a) OUERCUS PEDUNCULATA EHRH. — hrast lužnjak

{rokbox title=|Hrast lužnjak| }images/stories/ljekovitobilje/119-hrast.jpg{/rokbox}
Sinonimi: Ouercus borealis Simk. — Quercus fructipendula Schrk. — Ouercus germanica Lasch. — Ouercus robur L.

{rokbox title=|Hrast lužnjak| }images/stories/ljekovitobilje/119-hrast2.jpg{/rokbox}
Narodni nazivi: beljik — dab — dub — dubovina — gnjilec — grm — hrast — hrast lužnik — hrastovina — kitnjak — lužni hrast — lužnik — lužnjak — rani hrast — rošnjak.

b) OUERCUS SESSILIFLORA SALISB. — hrast kitnjak Sinonimi: Ouercus petrea Mattuschka — Ouercus sessilis Ehrh.

{rokbox title=|Hrast kitnjak| }images/stories/ljekovitobilje/119-hrast3.jpg{/rokbox}
Narodni nazivi: belj — beljig — bjelovina — crni hrast — crnik — črepinjak — dub — hrast brdnjak — hrast ljutik — kitnjak — ljutik — srč — strž — taljig.

{rokbox title=|Hrast kitnjak| }images/stories/ljekovitobilje/119-hrast4.jpg{/rokbox}
Opis biljke: hrast se razvije u veliko i moćno drvo, a može postići i preko 1000 god. starosti. Najvažnije su i najupadljivije razlike pod a) i b) navedenih vrsta u peteljkama listova i plodova, u vremenu cvatnje i u vremenu opadanja listova.

obilježja	Ouercus pedunculata	Ouercus sessili -
list na peteljci:	kratko nasađen	dugo nasađen
plod na peteljci:	dugo nasađen	kratko nasađen
vrijeme cvatnje:	početak od sredine svibnja	sredina do kraja svibnj
opadanje listova:	u jesen	dijelom u jeseni, dijelo

Obje vrste hrasta su jednodomne. Plodovi (žir) su jajastog oblika i svaki se nalazi u posebnom ovoju koji ima oblik kapice.

Vrijeme sazrijevanja plodova: rujan - listopad.

Stanište: obje se vrste ubrajaju u evropska šumska drveća. Dok hrast lužnjak daje prednost nizinama, hrast kitnjak voli više položaje, no unatoč tome se jedna i druga vrsta hrasta često pojavljuju i na istom staništu.

Ljekoviti dijelovi biljke: kao ljekovite biljke obje su vrste jednako vrijedne pa se od jednog i drugog hrasta sabire kora (Cortex Quercus). Samo sabiranje vrši se od svibnja do lipnja i to s tankih grančica ili mlađih grana. Plodovi, nazvani žir (Semen Quercus, Glandex Quercus) sabiru

se u rujnu i listopadu. Miris kore je svojstveno opor, a okus trpak, stežući i gorak. Kora s hrasta se oguli i suši u hladu. Najdjelotvornija je kora s najmlađih grana i grančica.

Ljekovite i djelotvorne tvari: kora je bogata taninom i hrast-taninskom kiselinom (Acidum quercitannicum). Nadalje sadrži elag kiselinu i galus kiselinu, kvercin, kvercit, šećer, pektinske tvari i škrob. Kod žira se nalazi tanin, malo kvercitanske kiseline, kvercin, kvercit, citronska kiselina, galus kiselina i masno ulje.

Ljekovito djelovanje: bogato ljekovito područje primjene imaju prije svega sastavni dijelovi hrasta, koji sadrže tanin i kvercitansku kiselinu. Na početku izlaganja neka bude navedena upotreba čaja hrastove kore protiv oboljenja želučane i crijevne sluznice; čaj od hrastove kore osobito je djelotvoran u suzbijanju katara crijeva u duboko ležećim sferama crijeva. Taj čaj djeluje lagano zatvarajuće ako se proljevi svode na upalu crijeva. Kod crijevnih teškoća, uzrokovanih isključivo neurozom, čaj od hrastove kore nije prikladan. Kod čireva na želucu i crijevima može se čaj od hrastove kore toplo preporučiti, jer djeluje na zaustavljanje krvi i na stezanje tkiva te uskoro dovodi do bitnog olakšanja i potpunog ozdravljenja.

Čaj od hrastove kore može se preporučiti ne samo kod akutnih upala želuca i crijeva, nego i kod kroničnih upalnih pojava bubrega, kod žutice i oštećene jetre i kod šećerne bolesti, razbuktale zbog teške upale želuca i crijeva, koja se nakon popuštanja ponovo pojavljuje.

Čajni oparak od hrastove kore najbolja je i najsigurnija prva pomoć kod otrovanja mrazovcem (br. 170), paskvicom (br. 187), pomoćnicom (br. 188), otrovnim gljivama i kužnjakom (br. 174). Njim se može s uspjehom suzbijati i teško trovanje nikotinom.

Čaj od hrastove kore pomogao je već mnogima kod krvavog kašlja, krvavog povraćanja i inače kod unutarnjih krvarenja gdje su sva druga sredstva zakazala.

Kod ispadanja debelog crijeva preporučljive su tople sjedeće kupelji od skuhane hrastove kore, a ljekovitost će se povisiti ako se neposredno nakon kupelji uzme klistir od razrijeđenog uvarka hrastove kore. Želite li smanjiti zatvarajuće djelovanje čaja od hrastove kore kod unutrašnje upotrebe, dodajte količini hrastove kore polovicu količine kore od krkavine (br. 122).

Kod hemeroida, fistula na čmaru ili kod bijelog cvijeta preporuča se uzimanje klistira koji se sastoji od čajne mješavine jednakih dijelova hrastove kore, kamilice (br. 89) i kadulje (br. 132).

