trochu květu diviz-

ny, slezu, vlíčího máku a padvanu (čínský anýz). Zevně dává se nař íbišková spařená za obkłada-
dek; změkčuje zatvrdliny. Kořínky a listy dá-
vají se do tak zvaných „pytlíčků“, jež přiklá-
dají se zahráté. — Čukráři dělají ibišové bon-
bony proti kašli a lékárníci ibišové celtličky
(Eibischzeltle, těsto ibišové), jež usnadňují ka-
šláni a pak žlutou masť ibišovou. — Mnozí
vezmou stejným dílem slez, diviznu, bez a
ibišek a odvarem tím kloktají při zánětu kr-
ním. — Farář Kneipp ibišek příliš nedoporučo-
val a říkával, že lék ten jeho očekávání ne-
uspokojil, nebo jen málo; listy i kořínky byly
mu podezřelými. Také se mu zošklivila ta
lepkavá, táhlá tekutina, jež po vaření brzy
seslizovatí a chutná dosti nepříjemně.

T. XII. 47.

Jahodník obecný

(*Fragaria vesca*, Erdbeere) jest vytrvalá by-
lina, neboť z jeho kořene vyrůstají každým
rokem nové listy a květy. Listy jsou trojčetné
a řapíkaté; bílé květy mají pod kalichem ještě
kalíšek (5 menších lístků). Květní lůžko je
homolovitě vyvýšeno a po odkvetení zdužnatí,
zčervená a odděluje se od kalicha; říká se
tomu jahoda červená.

Sotva že léto zapudilo jaro, ukazují se již
na jahodníku červené jahody, jako první ovoce
lesní této doby roční. Především vyhledávají
jich děti a jedí je rády. Rovněž nemocným
jsou pravou pochoutkou. Vedle borůvek červe-
ných jsou i listy jahodníku prospěšným lékem.

Jahodník roste na mýtinách lesních pak v há-
jích a křovích po celé střední Evropě, nejra-
ději na výsluní. Kvete v dubnu až do června.

I v zahradách se pěstuje hojně a dužnatý
plod jeho bývá často veliký jako lískový ořech;

přes to vše dá každý přednost jahodám lesním.

Jahodník má červené chutné plody, jež jsou obcerstvením i lékem. Kneipp doporučoval je při chorobě ledvin, při písku a kameni; rovněž osobám, jež trpí nemocí srdeční. Jelikož čistí krev, mají jich požívat, kdo jsou náchylni k žloutence. Za mládí faráře Kneippa prováděli mnozí tak zvanou jahodovou léčbu t. j. po 14 až 20 dní jedli každý den větší množství červených jahod. Po takové kůře dostávali pak mnozí vyrážku, což pokládáno vždy za dobré znamení. Co bylo toho příčinou, nevím, ale sám znám nejednoho, který po talířku jahod dostane ihned kopřivku.

Také škrkavky (hlísty) vyhánějí jahody z těla.

Někdo jí rád jahody s cukrem, druhý s mlékem, třetí s vínem; nejlépe však učiní, kdo jí zralé jahody tak, jak jsou.

Až dva žejdlíky jahod mají požívat denně zejména ti, kdož mají nemoc jaterní a pak ti, kdo poseti jsou nějakou vyrážkou, jež pochodí ze špatné krve. Po delší dobu vždy ráno a odpoledne po žejdlíku jahod.

Rozmačkané jahody zahánějí skvrny na těle. Proti zápachu z úst užívá se jich též. Odvar jahod slouží za kloktadlo.

Výborným lékem jsou listy jahodové sušené proti průjmům, úplavici a krvotoku; zároveň pak jsou levným a výživným nápojem, který se připraví takto: Vezmeme 3—4 špetky listů jahodových, nalijeme na ně čtvrt litru vařící vody a přikryjeme pokličkou. Po čtvrt hodině slijeme thé a přidáme k němu trochu teplého mléka a kousek cukru.

Dáme-li místo třetiny nebo čtvrtiny listů jahodových mářinku vonnou, nabude thé jak na chůti, tak na obsahu.

Mnozí pijí toto thé jako čaj a činí dobře, neboť ušetří peněz a prospějí svému zdraví.

Listy jahodníkové nutno sbíratí na výsluní za suchého počasí a sušiti ve stínu, ale na čerstvém vzduchu. Když dobře uschly, uloží se do škatule, aby nepozbyly lahodné vůně.

Listy jahodníkové můžeš smíchati i s jinými bylinami léčivými; zejména se šalvějí, bere-li se silné thé, působí dobře proti písku a kamenu v ledvinách i v měchýři. T. XI. 12.

Jalovec obecný

(*Juniperus communis*, Wachholder) jest keř podoby jehlancovité, jehož pichlavé jehlice stojí na větších vždy po 3 přeslenech. Květy jsou v úžlabí listů; prašníkové ve vejčitých, drobných jehnědách, pestíkové v malých šištíčkách, z nichž druhého roku dozrává černý, modře ojíněný plod bobulovitý, zvaný jalovčinka. Jalovec roste v lesích, na suchých pahorcích a ladách; kvete v dubnu a květnu.

Jalovčinky (borovičky, borovinky) obsahují hlavní účinné látky: etherický olej a juniperin. Jalovčinky dle Kneippa mohou se užívatí celé jako pilulky, a to od 3 postupně až do 15 a zase zpět. Mají sílící účinek a podporují chuť i zažívání. Jinak se používá celých zrnek k vykuřování bytů jako desinfekčního prostředku. Lidový prostředek má i odborný význam. Teplem kamen, na něž se několik zrnek nasype, vypařuje se etherický olej do vzduchu. Olej ten je blízký a podobný složením terpentínovému oleji, jenž při vypařování přijímá ze vzduchu kyslík (oxyduje se) a část kyslíku proměňuje se v o z o n. Toto odpařování děje se v přírodě v lesích jehličnatých, proto vzduch je tam čistý (desinfikovaný)

a odporučují se kraje lesnaté k pobytu soucho-
tinářům, aby tam i plíce jejich se zotavily (de-
sinfikovaly), a tím i vyčistily nebo chráněny
byly před šířením se nákazy, jež jako plíseň
zachytila plíce. Podobný účel má vykuřování
jalovcem.

Odvaru z jalovce (asi 1 lžíci tlučeného
na šálek) se používá při vodnatelnosti. Jeví
účinek odváděním vody na moč a je výborným
prostředkem nervovým, činnost některých or-
gánů dráždí a osvěžuje, bolesti tiší a mírní.
Také prospívá při písku a kamenu, chorobách
ledvin a jater.

Povidla jalovcová se získají rozva-
řením jalovce a odpařením procezené tekutiny
do patřičné hustoty s přísadou cukru, podob-
ně jako se připravují švestková povidla. Po-
užívá se jich denně 1—2 kávové lžičky při
vodnatelnosti.

Jalovcový líh si připravíme, dáme-li
roztlučené jalovčinky do líhu a denně lahvič-
kou zatřepáme. Slouží jako kapky (30 i více
kapek několikrát denně) při bolestech žaludeč-
ních, nebo se ho používá k mazání otoků vod-
natelných a proti rheumatickým bolestem.

Jalovcová mast získá se v domácnosti
smícháním 1 dílu oleje na 10 dílů sádla. V lé-
kárnách přidává se pelyněk, aby byla zele-
ná, a vosk aby byla tužší. Slouží k mazání
otoků při vodnatelnosti a rheumatismu. (Na-
hradí ji mnohem lépe obklady ze senných
trusek, z hlíny nebo prostě ve vodě vyždí-
mané).

Méně používá se k týmž účelům loupaných
kořenů jalovcových; obsahují též méně účin-
ných látek. Nejvíce používáno bývá oleje či-
stého k mazání a zrnek jalovcových k odvarům.
Též zrnek nebo oleje možno s prospěchem při-

dati do koupeli, zvláště při rheumatismu. Olej je též dobrým inhalačním prostředkem.

Dříví jalovcového používají soustružníci, jalovčinek kuchařky jako koření. Bobule ty jsou v zimě potravou některým ptákům, zejména kvícalám.

T. XIII. 51.

Ječmen

(Hordeum) má klasy složené z klásků jedno-
květých, jež sestaveny jsou do 6 řad; leč jenom
dvě řady jsou plodné a mají dlouhé osiny.

Seje se z jara a kvete v červnu. Ze zrní
ječmene dělají kroupy, krupky, krupici, slad
k vaření piva i jako přísada ku kávě zrnkové
a šrot pro dobytek.

Z ječné mouky pekou vdolky nebo ji mí-
chají se žitnou na chléb. Sláma je krmivem
místo sena.

Vařený ječmen je lékem proti zimnici a
prsním neduhům. Do litru vody dej plnou
hrst ječmene, vař asi $\frac{1}{2}$ hodiny, pak slej a
pij po šálku dle libosti. Máš-li silný průjem,
upraž s trochou másla několik lžíc ječné mou-
ky a pak ji po chvílkách jez.

Pražením ječmene vzniká slad a odvar sla-
dový pijí proti kamenu, krticím, dně, pak proti
nemocem jater, sleziny a jsou-li střeva za-
tvrdlá.

Umel 4 lžíce sladu, dej do $1\frac{1}{2}$ litru vařící
vody, nech chvíli vařit, pak ustáti, načež to
sced'. Stačí k pití na celý den. Má-li dítě na
těle vyrážku, koupej je ve vodě, v níž byl
vařen slad; lázeň taková prospěje i dospělým
a běře se také při slabosti, ochrnutí a úbytích.
Má-li dítě spálu, jež jen málo se vyrazila,
dej mu pít odvar z ječmene a heřmánku, a
dobře mu posloužíš.

T. XIX. 76.

Jitrocel

kopinatý, špičatý (celník, jazyk psí, beranní, ranocel, skorocel, babka, *Plantago lanceolata*, *Spitzwegerich*) má stvol hranatý, rýhovaný, listy podlouhlé, špičaté, celokrajné, 3—7žilné. Pouzdra tobolek jednosemenná, kraj koruny nahnědlý, nitky bělavé, prášníky žluté. Bylina mnoholetá; kvete od dubna do září. Roste v sadech, u cest, na polích i lukách. Sliznatá semena zobe ptactvo.

Vedle jitrocele špičatého jest ještě jitrocel větší a prostřední; v lékařství doporučí se především špičatý. Používají se kořen, listy a šťáva z nich vytlačená. Při menším nebo větším poranění (říznutí), nakapejme rychle do rány šťávu jitrocelovou, již z čerstvých listů jsme vytlačili. Pak smočme čistý kousek plátna v této šťávě a ovažme jím ránu. Učínáme-li tak 2—3krát za den, zacelí se rána brzy a obvykle bez horečky. Dostaví-li se však horečka po zranění, tu ať pacient vypije 3—5 lžic šťávy jitrocelové. Účinek bude tím jistější, povaříme-li buď zelené nebo sušené listy jitrocelové na způsob thé 3—5 minut ve víně a odvar dáme nemocnému vypít; tím zaženeme horečku ještě dříve.

Horečku vůbec zapudíme, svaříme-li ve víně usušené listy a kořeny jitrocelové a dáme nemocnému z rána na hladový život a večer koflík odvaru vypít.

Pijeme-li 2—3 týdny denně z rána 4—6 lžic jitrocelové šťávy, rozpustíme i vyměsíme tím zhoubné látky uvnitř těla nahromaděné; jest tedy šťáva tato výtečným počistovadlem krve.

