

Smreka
Sinonimi: Abies excelsa (DC.) Poir. ♦ Abies picea Mill. ♦ Picea abies Karst. ♦ picea vulgaris Link. ♦ Pinus abies L. ♦ Pinus excelsa Lam.


Narodni nazivi: ?am ♦ ?ami? ♦ ela ♦ jala ♦ jel ♦ jela ♦ omara ♦ omarika ♦ omorika ♦ smr? ♦ smr?a.
Jela
Sinonimi: Abies pectinata Lam. ♦ Abies taxifolia Desf. ♦ Pinus abies Duroi ♦ Pinus picea L.


Narodni nazivi: bela jelka ♦ borika ♦ ?am ♦ ?ami? ♦ ?rna hoja ♦ ela ♦ jala ♦ jalva ♦ jel ♦ jelika ♦ jelovina ♦ prava borika ♦ smreka.
Opis biljaka: smreka raste kao vitko drvo, kro?nja joj je piramidalna oblika. Stablo je pokriveno ljuskavom, sme?e-crvenom korom. Iglice, tj. listovi smreke, smje?ene su gusto oko grana. Smreka je jednodomna biljka: ?enski cvjetovi rastu kao vise?i ?e?eri valjkastog oblika. Smreka naraste i preko 50 m u visinu.
Jela raiste ravno kao svije?a ali joj je kro?nja prema gore pro?irena. Stablo ima glatku, bjelkastu koru koja se ne lju?ti kao kod smreke. Iglice jele su plosnatije, na vrhu zarubljene, a na donjoj strani provi?ene s dvije uske pruge; one ne stoje kao kod smreke gusto oko grane nego su ?e?ljasto smje?ene prema objema stranama grana. I jela je jednodomna biljka ?iji ?enski cvjetovi rastu uspravno kao tupi ?e?eri valjkastog oblika. Jela mo?e dose?i visinu do 60 m.
Miris izdanaka smreke, odnosno jele, je ugodan, smolast, okus je ne?to gorak, smolast i poput terpentina. Drvo ima isti miris i okus.
Vrijeme cvatnje: obje vrste cvatu u svibnju dok je vrijeme sazrijevanja sjemena tako?er za obje vrste u rujnu i listopadu.
Stani?te: i smreka i jela su ?umsko drve?e evropskog podru?ja. Smreka uspijeva na planinama sve do granice ?umskog podru?ja, dok jela vi?e voli duboke ravnice i sjenovite vla?ne doline.
Ljekoviti dijelovi biljke: od obje vrste sabiru se u prolje?e posve mladi izdanci (Gemmae Pini, Turiones Pini) i to dok su jo? pomalo zavijeni u sme?e ljuskice. Ako se mladi izdanci lagano smrve me?u prstima, miri?u jako smolasto i na balzam dok im je okus nagorak, smolast i nadra?uju?i. Izrasle iglice i smola sabiru se izme?u lipnja i kolovoza. Mladi izdanci i potpuno izrasle iglice duljim stajanjem gube relativno visok postotak vitamina C.
Kod pripreme ?ajnog uvarka od izdanaka i iglica, dolazi do 50 posto gubitka vitamina C. Jo? ve?i gubitak vitamina C pretrpjeli bi izdanci i iglice ako se ne bi upotrijebili odmah nakon sabiranja.
Iverje mladih grana sabire se u svibnju i lipnju. Glavni sastavni dio smole je terpentini, a najvi?e ga ima u boru. Ljekovitost i smole i terpentina ista je kod svih vrsti ?etinja?a. Terpentini sadr?i oko 15 do 20% eteri?nog ulja (Oleuml Terebinthinae) i oko 70% ?iste smole (Resina Pini) uz jo? nekoliko tvari, kao bornilacetat, pinen, limonen i dr.
Ljekovito djelovanje: uz visoku gospodarsku vrijednost crnogori?nog drve?a, (smreka, jela, bor, ari?, borovica) va?na je i primjena u lije?enju. Iz opisanih mladih pupova, odnosno, mladih iglica i izdanaka priprema se ?ajni oparak (prelije se vru?om, ne klju?alom vodom i ostavi da odstoji 5 do 10 minuta) i pije topli s medom, protiv ka?lja, katara, protiv gripoznih pojava. Taj se ?aj rado primjenjuje i kod katara mjehura i kao ?aj za ?i?enje krvi. Ako se topli ?aj pije u krevetu, on djeluje na ja?e izlu?ivanje znoja. ?aj nadalje pokazuje vrlo dobar u?inak i kod tzv. proljetnog umora, pojave koja dolazi izmakom zime i po?etkom prolje?a, a prouzrokovana je pomanjkanjem vitamina C. U to vrijeme, kad jo? nema svje?eg povr?a kojim bi se tijelu pribavilo potrebnog vitamina C, ve? tjeraju mladi izdanci ?etinja?a, pa se redovitim u?ivanjem ?aja od mladih izdanaka s uspjehom mo?e suzbiti proljetni umor.

I ostale bolesti, nastale pomanjkanjem osnovnih tvari potrebnih organizmu, kao krvarenje zubnog mesa, skorbut, akutni rahitis kod male djece (Moller-Barlowljeva bolest), nestaju ako se taj čaj redovito pije.

