

A fekete nyár gyógyító ereje

Gyógyászati szempontból a fekete nyárfa (*Populus nigra*) rügye értékes, amit akkor kell gyűjteni, amikor elkezdi ébredni a természet. Kérge is hatásos. A rügyekből a következő módon készíthetünk teát: fél-egy evőkanálnyi szárított rügyet 15 percig főzünk egy csésze vízben. Szűrés után fogyasztható. Ajánlott mennyiség: napi három csészényi.

Teájának remek **fájdalomcsillapító** hatása van, ami alkalmazható reumás fájdalmaknál. A **lázat csillapítja, fokozza az izzadást**, ami különösen megfázásos betegségeknél előnyös. **Az izmok gyulladáson megbetegedésénél** is alkalmazható. Mivel **fokozza a húgysav eltávolítását**, köszvény esetén is ajánlott. Jobb hatás érdekében kombinálhatjuk 1:1 arányban csalánlevéllel, mezei zsurlóval, petrezselyemgyökérrel, angyalfűvel, fehér babhéjjal és tövises iglicegyökérrel.

Aromaterápiás víz alatti masszázsa is ajánlott a fekete nyárfa rügye, ami szintén jó hatású **üzleti panaszok** esetén. Kádní meleg vízbe cseppentsünk még 2 csepp citromfű-, 5 csepp kakukkfűolajat is. 15 percig masszírozzuk a beteg testrészt balról jobbra, majd törülköző után kenjük be a rügy kivonattal tartalmazó hidratáló krémmel, éjszákára pedig fekete nadálytőből készült kenőccsel.

Teája **fertőtleníti a húgyutat**, tehát

fertőzésekre jó hatású. **Felfázás esetén**, amikor fájdalom és csípő érzés kíséri a vizeletet, szintén előnyösen alkalmazható. Ebben az esetben teája repkénnyel kombinálható, az 1:1 arányú keveréket 5 percig főzzük, majd szűrjük le. Naponta 3-5 csészével ajánlatos fogyasztani belőle.

A leveléből készült tea is felhasználható, különösen akkor, ha **vizelettartási problémákkal** küszködik valaki. 1 evőkanálnyi mennyiséget 3 percig főzünk egy csésze vízben, 15 perc állás után leszűrjük. Naponta 3 csészével fogyaszthatunk belőle.

Túlságosan erős **lábizzadás**, illetve **bőrgombásodás esetén** kiváló hatású. Ehhez egy kis maroknyi rügyet 15 percig főzünk 2 liter vízben, majd megsűrjük. Egy másik főzetet is készítünk ugyanúgy diólevél, tölgyfakéreg és bazsalikom 1:1 arányú keverékéből, majd a két szűrletet összeöntjük egy lávóba. Ebben kell áztatni a lábat kb. 20 percig.

Régebben fájából faszenet égettek, amit porítás után **emésztési zavarokra, gyomorégésre, hányinger és fel-fúvódás ellen** alkalmaztak.

Remek gargalizálószer készíthető belőle: szárított leveléből 4-5 evőkanálnyit 4 dl vízben 15 percig főzünk. Szűrés és kihűlés után a **szájüreg gyulladása**ira (torok-, hangszál-, íny-, mandu-

la-, stb.) kiválóan alkalmazható. Óránként gargalizáljunk vele.

A rügyéből készült tea **javítja a prosztata betegségeinek kellemetlen tüneteit**, ami baktériumölő, fájdalomcsillapító, illetve gyulladásgátló tulajdonságának köszönhető. Kombinálható cickafarkfűvirággal komlóval, csalángyökérrel, körömvirággal, apróbojtorjával, valamint kis virágú füzikével. A teát a szokásos módon főzzük.

A rügyéből készült hidratáló kenőcs javítja az **ekcéma** kellemetlen tüneteit, de alkalmazható rosszul gyógyuló **sebeknél, felfekvésnél és a bőr fekélyes megbetegedéseinél**.

A **hörögők krónikus gyulladásánál** jó szolgálatot tesz a nyárfa. Ehhez kb. 70 g szétmorzsolt rügyet sötét helyiségben áztassunk ki 1 liter fehér borban 7-10 napig, amit naponta egyszer rázzunk fel. Szűrés után hűtőszekrényben tároljuk. Esténként fél dl-t igyunk belőle.

Zúzódásokra, lábficamra segít a nyárfa. 100 g rügyet szétmorzsolunk, és fél liter 70%-os alkoholba teszünk. 10 napig állni hagyjuk. Szűrés után külsőleg bedörzsölésre használható. Belsőleg naponta 3x20 csepp egy szem kockacukron jó hatású **hólyaggyulladásnál, valamint belső vérzések csillapítására**.

Dr. Nagy Géza
fitoterapeuta

Forrás: Elixír Magazin

FEKETE NYÁR

Felső-Tisza vidéki származású fekete nyár (*Populus nigra* L.) **magcsemeték** (250 edb) **eladók**, melyet az OMMI genetikailag ellenőrzött. Lehetőséget teremt az őshonos erdei társulások helyreállítására és a génmegőrzésre, különösen jelentős szerepet tölthet be a védett területek erdősítésében.

Méretek: 70-100, 100-150, 150+

Ugyanitt alföldi származású szürke nyár (1/0), rezgő nyár (1/0), alávágott kocsányos tölgy (1/0), alávágott fekete dió (1/0), alávágott kerti dió (1/0) és akác (1/0) **csemeték is eladók**.

Szentmihályi-Tiszafa Kertészeti Bt. 4440 Tiszavasvári, Bocskai u. 78.

Bővebb információ a 30/418-49-47, 47/362-960 telefonszámokon és a kiss-csalad@axelero.hu e-mail címen kérhető.

Középkorú erdőszertechnikus műszaki vezető állást keres, a betöltéséhez szükséges elegendő szakmai és vezetői gyakorlattal. Olyan munkaadók jelentkezését várja, ahol bármilyen működési zavar tapasztalható, illetve az éves árbevétel a 350 mFt-ot nem haladja meg.
Ajánlatokat a properdo@bekesnet.hu címre várjuk.

Erdőgazdaságok és Erdőtulajdonosok FIGYELEM!

Erdőgazdasági vállalkozó hosszú távra munkát keres az ország egész területén.

Telefonszám: 06-30-6066-573

Déri Imre János

Vásárolok szabad természetből, vadtenyésztés kiegészítésére 15 db gímszarvast.

A bika és tehén aránya: 1:1. Csak kitűnő genetikai adottságokkal rendelkező és kiváló egészségi állapotban lévő állatok érdekelnek. Állategészségügyi bizonyítvány, exportengedély stb. feltétel.

Pomsar István Csebország tel.: 00420 572 549 058 fax. • 00420 572 555 254 • mobil 00420 603 834 311
e-mail pomsar@hame.cz