Stůně-li někdo dnou, nechť svaří si každé ráno 8—12 lžic roztlučeného jitrocele s ká-

vovou lžičkou medu po 5—6 minut a vypije to na hladový žaludek. Učiní-li tak po několik neděl, tu jedovatina se rozpustí, vyměsí a trapná choroba vezme záhy za své.

Ovážeme-li otok způsobený buď úderem neb rozmačknutím čistým klůckem ve šťávě jitrocelové smočeným a to několikráte opakujeme, opuchlina splaskne záhy.

Kdo má hlísty (škrkavky) v těle, ať pije z rána na hladový život 5—6 lžic šťávy jitrocelové, a nechť teprve za 3—4 hodiny snídá; učiní-li tak po 10—12 dní, zbaví se snadno nemilých cizopasníků.

Kdokoliv jest pokousán psem, kočkou, nechť jen řádně a co možná haed vymyje si ránu šťávou jitrocelovou a ováže jí klůckem v této šťávě smočeným. Hryznutí buď si sebe více znečistěno, zahojí se touto šťávou velmi záhy. Kdyby se však u pokousaného dostavila horečka, nechť vypije denně ráno a večer 4—6 lžic této šťávy. Pochodí-li rána od vzteklého psa, tu třeba, nežli přijde lékař, s ranou zacházeti podobně i užívati šťávy způsobem právě naznačeným.

Kdokoliv buď nastudiv se nebo po jídle a nápoji pocítuje prudké bolesti v životě, nechť natře si tělo šťávou a záhy pomůže si od choroby.

Kdokoliv se obává, že chřadne souchoťmi nebo ubytěmi, nechť pije 3krát za den koflík thé jitrocelového. V létě pak ať užívá po několik neděl šťávy, jak byli jsme svrchu pověděli a zhostí se této choroby.

Kdo má oči zanícené a zardělé, nechť vymývá si je třikrát za den šťávou jitrocelovou a bude sprostěn zla tohoto.

Komu nohy tuze rychlou nebo tuze povolnou chůzí buď se rozbolavějí nebo naběhnou, nechť ováže si je čerstvými listy jitro-

celovými, které pohltní hořkost a otok rozeženou.

Klíček smočený v šťávě jitrocelové a v noci kolem krku ovázaný zbavuje bolesti v hrdle.

Kdo vyplivá hodně krve, ať svaří jitrocel v dobrém octě vinném i pije každé čtvrt hodiny 1—2 lžíce tohoto odvaru; krvácení pak ustane za nedlouho.

Pijeme-li ráno a večer po 10—12 dní koflík thé jitrocelového, vyčistíme si zahlenovaná prsa.

Jitrocelová šťáva. Že tato šťáva je výborným lékem proti kašli, zejména u dětí, je známo. Proto chopil se jí také již průmysl a do obchodu přicházejí rozličné jitrocelové přípravky (bonbony), jež valně ceny nemají. Nejedna matka chtěla by si však šťávu jitrocelovou uchovati na dobu zimní, ale neví jak. Tak jí to zde povíme, dokud je ještě dosti jitrocele špičatého v našich zahradách. — Natrhej si košíček listů jitrocelových, očisti je (omyj rychle vodou), nech trochu uschnouti — asi hodinu — načež rozřež listy tak, jako se krájí tabák na drobno. Pak vezmi vždy hrst toho, dej do pláténka a potluč trochu, načež šťávu z toho vytlačuj do nádoby. — Až budeš mít šťávy asi půl litru, vezmi zrovna tolik čistého medu, dej vše (šťávu i med) do hlíněného hrnce a nechej to nejdéle půl hodiny vařiti na plotně, chvílemi tím míchaje. Po půl hodině přelej to do skleněných nádob, dokud je to teplé, zavaž nádobu nahoře papírem a máš výborný lék domácí na celou zimu. Jakmile počnou děti kašlati, dávej jim denně z toho několik lžic.

Kaprad' samčí.

(*Aspidium filix mas*, Wurmfarren) má dlouhý oddenek, z něhož vystupují listy až na metr dlouhé, vejčité, dvakrát zpeřené. Výtrusy jsou v mládí zakryty šupinami. Roste ve vlhkých lesích a mezi kamením tvoří trsy. Kveté od června do září. Kořen sbírá se v říjnu. Kořen má odporný zápach a hořkou chuť; užívá se ho v lékařství.

Prášek z kořene působí dávení a průjem; rovněž vyhání hlísty. Nejčastěji však se kořene užívá proti tasemnici. Má-li účinkovati, nesmí býti starý a musí se déle vařiti; 3 deka rozkrájeného kořene vař asi v 30 deka vody tak dlouho, až se vyvaří na 10 deka. To stačí k pití na den. Lépe účinkuje prášek, když se vezme ráno na lačný žaludek půl deka, a v poledne i večer ta dávka se opakuje. — Nejlépe účinkuje výtažek v pilulkách; dej v lékárně udělat 20 pilulek z kapradové tresti a prášku, a večer podej pacientovi 10 pilulek a ráno také 10. Za dvě hodiny po ranním požití pilulek musí pacient vzíti nějaké projímadlo, ku př. lžici ricinového oleje. Kdyby nemocný lék zvrátil, což bývá u dětí často, musí se procedura opakovati.

Na venkově jedí často proti tasemnici čerstvou z kořene oloupanou kůru.

Protože při vyhánění tasemnice kromě vrhnutí dostávají se i mdloby, křečovitě záchvaty a jiné nepříjemnosti, není radno, aby někdo sám bez lékaře vypuzoval tasemnici. T. XV. 60.

Komonice lékařská.

(kadeře sv. Jana, kameníček, kominík žlutý, komonice žlutá, koření onbutové, souchotinové, seno křecké. *Melilotus officinalis*, Steinklee) má kořen vřetenovitý, lodyhu až metr vysokou, listy trojčetné s prostředním lístkem dlou-

ze řapíkatým, květy žluté, libovonné a sestavené v protáhlých hroznech.

Roste u cest, na polních mezích, rumišťích a lukách. Kveté od června do září; sbírá se v červenci a srpnu.

Nať do šatstva vložená zahání moly. Na prášek utlučená, míchá se do syra. V mléce vařená prospívá proti úplavici (červené nemoci). Kvetoucí nať má mnoho slizu, je chuti zahořklé, a potřebuje se v lékařství zevně proti zánětným nádorům, napuchlým a zatvrdlým žlázám a to tak, že se buď přikládají z natí suché náčinky, nebo kašičkové obklady nebo spařené zahřívky. Komonicová náplast, již prodávají v lékárně, účinkuje podobně.

Zíidka kdy užívá se odvaru komonicového, a když, pak se vezme 1 deka nati na 20 deka vody.

T. XI. 43.

Kopřiva větší

(žahavka, prhlínka, *Urtica dioica* a *urens*, Brennessel) má čtyřhrannou lodyhu, vstříčné listy a drobné zelené květy v klubičkách na převyslých větévkách úžlabních. — Prášníkové květy mají čtyřčetné okvětí a 4 tyčinky, jež s počátku jsou ohnuty dovnitř. Leč po východu slunce při suchém větru vymršťují se a prášek pylový přenáší se na rostlinu peštíkovou. Květy peštíkové mají okvětí ze 2 lístků a 1 pešík, jenž dozrává v nažku obalenou vytrvalým okvětím. Roste u cest, zdí, plotů a na rumišťích; kvete od června do září. Lodyha obsahuje vlákna, jež možno sprádati v niti a dělati plátno — kopřivky.

Lodyha i listy jsou posety žíhadly; dotkneme-li se jich, vbodne se křehká špička jejich do kůže, ulomí se a ze žíhadla či štětinky prýští se pak palčivá šťáva do rány, načež

kůže pálí a naběhne. Malé pazoušky kopřiv jsou picí housatům, zde onde jich požívají také lidé jako zeleninu či špenát.

Thé z listí a nati čistí krev; odvar z kořene kopřivy denně pitý, léčí vodnatelnost, bílý tók, zahlenování prsou a plic. Kdo máš záduchu (těžký dech), dej si prsa i záda posekati čerstvými kopřivami; rovněž i místa, kde tě trápí hostec (rheumatismus). Šťávy z čerstvé kopřivy vymačkané užívá se proti chrlení krve, zlaté žíle a proti močení krve. Krvácíš-li z nosu, vtahuj šťávu tu do nosu a hned přestane krvácení. Koho souží vyrážka na těle, jez knedlíky, neb oukrop z kopřiv. Komu padají silně vlasy, omývej si hlavu výtažkem z kopřiv sušených. Šlehání čerstvými kopřivami prospívá i při ochrnutí ruky, nohy atd. T. I. 1.

Kozlík lékařský

(kořen kočičí, kozelec, paldrán, odolen, *Valeriana officinalis*, Baldrian, Katzenkraut) má ložduhú přímou, brázditou, listy vstříčné, lichozpeřené, květy bleďočervené, kořen černý, kočičinou odporně páchnoucí. Roste na vlhkých lukách, u potoka a v lesích mezi kameny. — Kvete v červnu a červenci; kořen sbírá se v březnu a na podzim. Kořen usušený je léčivý, tiší bolesti a proto odvaru užívá se proti křečím v žaludku, měchýři, záduše, závratí, padoucnici, čivním nemocem, bolení hlavy, ochrnutí a kousnutí vzteklým psem. Na půl litru vody běrou se 3 gramy kořene kozlíkového, který nutno asi půl hodiny vařit.

V lékárnách prodávají olej a kapky kozlíkové. Protože kořen kozlíkový je jedovatý, není radno užívat ho často, ani bez předpisu lékařského. T. IV. 13.

Křen

(*Armoracia rusticana*, Meerrettig, Kreen) z vytrvalého kořene vyhání listy až půl metru dlouhé a rozvětvené lodyhy až přes metr vysoké. Květy má bílé, šešulky kulovité. Kvete od května do srpna. Pochází od baltického moře, roste divoce na břehu vod a pěstuje se v zahrádkách i na poli pro palčivý kořen. V Čechách je nejlepší „křen malínský“.

Požívá se k masu a slouží též v lékařství.

Křen obsahuje ostrý, tékavý olej, který vnitř účinkuje silně na ústroje zažívací, zevně pak zaněcuje pokožku, ano přivodí i puchýře. Křenové placky (těsto ze žitné mouky, nastrouhaného křenu a trochu vody) přikládají se na místní, prudké bolesti. Nestrouhaný křen (3—4 lžíce polévkové) dej do láhve červeného, dobrého vína a pij z toho třikrát za den kalíšek proti zimnici a vodnatelnosti; ovšem delší dobu.

Nastrouhaného křenu 4 deka dej do 40 deka vařící vody, přidej k tomu cukr nebo syrup a pij proti tak zvané brajtské (brigh-tické) nemoci a pošlé z ní vodnatelnosti. Tento odvar doporučí se i proti dně, kurdějím a zaražené čmýře.

T. XXI. 84.

Kukuřice

(*Zea*, *Mais*) má vysoké stéblo a široké, chlupaté listy, hranaté obilky (plody), z nichž mele se mouka a krupice na rozmanité pokrmy; v Itálii dělají z ní známou kaši „polentu“. — Mimo to krmí se kukuřicí drůbež (krůty) a dobytek (prasata). Vlákna potřebují se na rozličná tkaniva.

Chléb ze samé mouky kukuřicové je těžký, nezáživný, proto míchá se tato s moukou

pšeničnou, žitnou nebo také s vařenými brambory.

Daří se jenom v teplejších krajinách; ve studených nedozraje. U nás pěstuje se za píce pro dobytek.

