

Egészségtár - Angyalgyökér

2009 november 11. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása Még nincs értékelve

Mérték

A növény drogja (gyógyításra alkalmas hatóanyagokat tartalmazó része) a gyökere és a levele. Gyökerét ?szt?l tavaszig gy?jtik, a levelet kaszálva gy?jtik, de mindig csak a két éves növény kifejlett leveleit.

Angyalgyökér, alias orvosi angelikagyökér (Angelica archangelica)
Angi (azaz Angelika) barátn?m épp ma hívott fel, így megihletett és gondoltam, meg is osztom veletek iziben a fitoterápiás tanulmányaim során els?ként tanult gyógynövényr?l, az orvosi angelikáról a tudnivalókat.

További nevei: angyalf?, angelikagyökér, orvosi angelika

Leírása: Erny?svirágzatúak családjából, a lestyán rokonával van dolgunk. Északi országokban ?shonos: Izlandon, Szibériában. Magyarországon termesztett növény.

Két méter magasságig is megn?, szára üreges, alul karvastagságú, levélkéi világoszöldek, virágai sárgásak. Gyökere répa alakú, kívül szürkésbarna, belül piszkosfehér.

A növény drogja (gyógyításra alkalmas hatóanyagokat tartalmazó része) a gyökere és a levele. Gyökerét ?szt?l tavaszig gy?jtik, a levelet kaszálva gy?jtik, de mindig csak a két éves növény kifejlett leveleit. Ennek sárga tejnedve b?rirritáló, ezért keszty?t érdemes húzni, ha dolgunk van vele.

Hatóanyagai: kumarinok, flavonoidok, keser? anyagok, illóolajok

Amint látjátok (illetve olvassátok), keser?anyagok mellett illóolajokat is tartalmaz (tehát az Amara Aromatia csoportba sorolhatjuk). Ezek az anyagok, kiváltképpen a tárgyalt angyalgyökerünk serkentik a gyomor-, epe- és hasnyálmirigynedvek termelését és kiválasztását, s egyúttal étvágyjavító hatásuk is van. Nemhiába találhatjuk meg a gyomorkeser?kben felhasznált gyógynövények között.

Alkalmazása:
• általános ideger?sít?ként enyhe idegnyugtató hatásánál fogva
• étvágyjavítóként – ilyenkor evés el?tt 15 perccel fogyasszunk teájából, édesítés nélkül. A teát egy kávéskanál gyökérb?l készítsük 2 dl vízhez és 15 percig f?zzük, hiszen gyökérdrogról van szó.
• roboráló, azaz er?sít? szerként
• javasolt beteges sovány ságnál
• gyomorer?sít?ként - szakemberek gyakran más gyógynövényekkel együtt keverik a megfelel? hatás elérése érdekében
• diszpepsziás panaszoknál (emészt? szervrendszer fels? szakaszának problémáinál, mint például hányinger esetén, túltelített gyomor érzetnél; bélfert?tlenít?, görcsoldó, felfúvódást megszüntet? hatású; bár önmagában is fogyasztható a fenti elkészítés szerint, a fitoterapeuta más gyógynövényekkel kombinálva összeállíthat teakeveréket is bel?le a megfelel? hatás elérésének érdekében)
• epebántalmak esetén
• enyhe vízhajtó hatású
• keser?, f?szeres lik?rök alapanyagául is szolgál, svédkeser?k fontos alapanyaga
• küls?leg reuma, köszvény esetén szeszes bedörzsöl?szerekben alkalmazzák

Figyelem! Vízhajtó és lázcsillapító szerek hatását feler?síti, illetve helytelen használata fotodermatitiszt okozhat, azaz fényérzékenységet (konyhanyelven: ha napra mész, kiütéseket kaphatsz...ami nem is annyira vicces!).

Fentiek miatt is inkább készítmény formájában szoktuk használni. Például a svédkeser?k egyik legfontosabb összetev?je, mint ahogy azt már említettem. Egy másik dolog, amire nagyon kell figyelni, hogy a növény könnyen összetéveszthet? az igen mérgez? csomorikával, ezért bízzuk szakemberre a gy?jtését. S?t, a gyökér kiásása elég fáradságos munka, s mivel az átlagnál fogékonyabb a kártev?kre, a tárolása is nagyobb odafigyelést igényel. Használata ellenjavallt gyomor és bélfekély esetén.

Érdekesség: Az északi országokban, például a németeknél f?szerként, salátaként és f?zeléknek elkészítve is felhasználják a levelét.

Forrás: Barbara és Peter Theiss: Erd?k, mez?k patikája
http://antalvali.com



Ajánló