

Mezei cickafark/Közönséges c.

Achillea collina/A. millefolium

Drog: Millefolii herba/Achilleae herba et flos; virágos föld feletti hajtás és virágzat.

A növény 30-50 cm magas.

Bogernyős virágzat.

Fészkés virágzatú. Kívül nyelves, belül csöves virágok vannak, színük fehér vagy rózsaszín.

A levelek szórtak, szeldeltek, lándzsásak, molyhosak.

Előfordulása:

Hazánkban általánosan elterjedt, gyakori növény.

Fogyasztása:

Átlagos napi dózis: 2-4 g.

Két tk. drogot 150 ml forrásban lévő vízzel leönteni, 10 percig állni hagyni, étkezési szünetekben fogyasztani, 3-4 x/nap.

Hatás: antiflogisztikus (gyulladáscsökkentő); spazmolitikus (görcsoldó); antimikróbás – ez utóbbi a herbadrogra jellemző.

Alkalmazás:

Belsőleg

étvágytalanság és diszpepsiás zavarok esetén, valamint az emésztőtraktus görcsös fájdalmainál használják. Klasszikus „női gyógynövény”, fitoösztrogénjei miatt ösztrogénhiányos állapotokat kezelhetünk vele.

Külsőleg

teájával nehezen gyógyuló sebeket borogatnak. A kismedence gyulladásos eredetű megbetegedéseinél, görcsös fájdalmainál ülőfürdőben alkalmazzuk.

Ellenjavallat:

Fészkésvirágzatúakkal szembeni allergia esetén kerülendő.

Figyelem, erős hatású gyógynövény!