Květ kukuřicový prospívá proti neduhům močovým; mouky z kukuřice užívají k obkladům.

T. XVIII. 73.

Květelná obecná

(čistec mezní, bylina pupková, čistík, hledík, vlčí huba, Inice, len matky Boží, líčko Panny Marie, rozrazil, vyžlén, žabinec planý, *Linaria vulgaris*, Leinkraut) má přímou lodyhu, čárkovitými listy hustě porostlou a zakončenou hroznem žlutých květů. Květy mají pětidílný kalich a tlamatou, dvoupyskovou korunu. — Spodní pysk je v zadu naplněn medem a v předu má dva oranžové hrbolky, jimiž nitro korunky je chráněno proti dešti a hmyzu. Jenom silnější hmyz rozevře korunku a dostává se k medu. Tyčinky má 4, dvě delší a dvě kratší, jež nitkami jsou přirostlé ke koruně. Pestík má dlouhou čnělku a z jeho semenníku vyvine se dvoupouzdrá tobolka, jež při uzrání 2 chlopněmi se otevírá. Květelná obecná podobá se listy lnu nebo pryšci chvojce a roste u nás hojně u cest i na poli.

Kvete od června do září; nať sbírá se v červenci. Kvetoucí nať doporučují jako lék působící na stolicí a moč, pak proti vodnatelnosti, žloutenici a některým nemocem kožním. K odvaru běže se 2 až 4 deka nati na 20 deka vody. Také upravují z nati květelu masť, kterou se natírají nádorky zlaté žíly neboli hemerroid.

T. IV. 14.

Lekořice

(sladké dřevo, Glycirrhiza, Lakritze, Süßholz) roste v jižní Evropě a pěstuje se na Moravě, hlavně u Bzence a Mikulova. Známý jsou tři druhy lekořice: ježatá, žláznatá a lysá. Oddelek či kořen jejich je sladký a přichází do obchodu pode jménem sladkého dřeva, které k nám dovážejí ze Španěl a z jižního Ruska. Kořen upotřebuje se v lékařství buď nezměněný nebo zdrobnělý nebo v preparátech. Přidává se ku přípravě léků, jež mají nepříjemnou chuť. Také se z kořene upravuje lekořičná šťáva proti kašli, zahlenování prsou.

Na ostrově Kandii bují lekořice na polích tak silně, že se role musí nechat ležeti úhorem; tu pak se lekořice pilně sbírá a posílá do Egypta, kde z ní upravují sladký nápoj.

V Anglii užívají lekořice k výrobě porterského piva, malířské barvy, leštidla na obuv atd.

T. V. 18.

Len setý

(linum usitalissimum, der Flachs) má přímou lodyhu, nahoře větevnatou, prostoupenou pevnými vlákny, jež bývají sprádána v niti. Listy jsou střídavé, úzké, přisedlé; květy mají pětilistý kalich, pětiplátečnou korunku modrou a 5 tyčinek na spodu srostlých. Pestík mění se v tobolku, která dozrávající poltí se ve 5 chloupků. Len kvete modře v červenci.

Len roste v Asii divoce, u nás pěstuje se na poli pro olejnatá semena a pro pevná vlákna. Z vláken předou nitě a z těch tkají plátno. Z hadrů lněných tkanin dělá se nejlepší papír. Ze semen lisuje se lněný olej; zbylými výtlačky krmí se dobytek.

Semeno slouží v lékařství.

Lněného semene utlučeného na prášek a smíchaného s medem užívá se proti úbytěm a neduhům prsním. — Kaše z uvařeného roz-
tlučeného semene přikládá se na otoky, aby se rozehnaly, na zapálené vředy, aby se po-
debraly. Proti kolicě vaří se roztlučené se-
meno s bílým chlebem. Odvaru lněného se-
mene užívají při kataru dýchadel, ústroje mo-
čového, při hostici a dně; asi 1 deka semene
vaří se čtvrt hodiny ve 40 deka vody. — Olej
lněný, smíchaný s mandlovým mlékem dávají
na spáleniny. Zvířata, jež mají cizopasníky
(vši), maž lněným olejem. T. XIV. 55.

Libeček

(apich, opich, vopich, libček, lubeček, vlstek, *Levisticum officinale*, *Liebstöckel*) roste v jižní Evropě a u nás pěstuje se v zahradách jako kmín. Kvete v červenci a v srpnu. Květ a se-
meno jsou žluté. Celá rostlina páchne až od-
porně. Kořen tlustý, jenž bývá z počátku na-
sládlý, později štiplavý, sbírá se z jara, suší
se ve stínu, ale na vzduchu a pak uschovává.
Kořene toho bývá užíváno proti vodnatelnosti,
zastavené čmýře, při chorobách srdečních a
pak hojně v lékařství dobytčím.

Výpary z vařené nati prospívají při kamenu
močovém. T. VII. 28.

Lípa velkolistá

(*Tilia grandifolia*, *Sommerlinde*) má šikmo
srdčité, pilovité listy a na jejich spodu cho-
máčky bílých chloupků. Libovonné květy stojí
po 5—7 ve vrcholíku, jehož stopka je opatře-
na tuhým listenem. Květy mají pětistý kalich,
pětiplátečnou korunu, mnoho tyčinek a svrchní
pestík. Plodem bývá nepukavá, jedno semen-
ná nažka.

Lípa jest oblíbeným stromem u národů slovanských; dříví lípové jest bílé, lehké a měkké a potřebuje se na práce řezbářské, soustružnické a truhlářské, z uhlí dělá se střelný prach a prášek zubní; také se uhlem kreslí. Z kůry dělají nádoby, z lýka rohožky a provazy. — Květ skytá dobrou pastvu včelám a lidem dává známé thé.

Jaký shon bývá po květu lípovém, když se někdo nastudil. Lípový čaj vyhání z těla pot a tiší křeče. Lípových květů používáme též při nastuzení, proti zahlenování v krku a při zastaralém kašli. Thé čistí průdušnice a hojí neduhy v životě, zvláště ty, které mají původ v ledvinách.

Sťáva z kůry čistí krev a hojí popáleniny. Thé, smíšené s medem, čistí krev. Nejvydatněji působí lípové uhlí, které na prášek se utluče. Čerstvě pálené jest nejlepší, poněvadž staré uhlí látky ve vzduchu ssaje do sebe. Aby se uhelný prach lípový zachoval, dá se do láhve a dobře se zazátkuje. Rekonvalescentům, zvláště těm, kteří špatně zažívali, doporučoval Kneipp uhelný prášek, míchaný do mléka a trochu cukru do toho. Bere se denně jedna lžíce, buďto najednou nebo na dvakrát. Prášek z uhlí lípového jest výborným lékem při nemocech jaterních.

Kněz, který trpěl nemocí jaterní, přišel kdys na radu k praelátu Kneippovi. Poradil mu, by ráno a večer bral kávovou lžičku tohoto prášku, buď ve vodě nebo v jiném pokrmu. Duchovní namíchal si denně do koflíčku mléka lžičku prášku a k tomu pojídal kousek chleba; to byla jeho snídaně. Krásně to sice nevypadalo, kousky uhlí plávaly nahoře; kněz však si liboval a pravil, že to má chuť jako čokoláda. Hlavní však bylo: Duchovní tento



úplně se pozdravil, a někdy mívá takovou snídani dosud.

Prášek tento působí antisepticky vnitř i zevně, t. j. brání hnilobě. Prášek, nasypán na hnisající rány, rakovinu, lišej, vysušuje a působí, že se tvoří nová kůže. Užívá-li se prášku, jest výborným lékem při úbytích, nočním pocení, vyrážce, při lišejích, zapálení v krku, plic, při nemocech žlučových, horečce, bledniče. Proto právem tvrdíme, že lipový uhelný prášek jest jeden z nejvýbornějších léků a má býti v každé domácnosti.

Lipové uhlí, smíšené s práškem šalvějovým, jest výborným práškem pro čistění zubů.

Lípa malolistá má účinky stejné.

T. XII. 48.

Locilka jedovatá

(měsíčník, *Lactura virosa*, Giftlattich) má dolejší listy rovnovážné, tupé, nerozdělené, nebo chobotnaté, nažky černé, široko obroubené, na konci lysé. Roste ve střední a jižní Evropě na pustých, skalnatých místech. Celá rostlina obsahuje hojně bílé, mlékové šťávy, ostře hořké, mámivé, která při dotknutí prýští ze zákrovu. Šťáva ta potřebuje se někdy v lékařství.

Z čerstvé kvetoucí nati dělají výtažek, který má účinek jako opium pro spaní, k utišení bolesti, proti křečím, zejména pak proti suchému kašli při souchotinách.

T. VIII. 30.

Lopuch vlnatý

(hořký lupen, lopucha pavučinatá, *Leppa officinalis*) má listy velké, řapíkaté, okrouhlé, srdčité, na spodu bíle plstnaté, květ červený. Šešulky lopuchové zachycují se svými háčky

na vlněný šat. Žertem házejí se také dívkám do vlasů, z nichž těžko dají se vyplést. V lékařství užívá se především kořen, který se sbírá v březnu a v dubnu.

Lopuch roste mezi ploty, ve křoví, na pastvinách, někdy také na lukách. Jest to bylina léčivá, která se rozmanitě užívá. Odvar z listů lopuchových podporuje zažívání, léčí zánět žaludku a vředy žaludkové. Stačí ráno a u večer 3 lžice tohoto thé vypít. Odvar tento chladí, zlepšuje žaludeční šťávy a odvádí plyny. Šťáva z listů, zvláště pak z kořenů jest nejlepším lékem na rány a vředy. Odvar z listů hojí rychle vředy a otevřené rány a zamezuje další šíření. Namočíme totiž plátno v tomto odvaru a přikládáme na bolavá místa.

Ba i staré, hnisající jedovaté rány, které nižádným způsobem nedaly se vyhojiti, hojí se tímto odvarem. Mírná vyrážka na těle lehce tímto prostředkem se vyléčí. Z listů připravuje se též masť tímto způsobem: Listy se usuší, roztrou na prášek, dá se to svařiti se sádlem vepřovým, anebo lépe šťáva z čerstvých listů se vymačká a smísí se sádlem vepřovým. Této masti blahodárně se užívá při hnisajících a (otevřených) zanícených vředech.

Výtečně účinkovala lopucha při rakovině a lišejí, když tyto byly masť lopuchovou buď mazány, neb odvarem lopuchovým čistěny, zvláště, když při tom vodních prostředků se používalo, které pak na celé tělo blaze působily a k vyloučení škodlivých šťáv napomáhaly. — Odvar lopuchový slouží též k vyplachování úst, dělá-li se osutina, v hlitanu v ústech a máme-li bolavé pysky.

Kořen lopuchový jest osvědčeným prostředkem; kde vlasové kořínky neodumřely, tam čistí hlavu od lupů a podporuje mocně vzrůst vlasů.

Rozřezáme trochu kořenů, dáme je do vody s trochou octa, svaříme a tímto studeným odvarem třikrát až pětkrát týdně hlavu pilně omýváme, nebo třeme též hlavu olejem, připraveným z kořene lopuchového.

Natíráme-li hlavu odvarem, radno před tím hlavu natřítí olejem. T. V. 19.

Maceška polní

(bylina psotníková, trojičná, koření srdečné, *Viola tricolor*, *Stiefmütterchen*) má listy vrubkovaně-zubaté, na spodu řapíku značně veliké, lyrovitě dělené palisty, květy bledě žluté. — Kvete od jara do zimy, sbírá se v květnu a červnu.