Za vanjsku upotrebu prikladan je oparak od hrastove kore za čitav niz bolesti i teškoća. Tako se prije svega vrlo uspješno liječe rane, gnojenja i čirevi i to kupanjem ili oblozima ili istovremenom primjenom kupanja i obloga. Kod znojenja nogu preporučuju se dnevne kupke, no te kupke pomažu tek onda, kad se istraže uzroci prekomjernog znojenja nogu, i ako se ti uzroci otklone. Tople kupke, priređene od hrastove kore, povoljno utječu na ozebline i ublažuju bolove. Kod lakših lomova dolazi do olakšanja i ozdravljenja, ako se na oštećena mjesta stavi vlažna i topla vrećica napunjena samljevenom hrastovom korom. Oblozi, odnosno kupke, mogu se poduzeti već kod male djece i to kod osipa ili kod početnih znakova skrofuloznih pojava.

Primjena hrastovih šišarki: šišarke nisu ništa drugo do izrasline na peteljkama i listovima

hrasta, uzrokovane ubodom ose šiškarice. U prah smljevene šišarke posipaju se na rane koje krvare, pa će krvarenje uskoro prestati, jer bogati sadržaj tanina u šišarkama ima jaku moć stezanja. Taj prah otklanja i trulo meso na starim ranama koje u tom slučaju zacjeljuje bez ožiljaka.

Protiv jakog povraćanja kuhaju se šišarke pomiješane u pola litre octa i pola litre kišnice, u tu se tekućinu uroni tkanina, iscijedi i topla položi na želudac.

Kod otrovanja olovom, bakrom i kositrom uzima se kao lijek mnogo praha od šišarki; šišarke su u službenoj ljekarničkoj upotrebi (Gallae).

Ispravna priprema kave od žira: kava od žira preporučuje se osobito kod engleske bolesti djece (rahitis), kod skrofuloze, griže i bolesti mokraćnog mjehura. Sve osobe koje naginju prekomjernoj mršavosti, oticanju žlijezda, ekcemima i očnom kataru, trebalo bi najmanje 1 do 2 puta tjedno redovito piti kavu od žira, poboljšanje nastupa vrlo brzo. Kod opisanih bolesti preporuča se češća upotreba kave od žira. S obzirom da se priprema kave od žira često vrši potpuno neispravno, evo ispravnog recepta.

U jesen, kada je žir zreo, i kada sam otpadne sa stabla, sabere se, oljušti i izreže na komadiće veličine zrna kave i lagano prži na laganoj vatri. Čuvanje prženog žira najbolje je u tamnim i dobro zatvorenim staklenim posudama. Žir ne treba prije prženja popariti kuhanom vodom da bi mu se na taj način oduzela gorčina, jer se pri tom gubi karakterističan okus hranjive i ljekovite tvari. Žir, naime, sadrži osim tanina i velike količine škroba, šećera, bjelančevine i masti. Usitnjen žir prži se kao i kava, ali toliko da postane smeđ, jer prejako prženi žir gubi okus i ljekovitost. Žir se ne melje nego se u mužaru usitni u grubi prah. Usitnjavanje u mužaru treba obaviti neposredno nakon prženja, jer žir uskoro postaje žilav. Ovako pripremljeni žir stavi se u vruću vodu, kuha oko 10 minuta, procijedi i pomiješa sa šećerom, a tek na kraju s mlijekom.

Primjena u pučkoj medicini: kod otečenih nogu preporuča se čajna mješavina koja se sastoji od jednakih dijelova hrastove kore, pelina (br. 23) i poljske preslice (br. 55). Od te mješavine uzima se 1 čajna žlica za 1 šalicu čaja, koji se pije vrlo polagano čajnom žlicom.

Žirova tekućina protiv oboljenja slezene: zrelom se žiru skine ljuska i fino nastruže nožem. Ta žirova strugotina stavi se 1 dan na močenje u trostruku količinu rakije i nakon toga se procijedi. Od toga se uzima 3 puta dnevno po 2 pune čajne žlice. Ovaj je rastvor cijenjen u pučkoj medicini kao dobro sredstvo za liječenje vodene bolesti kod alkoholičara koji su oboljeli na slezeni i bubrezima.

Taninske hrastove kupke preporučuju se za liječenje ekcema i ostalih kožnih nečistoća.

Kroz dan ponovljeni oblozi oko vrata od uvarka mlade hrastove kore hvaljeno je sredstvo za liječenje gušavosti.

Protiv nesnosnih ljuskavih osipa na koži uzima se i iznutra čaj od hrastove kore, a izvana se marljivo kupaju napadnuta mjesta na koži oparkom od hrastove kore.

Kod jakog proljeva priprema se čajna mješavina od jednakih dijelova hrastove kore i kore divljeg kestena (br. 3). Od te čajne mješavine uzimaju se 2 čajne žlice, kratko se prokuha, procijedi i polagano pije ali bez dodatka šećera i meda.

Primjena u liječenju životinja: čaj od hrastove kore daje se stoci protiv zlokobnih groznica uvjetovanih poremećajima žljezdanog sistema, protiv živčanih fibroza, crijevnih grčeva, uzrokovanih prisustvom crijevnih nametnika, i proljeva. Kobilama koje ne ostanu ždrebne daje se dnevno pola do 1 litre čaja od hrastove kore.

Djelotvorni su i oblozi, pripremljeni od oparka hrastove kore, protiv opasnih čireva bedrenice.

Napomena: ostale vrste hrasta, npr. Quercus tinctoria Wild., Quercus ruba L. ili Quercus palustris L. nisu primjenjivani ni u znanstvenoj ni u pučkoj medicini.