Za pripremu čaja upotrebljavaju se pupoljci i mladi izdanci smreke, jele, bora i ariča; uzima se 1 do 2 čajne žlice tih pupoljaka i izdanaka za 1 žlicu vode. Slučajno čaj najbolje je medom ili šećerom. Od velikog je značaja za liječenje i primjena terpentinskog ulja. To ulje djeluje nadražajno i ako se nanosi na neozlijeđenu kožu, povisuje kolanje krvi u koži, pa može čak izazvati upale i stvaranje mjehura na koži. U tom smislu može se terpentinsko ulje primijeniti za pojačanje optoka krvi u koži s odgovarajućim dubinskim djelovanjem. S obzirom da djelovanje na kožu nije samo nadražajno, nego i ljekovito, jer se sredstva za masažu koja sadrže terpentinsko ulje primjenjuju i za suzbijanje bolnog i kroničnog reumatizma mišića, upale zglobova i tetiva i za otklanjanje nakupljene tekućine u tkivu kože (oedema) koja nastaje zastojećem protoka krvi.

Terpentinsko ulje može se primijeniti za liječenje mjehura na koži. Dospije li terpentinsko ispod kože, tada se stvaraju lokalne upale koje razaraju tkivo. Kod procesa otrovanja krvi, kao i kod gnojnih infekcija, ubrizgava se terpentinsko ispod kože jer sprečava širenje uzročnika bolesti.

Treba reći da kod unutarnje primjene terpentinskog ulja, odnosno preparata koji sadrže terpentinsko ulje, ono pospješuje protok krvi sluznice želuca i crijeva i pobuđuje aktivnost i bubrega. Terpentinsko ulje djeluje i kao sredstvo protiv crijevnih glista. Za unutarnju primjenu treba ličnik odrediti količinu, jer prevelike doze mogu izazvati povraćanje, proljev, nadražaj bubrega i upalu sluznice.

Terpentinsko ulje, odnosno pripremljeni preparati koji sadrže terpentinsko ulje, preporučuju se također za inhalacije kod oboljenja organa za disanje kao i kod kroničnih gnojnih oboljenja dišnih putova, kod bronhalnog katara, bronhitisa, upalnih procesa pluća, kod infekcijskih razaranja plućnog tkiva (plućna gangrena) i plućne tuberkuloze, ukoliko se kod plućne tuberkuloze ne radi o veće uznapređovalom fibroznom procesu bolesti. Za inhalaciju se uzima 1 čajna žlica terpentinskog ulja u 0,25 litre vruće vode, a može se prokuhati i čista smrekovih iglica i inhalirati paru tog pripravka.

Konačno, treba naglasiti da ljekovito djelovanje terpentinskog ulja ima veliku primjenu kod kupelji i to u obliku ekstrakta za kupelji. Ti dodaci kupeljima uzrokuju pojačani protok krvi što ima veliko značenje u liječenju teško zacjeljivih rana, reumatskih oboljenja i gihta, otvrdnuća mišića, zastoja rada jetre i dr.

Napokon, bolji protok krvi u životnom organizmu ne pospješuje samo izmjenu tvari nego stvara i pojačanu radnu sposobnost, a time i osjećaj zdravlja. Ne zaboravite da je životav niz ekstrakata za kupelji dokazan kao gruba patvorina, koji ne samo da su bez vrijednosti nego mogu imati i nepovoljne posljedice.

Kupelji od smrekovih iglica možete sami prirediti tako ako vodi za kupanje dodate procijenjen lagani uvarak od jedne žlice iglica smreke, jele ili bora, njihovih zelenih šišterica ili vršaka grančica.

Iz starih bilinarskih knjiga i pučke medicine: šišteranje posve mladih grančica djeluje na izlučivanje mokraćne, a primjenjuje se i protiv osipa, skorbuta ili protiv glista.

Sirup vršaka jele odlično je sredstvo za liječenje prehlade ili bronhitisa, tuberkuloze pluća ili teškog disanja. Sirup se priprema tako da se rano u proljeće sabere nekoliko kilograma mladih izdanaka ili pupova od smreke, jele ili bora ili od svih triju. Na tu se količinu nalije toliko vode da izdanci budu dobro pokriveni, životava se količina ugrije na laganoj vatri po mogućnosti brzo i uz stalno miješanje dok ne nastane gusta kaša. Tada se za svaki kilogram izdanaka doda 0,25 kg crvenog luka (br. 7), 0,25 kg kandis-šišterica i 0,25 kg meda pa se sve još jednom dobro promiješa dok ne nastane masa poput sirupa. Sirup se napuni u staklenke sa širokim grlom, najbolje one koje se upotrebljavaju za zimsko spremanje voća i povrća, dobro se zatvore i čuvaju na hladnom, tamnom i suhom mjestu.

 Tako pripremljeni lijek treba imati svako ku?anstvo. Ako sirup u staklenkama postane tvrd, treba boce prije uzimanja staviti u toplu vodu. Ako sirup popljesnjivi, tada se ukloni tanki povr?inski sloj i na vrh se stavi pergament papir, prethodno dobro natopljen alkoholom ili jakim rakijom. Mi?ljenje pu?ke medicine da je taj sirup u svojoj ljekovitosti vremenski neograni?en i da ga se mo?e ?uvati nekoliko godina, nije ispravno. Sirup treba biti tokom jedne godine potro?en i svake godine u prolje?e ponovo pripremljen.

 Primjena u lije?enju ?ivotinja: terpentinsko ulje ili preparati koji sadr?e terpentin, bilo teku?i ili u obliku masti, s uspjehom se primjenjuju u veterinarskoj medicini za lije?enje rana i ?ireva.

 Napomena: iz smole smreke (Picea nigra L.) koja potje?e iz Kanade i Sjeverne Amerike, a kod nas raste samo kao ukrasno drvo, priprema se homeopatski preparat koji pokazuje dobre uspjehe u lije?enju kod trovanja nikotinom, gihta, reume i nadra?aja ?ivaca.

 <div style="text-align: center;"></div>