Roste na polích, rumištích, suchých lukách, na stráních a pro ozdobu pěstuje se v zahradách. Tam bývá různých barev.

Nať macešky doporučovala se kdysi často proti kožním vyrážkám, chrástům na hlavě u dětí, proti lišejím a uhrům ve tváři, zvláště pak proti oparům plicním. Tvrdilo se totiž o macešce, že čistí krev a dobře působí na žlázy mizní a na ledviny. Protože thé maceškové hojně žene na moč, budiž opatrně a mírně užíváno.

Na thé pro děti berou 1 deka suchých macešek na 10 deka vařícího mléka, nechají povařit, načež to procedí a dávají dětem v malých dávkách pít. Někde čerstvou šťávou vytlačenou z macešek potírají osutinu. T. VII. 27.

Mák setý

(*Papaver somniferum*, *Schlafmohn*) má lodyhu i listy zelenavé, lysé, květy bílé, fialové nebo

červené. Seje se na polích i v zahradách. Kvete v červnu; plodem jest makovice, jež uzrává v srpnu.

Na východě nařezávají nezralé makovice, aby z nich prýštěla bílá šťáva mléčná, jež na vzduchu ztuhne v hnědou hmotu, která v tyčinkách nebo kuličkách přichází do obchodu pode jménem opium.

Opium v malé dávce utiňuje bolesti, uspává v líbezné sny a koná tudíž dobré služby v lékařství. Často a ve větších dávkách jsouc používáno, nebo kouřeno, jak zvykem u Číňanů a Turků, hubí zdraví tělesné i duševní. Semena maková upravují se do rozličných pokrmů moučných. Také se z nich tlačí dobrý olej pro malíře. Nerozumné matky vařívaly makovice ve vodě nebo v mléce a odvar ten dávají dětem pít, aby spaly, což mívá někdy následky zlé.

V lékárnách dělají z máku syrop, který pak míchají s jinými léky. T. XIV. 54.

Malinník

(*Rubus idaeus*, Himbeerstrauch). Z oddenku keře malinníku vyrůstají u nás dvouleté větve; v prvním roce nesou pouze listy, ve druhém vznikají z nich květy a z těch plody — maliny červené.

Malinník roste v lesích, ale pěstuje se rovněž v zahradách; kvete v květnu, červnu a červenci. Požívání malin čerstvých doporučí se proti zimnici a úbytím.

Z plodu malinníku upravuje si lid náš syrop, ocet, tresť, vodu a šťavu malinovou i víno.

Výtažek (trest) malinový si upravíš, rozmačkáš-li maliny a necháš v teple státi, až se šťáva oddělí; potom to protlač či proced, nech opět ustáti a přidej k tomu trochu líhu.

Voda malinová upravuje se ze zbytku malin při děláni octa, když se smíchají s vodou a nechají se státi; pak se to procedí.

Šťáva malinová dělá se z malin rozmačkaných; na tři kila malin vezmi půl kila cukru, dej to vařiti, až to zhoustne jako sirup, načež nalej to do lahví, jež dobře opatří zátkou.

Víno smíchané se šťávou malinovou prospívá zejména nemocným při horečce a pak osobám starším pro stolicí T. XV. 58.

Marhaník obecný

(*Punica granatum*, Granatbaum) jest domovem v severní Africe a Malé Asii, odkud byl přenesen do jižní Evropy. — Má hodně vysoký kmen, kvete v červenci a srpnu; kulaté a červené ovoce dozrává na podzim.

Plody jeho t. zv. granátová jablka jsou oblíbeny; požívá se však jenom slupka semená, nakyslá, chuti skoro rybízové. V Malé Asii připravují z ní oblíbený, limonádě podobný nápoj, zvaný sorbet (šerbet).

Kůry kořenové, nebo také slupky, užívají jako léku proti tasemnici a proti červům; kůra vaří se půl hodiny, pak smísí se s likérem salmiakovým, k tomu přidá se kyselina citronová, nechá ustáti, načež se to sleje a pije. — Slabý žaludek granátových jablek však nese.

T. II. 4.

Mařinka vonná

(koření božcové, svízel voňavý, asparelka, *Asperula odorata*, Waldmeister) má lodyhu čtyř-

hrannou, listy po osmi podlouhle kopinaté, dolenní po 6, kopisťovité. Květy bílé ve vrcholících, korunu nálevkovitou, bílou nebo načervenalou. Roste ve stinných listnatých lesích, zejména hornatých; kvete v květnu a červnu. Nať s listy sbírá se počátkem června. Pokud nekveté a pak sušená, voní velmi příjemně. Rozmačkaná nať přikládá se na boule, nádory a vředy, podporuje hnisání. Na čelo uvázaná, utiňuje bolení hlavy.

Odvaru z nati a listů užívá se proti chvění a silnému bušení srdce, proti zácpě, vodnatelnosti, žloutence a kameni.

Někde připravují z ní májové víno (Maitrank) takto: Hrst čerstvé rozkvétající mařinky dají do litru bílého vína asi na půl hodiny, načež víno scedí, osladí a pijí, aby si vyčistili krev.

T. IV. 12.

Máta peprná

(máta pepřová, koření větrové, nána, *Mentha piperita*, Pfefferminze) mívá lodyhu i listy lysé, podlouhlé, nebo kopinaté, s dlouhým řapíkem. Je to bylina mnoholetá, až půl metru vysoká, kvete od června do srpna a pěstuje se v zahradách, někde i na poli.

Listy a nať silně voní, chuť mají kořennou, s počátku zahřívající, pak chladící, což pochází od mentholu, který obsažen jest v jejich etherickém oleji. Protože máta peprná hojně se pěstuje a pro její dobré vlastnosti užívá se jí ku zmírnění bolesti v podobě cukrovinek, listů, vody, oleje, líhu, náplasti. Thé z usušených listů mátových podporuje zažívání, pije-li se ráno před snídání a po večeři šálek.

Kdo je zesláblý po nemoci, nebo trpí silným tlukotem srdce, často zvrací, bež denně ráno a večer na špičku nože prášek ze suché,

roztlučené máty peprné. Komu páchne z úst, pij thé mátové, uvařené v polovici vína a v polovici vody, po několik dní 1 2 šálky.

Kdo strádáš chrlením krve, připrav si mátový odvar s octem a užívej ho po kávových lžičkách.

Bolesti v podbřiší zaženeš pitím teplého odvaru máty, vařené v mléce.

Máš-li silné bolení hlavy, ovaž si čelo, po případě celou hlavu listy mátovými a brzy pocítíš úlevu. — Mátu se šalvějí a pelyňkem pijí proti lišejí. Olej mátový zahání bolesti čivní (nervové), křeče, migrénu a bolení v uších.

T. XI. 41.

Mateřídouška

(žádovník, chodec, *Thymus serpyllum*, Quendel, Feldthymian) má lodyhu na spodu dřevnatou, větvitou, poléhavou, listy drobné, vespod tečkované, jež příjemně voní. Červené květy vyrůstají z úžlabí nejhořejších listů a jsou na některé rostlině větší, na jiné menší. Roste na výsluní na polních mezích, u cest a na stráních. Kveté od června do srpna, kdy se sbírá pro lékárny.

Dává se dětem do koupelí a k zahřívkám.

Thé pijí venkované při slabém trávení a proti křečovitým záchvatům. — Při hostci a ochromě doporučuje se mazání olejem mateřídouškovým.

V zahradách pěstují pro kuchyň mateřídoušku vlašskou.

T. X. 39.

Meduňka lékařská

(melissa, rojovník, thé matkové, *Melissa officinalis*, Melisse) má vejčité, vroubkovaně pilovité listy, dolejší na spodině srdčité, květy

bílé, nebo narůžovělé. Pěstuje se v zahradách, kvete v červenci a srpnu. Listy trhají se před květem, zpravidla v červnu, a suší na yzduchu ve stínu.

Thé z nati a listů (1 deka na 20 deka vody) tiší bolesti v životě, křeče, koliku, vyhání větry z těla a podporuje zažívání.

Proti padoucnici prospívá melissové víno; do lahve bílého vína dej 2—3 hrsti usušené meduňky, po týdnu slej a nemocnému v malých dávkách podávej.

Naložíš-li listy do čistého líhu, dostaneš kapky meduňkové.

V lékárnách prodávají melissovou vodu a tak zv. karmelitské kapky proti křečím, nadýmání, kolice, dávení a jiným obtížím žaludečním.

T. X. 37.

Mech islandský, lišejník islandský, plicník

(*Cetraria islandica*, Isländische Schildflechte) má stélku olivově hnědou, keříčkovitou, z plochých, po okraji brkovitých větví složenou. Plody jsou okrouhlé, štítkovité a na povrchu hnědé; leč jenom v horách. V nížině je tento lišejník neplodný.

Roste na suchých vřesovištích a v borech téměř po celé Evropě, nejvíce však na severu.

Obsahuje v sobě hojně škrobu, jenž ve vodě mění se v rosol, jehož pro zvláštní hořkou látku užívá se v lékařství proti neduhům plicním. Je-li mech ten zbaven hořké látky své, požívá se jako zelenina. Na Islandě pokrývá lišejník ten velká prostranství a Islandané i Laponci rozemílají jej v čas nouze na mouku a pekou z ní chléb, který ovšem valně nechutná.

T. XIII. 50.

Mrkev — Karotka

(*Daucus carota*, Möhre) má kořen tuhý, vřetenovitý a sladký, lodyhu chloupky porostlou, listy 2—3krát zpeřené a lístky peřenosečné; drobné žlutavě bílé květy v okolících. Kalich je zakrnělý. Po odkvětu vyvine se ze semeníku dvojnážka, t. j. plod, jenž při uzrání uschne a rozdělí se ve dvě jednosemenné, ježaté tvrdky.

Mrkev roste u cest, na mezích a lukách divoce, leč v zahradách pěstuje se hojně pro dužnatý, sladký kořen. Kvetě od června do srpna.

Kořen mrkvový přidává se jako zelenina k masu, vaří se jako příkrm, upražený nahrazuje kávu, nebo se přidává do cikorky.

Také se z mrkve dělá sirup proti kašli a neduhům prsním. — Děti, jež mají škrkavky, ať jedí ráno na lačný žaludek syrovou mrkev. Vředy, které se rozežirají, léčí někde náplastí z utlučené nati mrkvové a medu.

Když v zimě a časně z jara selky a mlékařky mají bledé máslo, co dělají? Rozstrouhají syrovou mrkev, vytlačí z ní všecku šťávu, a tu zpracují do másla, aby bylo pěkně žluté, jako bývá pravé přírodní v létě T. XIX. 79.

Námel

(žito svatojanské, náměl, námlečník, žito černé, *Secale cornutum*, Afterkorn) jest malá houba, která za mokrého léta vyrůstá v podobě černého růžku na místo zrna z klasů žitných.

Námel má ošklivou chuť, jest jedovatý a proto mouka z něho lidskému zdraví škodlivá; i jest tudíž povinností rolníků a mlynářů, postaratí se o to, by námel z obilí byl odstraněn.

Rozemele-li se námel se žitem na mouku a

přijde do chleba, bývá z toho nemoc námel-
ka, která se jeví závratí, křečí, svrběním, po-
citem zimy v břiše a v zádech, dávením, tla-
kem v jamce srdeční, slabým tepem, skrovným
močením, potem atd.

