

4. Ako víle pomohli bylinky



„Hapčí! Ha-ha-hapčí!“ kýchala hned' zrána víla Jazmínka. „Tuším si mala pravdu, Ola. Prechladla som. A niečo ma škriabe v krku.“

„No vidíš. Ale neboj sa, asi to bude len chrípka a z tej sa rýchlo vyliečiš.“

„Ako sa liečia ľudia, keď sú chorí?“ opýtala sa víla.

„Idú k lekárovi. Ten ich prezrie a predpíše im lieky, ktoré si kúpia v lekárni.“

„Pôjdem aj ja k lekárovi?“ potešila sa Jazmínka, lebo si predstavila, aké to bude zaujímavé a koľko nových vecí zase uvidí.

„Najskôr sa skús vyliečiť sama. V našom lesíku je toľko liečiv! A ľudia o nich často ani nevedia,“ dodala Ola a niečo hľadala v skriní. Potom vytiahla tri veľké papierové vrecká.

„Hmmm, ako voňajú!“ povedala víla. „Ale to predsa poznám. V prvom máš rumanček, v druhom lipu a v treťom skorocel.“

„Správne,“ usmiala sa Ola. „A teraz ti navarím veľa čaju. Ty dnes zostaň oddychovať v posteli.“

Víla zostala celý deň ležať. Vôbec nejedla, ale zato pila oveľa viac ako inokedy. Večer jej začalo byť teplo a bola čoraz viac horúca. Ola ju poriadne poprikrývala mäkkou perinou a Jazmínke sa zdalo, že je zase doma, medzi svojimi sestrami, s ktorými sa schováva a naháňa pomedzi husté smreký... Keď sa zobudila, bola celá spotená. Rýchlo sa prezliekla, lebo jej začalo byť chladno, napila sa lipového čaju a opäť zaspala...

A pretože bola víla, na druhý deň bolo po horúčke.

„Ola, veď ty si ma vyliečila!“ zvolala ráno Jazmínka.

Tá sa len spokojne usmiala: „Vyliečila si sa sama, a nebolo to ani také ťažké, však?“



Jazmínka predstavuje liečivé rastliny

Rumanček pravý (harmanček, kamilka)

Nie sú to krásne kvietky?

So sestrami sme si z nich zvykli robiť venčeky do vlasov. A teraz mi Ola prezradila, aké sú tieto kvety čarovné! Pomáhajú liečiť každý zápal, či je to nádcha, chrípka, bolesť brucha, alebo dokonca zranenie. Môže sa piť (hmmmm, aký vynikajúci je s medom!) alebo sa z neho dá spraviť odvar, ktorý používame na obmývanie rany alebo zápalu na koži. Rumanček môžu piť aj malé deti. Krásne sa po ňom upokoja a lepšie zaspia. Kvietky na odvar môžeš zbierať celé leto.



RUMANČEK
PRAVÝ

Lipa malolistá

Spomínaš si, ako som sa v teplej posteli vypotila, keď mi Ola dala vypiť liečivý čaj? O pár hodín mi klesla horúčka a ja som sa cítila omnoho lepšie. Bolo to práve vďaka kvietkom lipy. Skús si ju uvariť, keď ťa bude trápiť boľavé hrdlo a horúčka. Zo stromu treba zbierať celé súkvetia aj s jazykovitými lístkami. Kvitnú v júni a v júli.



Skorocel kopijovitý

Tak táto bylinka je hotový poklad! Pokiaľ sa nedajbože zraníš, prilož si na ranu čerstvý list skorocelu, ktorý buď narežeš, alebo trochu rozdrvíš prstami. Uvidíš, ako sa ti bude rana pekne hojiť. A to nie je všetko. Skorocel ti pomôže pri silnom kašli a dokonca aj astme. Vtedy treba piť skorocelový čaj. Listy zbieraj od mája do augusta.