V lékařství užívá se námelu k zastavení
chrlení krve, krvácení ze střev, z rodidel a j. v.
Námel účinkuje zvláště na materník (matku,
dělohu), který silně stahuje; proto nesvědomi-
té ženy těhotné pijí odvar námele, aby potra-
tily. Jenom že větší dávka může se státi ne-
bezpečnou a přivoditi prudkým krvotokem —
smrt. T. XVI. 61.

Náprstník červený

(*Digitalis purpurea*, Rother Fingerhut) má vy-
sokou, přímou lodyhu a střídavé, nedělené
listy. Květy nachové vyrůstají z paždí listů a
jsou k jedné straně obráceny. Koruna je zvon-
kovitá, se šikmým okrajem, barvy žlutavé,
s hnědými skvrnami uvnitř.

Roste na kamenitých, lesních stráních. Kve-
te od června do října. V zahradách pěstuje se
pro okrasu i pro lékárnu.

Krásná tato bylina je silně jedovatá; půso-
bí průjem, zvracení, závrať, mdlobu a mrtvici.

Listy přikládají se na bolesti v obličejí, na
otoky a výrostky.

Lékaři předpisují kapky náprstníkové při
chorobách srdečních. T. III. 11.

Ostružiny

rostou na keři, jenž slove ostružiník a
má krátký, tlustý oddenek, z něhož vyhánějí
přímé, oblé a dvouleté větve. V prvním roce
nesou tyto lodyhy pouze listy; teprve ve dru-

hém roce vznikají z nich vrcholíky bílých květů. Plod — malina černá neboli ostružina — jest z počátku červená a v srpnu u nás zčerná.

Ostružiník roste v lesích, na mýtinách, zpravidla hojně pospolu; pěstuje se také v zahradách. Čerstvé ostružiny jedí se k osvěžení; šťáva z nich dává se na pečivo (vdolečky) nebo do pečiva.

Nezralé a sušené upotřebují se proti průjmům. Nař a listí vaří se a odvaru užívá se proti krvotoku, průjmům nebo za kloktadlo při bolení krku, zánětu mandlí. Odvar z kořene je prostředkem počisťujícím a žene na moč.

Listí malinové a ostružinové vařeno v louhu barví vlasy na černo. Tak prostým způsobem připravuje se dobré barvivo na vlasy, a prodává se lidem nesvědomitým za drahý peníz.

Ostružníku podobný je ježinník, jehož plody nezralé a sušené slouží proti průjmům. Listí, květu a ovoce lze užiti uvnitř i zevně jako odvaru i obkladku, jenž mírní horkost. Proti vyraženinám a lišejnům radí se pít thé ježinníkové z listí sušeného a mladé nati rovněž sušené. Večer uvaří se v půl litru vody hrst tohoto listí z mladé nati, nechá se státi přes noc a ráno se pije.

Šťávou ostružin natíráme kůži, bychom zahnali vyraženiny a rozličnou ostrost krve.

Dřevo a listy ostružinové vaří se a nad tím napařují si naši venkované oteklé nohy.

Z toho všeho je zřejmo, jakou zásobárnou a nevyčerpatelnou lékárnou je příroda tomu, kdo si jí jen trochu všímá. T. XVI. 63.

Oves setý

(*Avena sativa*) mívá převislé klásky na konci tenkých větviček rozkladité laty. Každý klásek

skládá se ze 2 kvítků a je obalen velkými zelenými plevami. Jedna ze dvou pluch mívá štětínovitou osinu. Obilka (plod) je s pluchami srostlá.

Seje se z jara a kvete v červenci a srpnu. Pěstuje se zejména v krajinách hornatých, kde jiné druhy obilí již se nedaří. Chudí horalé pekou z ovesné mouky chléb, ze zrní dají se dělati kroupy na kaši, praží slad a pálí z něho kořalku, vaří pivo. V Rusku připravují z ovsa oblíbený nápoj kvas.

U nás je oves především pící pro koně, drůbež a krmný dobytek. Sláma se potřebuje v domácím hospodářství; také z ní někde pletou rohožky.

Ale i v domácím léčení koná oves dobré služby. Ovesná mouka dává se jako náplast na vředy, které léčí a rozhání. Jsi-li nastuzen, a máš-li kašel, vař hodně dlouho oves a pak koupej v odvaru tom nohy; po koupeli jdi hned do postele. — Máš-li koliku, nebo píchání v boku, vezmi asi litr ovsa a trochu soli, dej do čisté punčochy (ponožky), ohřívej na plotně a přikládej na břicho nebo na bok. —

Vezme-li se do úst teplý odvar ovsa s octem, přestanou bolet zuby.

Rekonvalescentům upravíš z ovsa dobrý a výživný nápoj takto: Vezmi litr ovsa, vyper ho vždy v čerstvé vodě 6krát za sebou, pak vař jej ve 2 litrech vody tak dlouho, až se voda vyvaří na polovici; pak to slej, oslaď dvěma lžícemi medu a nech to ještě několik minut na plotně vařit. Pije se vychladlý po troškách.

Ovesné krupky vaří se a přikládají na otok. Z loupaného ovsa upravují se silné polévky a kaše. Ovesná sláma vaří se půl hodiny a v odvaru tom koupají se krtičnaté děti. Odvarem tím čistí se také ledviny a proto se pije proti

písku močovému. Farář Kneipp vedle pití thé radil i teplé koupele v o d v a r u z ovesné slámy; teplota lázně buď asi 28 stupňů R.

Pampeliška

(smetánka, *Taraxacum, officinale, Löwenzahn*) má listy klikatě vykrojené, u kořene růžovité rozložené a dutý stvol, na němž sedí žluté květy. Po uzrání skládá chmýr na polštářovité, lysé ježli chmýřovitou kouli, kterou vítr trhá a daleko roznáší. Pampeliška roste v sadech, na lukách a na trávnících u cest. Obsahuje v sobě, zejména ve stvolu, bílé hořké mléko, jehož se kdysi užívalo v lékařství. Dnes upotřebují tu a tam kořene a mladých listů; požívají je jako salátu.

T. VIII. 31.

Pažitka

(šnitlík, *Allium schoenoprasum, Schnittlauch*) tvoří z čárkovitých a rourkovitých listů husté trsy, jež občas se ořezávají dle potřeby kuchyňské.

Planě roste na břehu potoků a řek, pěstuje se v zahradách i doma ve květináčích.

Pažitka dává se do polévky, do sardelových vajíček, do tvarohu s máslem (toleranc).

Žene na moč.

T. II. 7.

Pelyněk

(peluň, pelynka, *Artemisia absinthium, Wermutk*) má listy vespod běloplstnaté, spodní zpeřeně dělené, hořejší nedělené. Drobné, světlóžluté úbory květní jsou na ohnutých stopkách obráceny dolů; obvodní květy jsou zakrnělé. Roste na skalnatých stráních, u cest a návrších. Kvete v červenci a srpnu.

Nať silně zapáchá a chutná velmi hořce.

Velikou hořkost přirovnává lid dosud pelyňku. Pelyněk je sice hořký, ale dobrý; od nepaměti pokládá se za lék, jenž žaludek posiluje, hlísty (škrkavky) vypuzuje, na moč žene a proti hnilobě dobře účinkuje. Pelyněk osvědčuje se výborně proti pálení žáhy, nadýmání, žloutence, zimnici, křečovitě kolice, vleklému průjmu, chorobě jaterní, vodnatelnosti a proti nadbytečné kyselině žaludeční. Užívá se buď jako prášek, nebo odvar; prášek bere se na špičku nože a k odvaru vezme se 1—2 deka sušeného pelyňku na 20 deka vody. Spaříš-li pelyněk jako čaj, máš odvar méně hořký; vaříš-li ho, dostaneš odvar silně hořký. Pije se za 2 hodiny lžice.

U materialisty koupíš pelyňkový výtažek i pelyňkový olej; tu stačí několik kapek na cukr nebo na lžici vody.

Trochu sušeného pelyňku, svařeného s medem dává dobrou vodičku na oči. T. V. 17.

Petržel

(petružel, petružka, apich zahradní, Petrose-linum sativum, Petersilie) má lysou lodyhu, obal 1—2listý nebo žádný, listy žlutozelené a plody holé. Kvete v červnu a červenci. Kořen sbírá se v březnu, semena v září a říjnu.

Petržel pěstuje se pro kuchyň i pro lékárnu. V kuchyni potřebuje se list a kořen petrželový (do polévky, k masu), v lékárně list, kořen a semeno. Kořen vyznačuje se zvláštním zápachem. Celá rostlina žene na moč, což způsobuje olej v ní obsažený. Kořen i nať vaří se a požívá se proti obtížnému močení a kameni; rovněž účinkuje dobře při chorobách ledvin, žaludku a měchýře. — Ženy, když přestaly kojiti, přikládají si vařenou petrželovou nať na prsa, aby neztvrdla. Odvar petržele

zahání pihy a působí hladkou kůží. Vodu petrželovou piji proti vodnatelnosti. Rozmačkané listy přikládají na otoky, zatvrdlé žlázy a při bodnutí hmyzem.

Petrželi podobají se kozí pysk a bolehlav; obě rostliny jsou jedovaté. Bolehlav rozmačkán páchne odporně, jako kočičí moč.

T. XX. 81.

Plavuň obecná

(červotoč, pásek sv. Jana, špárek, čertův čpár či spár, zemský mech, medvědí tlapa, muří noha, jelení růžek, skok, vidlák, vidláček, vlačcha, *Lycopodium clavatum*, Bärlapp) roste v suchých lesích horských, má plazivou lodyhu a větve vzpřímené, nesoucí na konci po dvou klasech výtrusných. Listy jsou velmi husté, čarkovité, a vycházejí v tenkou štětinu, takže se plavuň podobá velikému mechu. Klasy bývají žlutavě zelené, listeny vejčité, zoubkované; v úžlabičku jich jsou výtrusnice s drobounkými, širožlutými výtrusy, jež slovou mechové semeno a jehož se při pokusech fyzikálních, v divadle, v lékárnách k obalování pilulek a v domácnosti jako žlutého prášku zasejpacího užívá na opruzení, opary a úročky.

Vnitřně bere se prášek ten při obtížném močení, řezavce a křečích měchýře močového; do 3 lžic čistého medu dej lžici prášku plavuňového, smíchej dobře a pak každé dvě hodiny vezmi toho kávovou lžičku.

Plavuň kvete v červenci a srpnu; semeno sbírá se v srpnu.

T. XVI. 62.

Podběl

(devětsil, podkovka, babuška, kopyto koňské, líčko materi, *Tussilago farfara*, Huflattich) vyhání z kořene plstnaté stvoly se žlutými květy. Roste v příkopech, u cest a potoků; kvete

v březnu a dubnu. Listy obsahují tříslovinu a sliz a byly od nepaměti užívány jako thé proti kašli, nemocem prsním, souchotinám a dýchavičnosti. Kdo trpí zádechou, kladou si čerstvé listy na prsa. Protože chladí, přikládají se také na záněty, růži a otevřené rány. Rozmačkané, čerstvé listy dávají na vředy. T. IX. 34.

Proso obecné

(*Panicum miliaceum*) má stéblo krátké, tlusté, latu převislou a zrno pluchami zastřené.

Pochází z Východní Indie a seje se všude v Evropě od dávných dob.

Zrna vytloukají se na zvláštních stoupách ze pluch a slovou pak pšeno nebo-li jáhly, jež vařené slouží lidem za pokrm — jahelník, kaše, syrová ku krmení drůbeže, zejména malých kuřat. Z prosa upravuje se nápoj, který živí, mírní bolesti a pomáhá při prsním neduhu.

Kdo má plané či ovčí neštovice, ať pije odvar z jahel a leží v posteli; při tom buď pacient ráno a večer omýván teplou vodou z vařených otrub. Voda nebuď však příliš horká a po omytí ať pacient jde zase hned do postele.

T. XIX. 77.

Pšenice

(*Triticum vulgare*) liší se od žita tím, že má klásky 3květé, plevy široké a obilky (plody) žlutohnědé. Seje se na podzim i z jara a daří se jen v dobré půdě střední a jižní Evropy. Kvete v červnu.

Zrna pšeničná dávají krupici a bílou mouku na koláče a jemné pečivo; rovněž i slad na pivo „Ale“ v Anglii. Z mouky pšeničné dělá se škrob a maz.

Ze stébel pšeničných pletou v Italii klobouky. — Kdo stůně úbytěmi, rozdělá pšeničnou mouku pivními kvasnicemi a dává si tím těstem natíratí žíly.

Spařené pšeničné otruby přikládej si v pytlíčku plátěném na břicho, máš-li v něm bolesti. Rekonvalescentům po těžké nemoci dává se pítí odvar z pšeničných otrub. V litru vody vaří se plná hrst otrub asi hodinu, pak se to scedí, osladí medem neb cukrem a pije vlažné neb studené dle libosti.

T. XVIII. 71. a 72.

Puškvorec

(akorum pravé, kořen prstvorcový, šišvorcový, prskořen, *Acirus calamus*) má kořen (oddenek) článkovitý a dužnatý, pod zemí rozlezlý, z něhož vycházejí mečovité listy a stvol bezlistý, který je na jedné straně ostrý a na druhé žlábkovitý. Žlutozelené listy jsou nahloučeny na konci stvolu v podlouhlou palici.

Puškvorec zná na venkově každé dítě; roste na pokraji rybníků, bařin, v příkopech močálovitých, vůbec u stojatých vod na půdě písčité. Kvete v červnu a červenci. Kořen kope se na podzim nebo z jara.

Kořenu upotřebujeme při nemocech zimních, zvláště při zimnici střídavé. Dále při slabosti ústrojů zažívacích, komu kyseliny a plyny (větry) hojně se vyvíjejí. — Pak při krvotoku, vodnatelnosti koná dobré služby; podporuje zažívání. Konečně při snětivých, rakovitých vředech, zejména při kostižeru. Tu posypeme cupaninu práškem puškvorcovým a navlhčíme vše dobrou, žitnou kořalkou.

Při chorobách výše uvedených brává se puškvorec buď jako prášek denně asi šest gramů, nebo jako thé, k němu brává se na

půl litru vody as 10—15 gramů puškvorcového kořene.

Toto thé dává se také píti dětem krtičnatým. Trpí-li někdo často průjmem, musí býti v užívání puškvorce opatrný, aby se průjem nezhoršil.

Drogisté i lékárny kořen také vaří, rozkrájejí a cukrem obalují. T. XV. 59.

Rdesno

(hadí kořen, hadovec, úžovník, *Polygonum bistorta*, Knöterich) má hadovitě prohnutý odenek, uzlinatou lodyhu, listy vespod sivozelené, podlouhle vejčité nebo vejčito-kopinaté, dolejší přikrojené v křídovitý řapík, hořejší přisedlé, poněkud srdčité. Bledorůžové květy v konečném klase. Květy mají 5dílné okvětí a 8 tyčinek. Kvete v červnu a červenci na vlhkých lukách, v horách i rovinách.

Kořen obsahuje mnoho třísloviny a odvar doporučoval se kdysi proti průjmu, krvotoku a slizotoku. K odvaru brali 1 deka na 20 deka vody. Také prášku z usušeného kořene užívali po 10 ctgrm. dvakrát až třikrát za den.

Odvar z kořene brán také k vystřikování, k obměkčujícím obkladům i ku kloktání při krvácení dásní, oteklých mandlích a čípku.

T. II. 6.

Rdesno ptačí neboli truskavec

(štukavec, chrustavec, oupěr, horohaše, *Polygonum aviculare*, Wegtritt, Vogelknöterich) má lodyhu obyčejně položenou, větevnatou, až na konci drobnými listy porostlou. Kvítky sedí v úžlabí listů.

Roste po celé střední Evropě u cest a na pastvištích, polích a rumištích.

Kvete od července do října. Nažky jeho po-

jídá na podzim ptactvo. Thé z této rostliny po dvou koflících denně prospívá proti kamenu a písku v ledvinách a měchýři. Kdo si navykl pít týdně alespoň jeden šálek tohoto thé, nebude nikdy strádati kamenem, zejména přidá-li k rdesnu na thé ještě trochu přesličky.

Dále čistí truskavec či rdesno játra, žaludek i prsa; v posledním případě míchej truskavec s jitrocelem. Má-li někdo koliku, pij thé z truskavce velmi horké a brzy poznáš, jak rázem přestanou prudké bolesti.

Při úplavici užívali naši předkové této bylinky s prospěchem, vařili ji ve vodě a červeném víně (každého polovic), a podávali toto thé nemocnému k pití tak horké, jak mohl je snést.

Kdo si pokazil žaludek, thé rdesnové dá ho brzy do pořádku. Máš-li vředy v žaludku nebo na střevách, pij včas thé rdesnové.

I staré zevní vředy vyčistíš rdesnovým odvarem, zejména přidáš-li ku zvýšení účinku zeměžluč, pelyněk a dubovou kůru.

Rovněž lišej žiravý (lupus), vředy a píštěle (fistule) vymývej odvarem tím a po vymytí přikládej na ně pláténko v odvaru hodně namočené. — Chceš-li vydatně působiti proti kamenu a písku v měchýři močovém, vezmi $\frac{1}{4}$ litru červeného vína, přilej do toho $\frac{1}{1}$ litru vody, dej vařit a když se to vaří, hod' tam plnou hrst sušeného rdesna či truskavce, nech chvíli povařit, pak slej a pij v malých dávkách po celý den. To opakuj několik dní za sebou, až bude lépe, t. j. až z tebe vyjde hodně písku, po případě kámen.

Réva vinná

(*Vitis vinifera*, Weinrebe) jest keř s dřevnatým, popínavým pněm a s listy 3—5laločnými,

zubatými, vespod plstnatými. Proti nim stojí rozvětvené úponky, jimiž réva na tyči se zachycuje. Květy má malé, neúhledné, v hustých latách (květenstvích). Plodem jsou šťavnaté bobule v hroznech; pojídají se buď čerstvé nebo sušené jako hrozinky (malým říkájí korintky, velkým sultánky), nebo se z nich lisuje víno dle barvy bobulí — červené nebo bílé. Z jader bobulových tlačí se olej. Z kvasící šťávy vytlačené z bobul odlučuje se droždí, z něhož se dělá silná kořalka „koňak“. Dříví révové, spálené na uhlí, dává čern knihtiskařskou a modrou barvu. Čerstvé hrozny slouží k léčení, zejména při zácpě a žloutence. Léčba hroznová záleží v tom, že asi po 4 týdny požíváme denně čerstvé, zralé hrozny ve větším množství. Leč chudokrevní nesmí se tak léčiti.

Šťávy z mladých výhonků révových užívali dříve proti úplavici; šťávy z odříznutých na jaře prutů proti kameni. Ževně natíral se tou šťávou lišej a chrásty. Odříznuté pruty se spálily, z popele udělal se louh a tím natírali si lidé nečistou kůži.

Rozmarina

(*Rosmarinus officinalis*, Rosmarin) je keř až 2 metry vysoký, vždy zelený, jenž v jižní Evropě jest domovem a u nás pěstuje se v zahradách a v hrncích za okny. Má úzké, kožovité listy, na spodu bělavé, květy bledě modré nebo bělavé. Kvete od března do května. Listy i květy vydávají balsamovou vůni a chutnají hořce; příčinou toho jest etherický olej, který má léčivou moc a účinkuje na čivy (nervy). Rosmarinové thé doporučuje se proti závratí, mdlobám, křečím a zastavené čmýře.

Olej rozmarinový s cukrem proti nadýmání.

Líh rozmarinový potřebuje se k mazání žaludku, když bolí, k natírání pohmožděnin, podlitin, modřin, nadmutí břicha a j. v.

Mastí rozmarinovou (upravenou z rozmariny, routy, marjánky, vavřínu, sádla, loje, vosku a oleje jalovcového) mažou se zesláblé neb ochrnuté údy.

Víno rozmarinové (do láhve bílého vína rozkrájej hrst usušených listů rozmarinových a nech několik dní státi na slunci, pak slej) pomáhá při vodnatelnosti a vadě srdeční; ráno a večer ber 3—4 lžíce. Odvarem rozmarinovým vyplachují ústa a kloktají při krčním zánětu.

T. IX. 35.

Rosnička

(rosnatka, rosa sluneční, *Ros solis*, *Drosera*, *Sonnenthau*) jest několikaletá 8—20 cm vysoká bylina s růžicí přízemních listů, které jsou na svrchní straně a po krajích posázeny červenými, kulatou žlázkou zakončenými chlupy, takže se podobají plochým polštářům, do nichž napícháno bylo drobných špendlíků. Ze žlázek vylučuje se jasná, lepkavá tekutina, jež za slunečna třpytí se jako rosné kapky, odtud jméno rostliny — rosa sluneční.

Ze středu přízemní růžice listové vyrůstá jeden nebo několik 1—2 dm vysokých stvolů, jež nesou na konci 3—10 kvítků, které mají pětidílný kalich, pětiplátečnou, bílou, jenom dopoledne v letních měsících rozvíjející se korunku, pět tyčinek a semenník se třemi čnělkami. Plodem jest tobolka jednopouzdrá.

V Čechách a na Moravě rostou dva druhy rosničky, okrouhlolistá a dlouholistá, které liší se od sebe pouze tvarem listů.

První roste na bařinách, vlhkých lukách a stráních Krkonošských, druhá v mokřích rašeliníštích na Třeboňsku. Professor Čelakovský našel u Jindřichova Hradce ještě třetí druh, rosničku obvejčitou, která zdá se býti křížencem prvních dvou druhů. Mimo tvar listů není však mezi nimi žádného rozdílu. Před dávnými lety byla rosnička v lékařství velmi vážena a vychvalována, zejména proti chrapotu, kašli, dušnosti, souchotinám a proti chřadnutí. Arnold de Novavilla vyprávěl o ní, že divno jest, kterak ten člověk může umřítí, jenž by ji každého rána trochu požíval.

V době naší doporučuje se rosnička opět jako výborný lék proti kornatění cév, proti stárnutí a chřadnutí.

V Botanické zahradě v Praze na Slupi pěstuje rosničku nadšený její citel prof. Velenovský.

Rulík zlomocný

(r. jedovatý; němnice, nadragula, Atropa belladonna, Tollkirsche) má kořen z mládí petrželi podobný, z něhož vyhání vysokou lodyhu, vidličnatě rozvětvenou s listy vejčitými, kalně nachovými květy a zvonkovitými korunami. Leskle černé bobule růžovou šťávou naplněné, podobají se višním, jež chovají v sobě prudký jed — atropin, jehož lékaři však s prospěchem užívají při některých chorobách, zejména očních; dále proti neduhům čivním, žaludkovým křečím, padoucnici, nemocím jaterním a duševním. Rulík roste na lesních pasekách a mýtinách v celé střední a jižní Evropě; vydává nepříjemný, omamující zápach, kvete od června do srpna. Nezkoušení lidé požitím takových bobulí přivodili si již často předčasnou smrt. Příznaky otravy rulíkem po-

činají závratí, rozšiřováním zornic, omámením, modráním rtů, silnou horečkou, ospalostí, velikou žízni, obtížným močením, škrcením v krku atd.

V Itálii dělají z rulíkových bobulí líčidlo a nesvědomití sládci dávají rulík do piva, aby je učinili řízným a opojným. T. X. 40.

Rybíz

(meruzalka červená, víno sv. Jana, rybízle, svatojanské jahůdky, *Ribes rubrum*, *Johannisbeere*) má větve bez trnů, listy vroubkované, květy hroznaté, plody hladké, barvy červené nebo žlutobílé.

Planě roste v houštinách, u nás pěstuje se v zahrádkách pro chutné, nakyslé bobule. — Kvete v dubnu a květnu. Plody sbírají se v červenci a požívají se buď syrové nebo jako šťáva, sirup a víno. Zavařenina dává se do pečiva.

Rybíz doporučuje se proti žízni a horkosti, bolení hlavy, závratí, tlukotu srdce, mdlobám, zácpě, žloutence, kameni močovému a škrkavkám. T. XXII. 90.

Řebříček

(žebříček, jazejček husí, myší, kočičí ocásek, žebro ovčí, tisícolistník, *Achillea millefolium*) má lodyhu přímou, huňatou, až 60 cm vysokou, oddenek plazivý, listy 2—3krát zpeřeně dělené, s růžovou nebo bílou kytkou ve vrcholíku. Kvete v červenci, srpnu a v září.

Roste po celé léto až do podzimku a nachází se vedle cest, na lukách, na polích. Účinky má podobné jako šalvěj. Řebříček čistí a zlepšuje krev, sílí při různých chorobách a od-

poručuje se nejen nemocným, ale občas i zdravým. Čaj řebříčkový hojí vnitřní vyrážky a zápaly. Pijeme-li čaj z řebříčku (šalvěje), jitrocele a kapradí, čistí tento špatnou, ostrou krev. Aby špatné látky z těla se vyloučily, by zahlenovaný žaludek se vyčistil, pijme čaj řebříčkový. Při nemocích nervových, zlaté žíle, při obtížích močení koná řebříčkový čaj výborné služby. Užíváme-li každou hodinu lžici tohoto odvaru, podporuje trávení, napomáhá stolicí. Abychom blahodárné účinky zvýšili, mícháme řebříček s jinými bylinami, se šalvějí a kapradím proti pocení nohou, s kapradím a přesličkou proti bolestem na prsou a zácpě, s bezovým květem a jalovcem proti kloubnímu reumatismu. Též zevně dává se odvar řebříčkový na rány a bolesti, které velice hojí; účinek jest vydatnější, jestli zároveň odvar se pije. Myje-li se kdo odvarem řebříčkovým, čistí a šlechtí to kůži v obličeji. T. IV. 15.

Řeřicha potoční

(*Nasturtium officinale*, Bach- oder Brunnenkresse) má přímou lodyhu chloupky posetou a listy žilkované, okrouhlé a malé, žluté květy. Nať je ostrá, trpká, semeno podobné hořčici.

Řeřicha roste u vody a pěstuje se v zahradách.

Mladá řeřicha požívá se jako salát, který čistí krev, játra a sílí žaludek. Proti neduhům plicním radívají časně z jara až do května pojídati denně ráno hrst řeřichy.

Šťáva z řeřichy vymačkaná, žene na moč a pomáhá od zácpy.

Semeno s kmínem smíchané, chrání od závrati. Řeřichy vařené v pивě užívají proti vodnatelnosti. Na spáleniny přikládají někde roz-

mačkanou řechu s cibulí a břechanem a v lněném oleji opečenou. Když se olej procedil, maže se jím poraněná místa. T. XVIII. 69.

Řeštlák počistivý

(*Rhamnus cathartica*, Kreuzdorn) jest trnitý keř nebo nízký strom se vstříchnými větvemi a vejčitými, po okraji jemně pilovitými listy, které v každé polovině mají 3 silná žebra. Květy jsou 4četné, zelenavé a plod — dužnatá, černá, kulatá peckovice.

Roste v lesích, na stráních, a v plotech; kvete v květnu a červnu. Peckovice výše zmíněné silně počisťují a slouží v lékařství a barvířství. Připravují se z nich barvy: zeleň řeštláková a žlut. Dřevo jest pěkné, žluté, jehož potřebují truhláři a soustružníci.

Peckovice řeštlákové, zvané jinak bobky aviňonské, jahody psí, počisťující, řeštláčky, potřebují se k vyčistění střev při zácpě, pak proti vodnatelnosti, vyrážce a dně.

Peckovice vaří se s cukrem až do zhoustnutí, načež užívá se projímadla toho lžíce a opakuje se, když ve 3 hodinách neobjevil se účinek. Zpravidla dostaví se stolice brzy. Dětem stačí půl lžičky kávové. T. XIII. 52.

Slez lesní

(*Malva sylvestris*, Malve) má plstnatou, přímou, větevnatou lodyhu, listy dlanitě pětilaločné, vroubkované. Z úžlabí listů vyrůstají růžové květy.

Roste podle cest, plotů a na rumišťích, zřídka kdy v lesích. Kvete od června do září.

Rozeznává se několik druhů: slez okrou-

hlolistý, jenž má poléhavou lodyhu a malé, bledě růžové květy. Roste na návších, u cest a zdí. Má hojně plodů, jimž lid říká syrečky, Pána Boha koláčky, ratáčky.

Dále slez římský (zahradní, topolovka, *Alhea rosea*, Pappelrose, Stockmalve) pěstuje se v zahradách a mívá krásné, červené květy.

Všecky slezy obsahují hojně slizu, jenž účinkuje dobře na sliznice. Doporučují se tudíž při katarrech dýchadel, chrapotu, kašli, proti rezavce močové a kameni, za kloktadlo při zánětech v ústech, při chrlení krve, úplavici a souchotinách. Odvar slezový, slabě vlažný, kapou do očí při skvrnách na rohovce. Vůbec se upotřebuje slezu jako proskurníku a ibišku.

Zevně užívá se na klystýry a obklady.

T. VI. 22.

Smrk

(*Pinus picea* nebo *abies exulca*, Fichte, Rothtanne), je statný strom lesní, až 40 metrů vysoký, kůru má červenohnědou, v šupiny rozdralou, korunu jehlancovitou, složenou z větví přeslenovitě sestavených, vodorovně odstálých. Větvičky jsou hustě porostlé tuhými jehlicemi (jehličím). Květy nemají obalu květového, prášnickové jsou sestaveny v krátké jehnědy, pestíkové sedí po dvou v šištičkách. Křídlatá semena, která se vyvinou z květů pestíkových, nejsou uzavřená v semenníku, nýbrž jsou nahá. Za léto šištička dorůstá v dřevnatou šišku, jejíž šupiny při uzrání se odchlipují a semena vypadávají. Protože jsou křídlatá, roznáší je vítr na vše strany.

Smrk roste i ve špatné půdě v krajinách hornatých, tvoří veliké lesy, t.zv. smrčiny. Dříví potřebuje se za palivo i stavivo. Jako palivo je špatnější dříví borového; hoříc

silně praská a proto slove praskavým. — Korou (tříslem) vydělávají se kůže.

Dřevo roní mnoho pryskyřice, z níž dělá se terpentýn, náplasti, smůla a kopt.

Dříví smrkové je žlutobílé až červenobílé, lehké, pružné, měkké, štípatelné, takže hodí se k výrobě šindele, dužin a resonančních desk hudebních nástrojů strunových. Ze smrkového dříví vyrábí se také papír, který je velmi pevný. I uhlí se z něho pálí.

Smrčinám škodivá časté hrabání steliva, vichřice, zvěř, která okusuje výhony mladších a ohryzuje kůru starších stromů a konečně hmyz, zobonosky, larva chrousta, housenky bekyně, kůrovci a j. v. T. XVII. 68.

Šalvěj lékařská

(zahradní, *Salvia officinalis*, *Salbei*) má lodyhu dole dřevnatou, větvíčky a mladé listy šedoplstnaté, podlouhlé, svraskalé a silně vonné, koruny fialové. Pěstuje se v zahradách; kvete v červnu a červenci. Květů se v lékařství neuzívá, pouze natí a listů, jež nutno sbírat, nežli rostlina rozkvete.

Nať a listy chovají v sobě silici a tříslovinu; odvar šalvěje piji proti velkému pocení, jež tělo vysiluje.

Šalvějí čistíme zuby, žaludek, střeva, ledviny, zaháníme vředy, hojíme rány, léčíme záněty v ústech (mandlí, dásní, čípku) atd. K odvaru či na thé bere se 1 deka listů na 20 deka vody.

V lékárnách prodávají šalvějový olej a kapky. Šalvějové listy potřebují se hojně v kuchyni. T. IX. 36.

Špenát obecný

(*Spinacea oleracea*, *Spinat*) má listy většinou podlouhle vejčité, nebo šípovité a drobné, ze-

lené květy. Pochází z východu a pěstuje se u nás pro kuchyň buď jako špenát zimní s listy šípovitými, nebo jako špenát letní s listy vejčité podlouhlými.

Listy špenátové, čerstvé, mladé a zdravé, mají jísti zejména chudokrevní. Před vařením listy nejprve očisti, spař a pak teprve v jiné, čisté vodě dej je vařit. Dobře učiníš, přidáš-li některé koření, jako: trochu soli, pepře, květu, zázvoru i malý kousek česneku.

T. XXI. 85.

Šťovík

(*Rumex acetosa*, Sauerampfer), má lodyhu vysokou, uzlinatou a ryhovanou, listy střídavé, nahoře přisedlé, dole řapíkaté. Palisty srostlé v botku, jež objímá lodyhu. Okvětí má 6lupenné, 6 tyčinek, trojhranný plod (nažka). — Květy drobounké, červeno-zelené.

Roste na lukách a úhorech; kvete od května do července. Listy a lodyha obsahují kyselinu šťavelovou, proto šťovík dosti příjemně nakysle chutná.

Mezi prvními jarními bylinkami roste šťovík, jehož rády dívky vyhledávají a na něm si pochutnávají. V domácnostech požívá se jako salát. Jako z kopřiv, tak i ze šťovíku dělají se knedlíky, ovšem, že mouka k tomu vzítí se musí. Pokrmy takto upravené mají chuť dobrou a jsou zdravé. — Zvláště potrava taková slouží dobře nemocným; čistí krev a zlepšuje šťávy žaludeční. Šťovík doporučuje se těm, kteří následkem pokaženého žaludku nemají chuti k jídlu. Vnitřní nesmírná palčivost, která pochází ze žaludku, hojí se výborně thém šťovíkovým. Těm, kteří měli vředy v ústech, nebo v krku, doporučoval Kneipp šťovíkový odvar

anebo šťávu ze šfovíku, s medem smíchanou a svařenou.

Šfovík ve víně uvařený tiší bolesti v životě, a žene na moč. Proti kurdějím jest šfovík lékem výtečným. Jak snad známo, kurděje mají původ v pokažené krvi; dásně nabíhají a hnisají. Šťávou šfovíkovou třou se dásně.

Jsou-li nohy bolavé, zvláště u starších lidí, tu příkládají se listy šfovíkové, které mírní bolest. Dále jest šfovík vydatným lékem proti svrabu; když takto nemocný bolavá místa si rozdrápal, vymývají se rány odvarem šfovíkovým. Odvar ze šfovíku dobře působí jako kloktadlo, pak na tvrdé vředy, aby změkly; i rány otevřené dobře jím vymývati.

Někde odvarem šfovíkovým zahánějí i lišeje.
T. XVIII. 70.

Topol

(*Populus, Pappel*) bývá zpravidla vysoký a štíhlý strom, s přiblými větvemi, listy vejčitými, tupě zubatými, vespod bělavými s tmavší, žilkovou sítkou. Pupeny a mladé listy obsahují lepkavou pryskyřici. Topol roste u silnic, potoků, na alejích a kvete v dubnu. —

Pupeny sbírají se v březnu i dubnu a v lékárnách připravují z nich topolovou masť proti různým chorobám a pak pomádu na vlasy.

U nás je znám topol bílý s listy stříbřitými, topol černý, topol vlašský a j. v.

T. VII. 24.

Třezalka

(svatojanské koření, *Hypericum perforatum*, Johanniskraut) je 30—60 cm vysoká s listy vejčitými. Díváme-li se na lístky proti světlu,

zdají se být jakoby hustě jehlou propíchaný, což je odtud, že jest v nich mnoho žlázek olejných, jež prosvítají jasněji. Květy jsou žluté. Kveté v červenci a srpnu; roste na suchých travnatých místech, nejraději na výsluní.

Třezalkové thé působí dobře proti močení do postele u dětí, nadýmání, větrům a zašlemování prsou.

Vratič obecný

(*Tanacetum vulgare*, Wurmfarne, Wurmkraut) má vysokou přímou lodyhu a žlutý květ. Roste na mezích, poříčích, hrázích, podle cest, příkopů a plotů. Kveté od července do října. —

Celá rostlina má zvláštní, silnou, nikoli však příjemnou vůni a chutná hořce. Chová v sobě tékavý olej, pryskyřici a tříslovinu.

Listy, květy a semena skytají dobrý lék proti hlístům (škrkavkám), proti špatnému trávení, dně, vodnatelnosti, bledničce a křečím. Proti bolestem v kloubech pomáhají koupele z listů, nati, květů a semen vratičových. Na odvar bere se až 2 deka rostliny na 20 deka vody. Prášku $\frac{1}{2}$ —1 gram denně.

Nať a listy prý zahánějí blechy a štěnice.

T. IX. 33.

Zeměžluč

(koření tisícizlatové, chlístník, kyřice, *Erythraea centaureum*, Tausendguldenkraut) má lodyhu čtyřhrannou, nahoře větevnatou, listy vstříčné, květy bledě růžové a v květenství vrcholíkovém. Kalich pětizubý, 5 tyčinek; plod jest semenná tobolka. Roste na výsluní u cest, na pasekách a suchých lukách; kvete od července do září. Květ, listy i kořen chutnají hoř-

ce a proto dávají je někde do piva; v lékařství slouží především pro posílnění žaludku. —

Thé ze zeměžluče vyhání větry ze žaludku, odstraňuje kyselinu, zlepšuje žaludeční šťávy, prospívá proti žíze, chorobám jaterním a ledvinovým. Zeměžluč se míchová s hořkým jetelem a pelyňkem na thé a kapky proti škrkavkám a žloutence. Kdo jdeš na cesty, zaopatři se těmi kapkami; dobře ti poslouží. Strupy omývají odvarem zeměžluče s vodou hrachovou. Rovněž vyrážku na těle odvarem zeměžlučovým zahánějí. T. XV. 57.

Zito

(rež, *Secale cereale*) vyhání z kořene duté, kolentaté stéblo s úzkými listy, jež mají velké pochvy a lodyhu kolkolem těsně objímají, přecházejíce hned v čepel. Mezi pochvou a čepelí je jazýček, jenž brání, aby voda, stékající po listech a stéble, nezatékala do pochvy. Květy jsou sestaveny v klase, jenž skládá se z menších klásků, opatřených na spodu 2 plevami. Každý klásek má 2 kvítka po 3 prášnicích a pestík s 2 pérovitými bliznami. I slabý větřík pohybuje prášníky, z nichž pel na sousedních bliznách se zachycuje. Plod je šedá nažka, zvaná obilka.

Žito dostalo se k nám z Asie a pěstuje se na poli. Seje se na podzim a z jara; na podzim zaseté přezimuje a slove proto žito o z i m o v é, druhé pak žito j a r n í. Zrno žitné zbavuje se mletím slupěk (otrub), načež z mouky peče se chléb, který je výživný a zachovává dlouho dobrou chuť. Jarní žito se také praží na přísadu ku kávě zrnkové. Lidé dýchaviční pijí kávu jenom z jarního žita upravenou.

Již od starodávna pálí se ze žita lín a dělá kořalka — samožitná, již užívá se i v lékařství komývání ochablých svalů, k obkladům a k zastavení krváčení. Pražená mouka žitná přikládá se také v pytlíčkách na břicho, jsou-li v něm bolesti.

T. XVIII. 74.



Žádejte u svého knihkupce neb přímo v níže uvedeném nakladatelství:

Tajemství pravého žití.

Léčení dietou. — Cena Kč. 3'30.

MUDr. Svoboda:

Stručný rádce o epidemických nemocech.

Cena Kč. 1 — ,

Nakladatelství Vaněk a Votava
na Smíchově.

OBSAH:

Předmluva	5
Aloe	7
Andělíka	8
Angrešt	8
Anýz	9
Arnika	9
Balšám	11
Bedrník	11
Bez černý	12
Blahovičník	13
Blín černý	14
Borůvka	14
Brambor	15
Bříza bílá	16
Brusnice	18
Brutnák	18
Celer	19
Cibule mořská	19
Cibule obecná	20
Citronník	22
Cvikla	22
Čekanka	23
Černobýl	23
Česnek	24
Čočka obecná	25
Divizna velkokvětá	25
Dobromysl obecná	26
Dub letní	26

Fenykl obecný	28
Fialka vonná	28
Heřmánek pravý	29
Hořčice bílá	30
Hořec žlutý	31
Hořký jetel	31
Hrách setý	33
Chmel obecný	33
Chřest obecný	34
Ibišek	35
Jahodník obecný	36
Jalovec obecný	38
Ječmen	40
Jitrocel	41
Kaprad' samčí	44
Komonice lékařská	44
Kopřiva větší	45
Kozlík lékařský	46
Křen	47
Kukuřice	47
Květeln obecný	48
Lekořice	49
Len setý	49
Libeček	50
Lípa velkolistá	50
Locilka jedovatá	52
Lopuch vlnatý	52
Maceška polní	54
Mák setý	54
Malinník	55
Marhánik obecný	56
Mařinka vonná	56
Máta peprná	57
Mateřídouška	58
Meduňka lékařská	58
Mech islandský	59
Mrkev	60
Námel	60
Náprstník červený	61

Ostružiny	61
Oves setý	62
Pampeliška	64
Pažitka	64
Pelyněk	64
Petržel	65
Plavuň obecná	66
Podběl	66
Proso obecné	67
Pšenice	67
Puškvorec	68
Rdesno	69
Rdesno ptačí	69
Réva vinná	70
Rozmarína	71
Rosnička	72
Rulík zlomocný	73
Rybíz	74
Rebříček	74
Řeřicha potoční	75
Řešetlák počistivý	76
Slez lesní	76
Smrk	77
Salvěj lékařská	78
Špenát obecný	78
Šfovík	79
Topol	80
Třezalka	80
Vratič obecný	81
Zeměžluč	81
Žito	82



1.
Kopriva



2.
Česnek



3. Blahovičník



4. Marhaník



6.
Rdesná
hadí ko



5. Aloe



7.
Pažitka



8. Blin



10. Bez černý



9.
Divizna





12.
Mařinka
vonná



13.
Kozlík
lékařský



14.
Květel,
čístec
mezní



15.
Řeřiček



16.
Černobýl,
pelun
černobýl



17.
Pelyněk



18. Lekořice



19.
Lopuch,
hořký lupen



20.
Arnika, prha



21.
Brutnák,
borák



22.
Slez



23.
Andélíka

24.
Větvička
topolová



27.
Maceška



25.
Fialka,
violka



26.
Anýz



28.
Libeček,
apich



29.
Hermá-
nek



30.
Locika
jedovatá,
mésíčník



31.
Pampe-
smetán



32.
Fenykl





33.
Vratič
obecný



34.
Podběl,
devětsil



35.
Rosma-
rina



36.
Šalvěj

37.
Meduňka



39.
Mateřídouška



38.
Balsám,
máta
kadeřavá



40.
Rulík zlomocný





41.
Máta
peprná



42.
Jahoda
červená



43.
Komonice
lékařská



44.
Borůvka,
černá
jahoda



45.
Horec
žlutý



46.
Citron



47.
Ibišek



48.
Lípový
květ



50.
Mech
islandský



51.
Jalovec



52.
Řešetlák
počistivý



49.
Cibule
mořská

53.
Dobrá
mysl,
lebeda
obecná



54.
Mák



55.
Len



56. Dubové listy a duběnky





57.
Zeměžluč



58.
Maliník,
malina



59.
Puškvorec



60.
Kapradí



61.
Námel



62. Plavuň



63. Ostružiny



64. Bedrník, třebník



65. Hořký jetel, vachta



66. Hořčice bílá



67. Bříza



68. Šiška smrková



69. Řericha



70.
Šťovík



71.
Pšenice
letní



72.
Pšenice
zimní



73. Kukuřice



74. Žito v květu



75. Oves



76.
Ječmen



77.
Proso



78. Hrách



79.
Mrkev



80. Celer



81.
Petržel



82. Čocka



83.
Chřest



84. Kren



85. Špenát



86.
Brambor



87. Cvikla



88. Brusinky



89. Chmel



90. Rybíz,
meruzalka červená



91. Angrešt, srstka



Strophanthus Kombé



17A1021326

1C 128 949 pul.

4 ks



Digitalis lanata



Uragoga Ipecacuanha



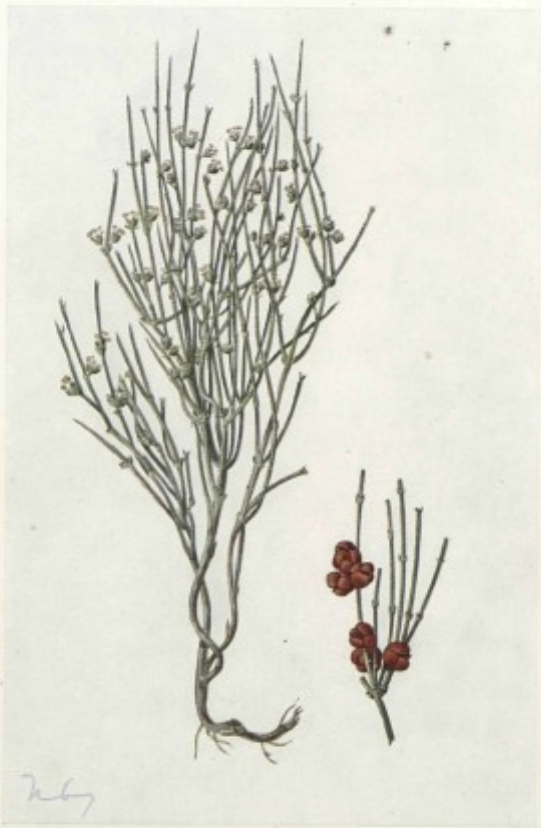
Secale cornutum



Lobelia inflata



Atropa Belladonna L.



Ephedra mon.

