

### a) TILIA GRANDIFOLIA EHRH. — crna lipa

{rokbox title=|Crna lipa| }images/stories/ljekovitobilje/145-lipa.jpg{/rokbox}

Sinonimi: *Tilia europaea* L. — *Tilia officinarum* Crantz. — *Tilia platyphyllos* Scop.

{rokbox title=|Crna lipa| }images/stories/ljekovitobilje/145-lipa2.jpg{/rokbox}

Narodni nazivi: divlja lipa — jalova lipa — lelnja lipa — lipa — lipovina — rana lipa — šumska lipa.

### b) TILIA PARVIFOLIA EHRH. — bijela lipa

{rokbox title=|Bijela lipa| }images/stories/ljekovitobilje/145-lipa3.jpg{/rokbox}

Sinonimi: *Tilia cordata* Mill. — *Tilia microphylla* Vent. — *Tilia silvestris* Desf. — *Tilia ulmifolia* Scop.

{rokbox title=|Bijela lipa| }images/stories/ljekovitobilje/145-lipa4.jpg{/rokbox}

Narodni nazivi: lipac — lipovec — lipolist — malolistna lipa — pozna lipa — sitnolista lipa — zimna lipa.

Opis biljke: obje se vrste neznatno razlikuju, a u ljekovitosti su potpuno jednako vrijedne.

Stablo lipe visoko je 25-30 m i može dostići starost od više stotina godina. Sroliki listovi su nesimetrična oblika, nazubljeni kod crne lipe, znatno veći nego kod bijele. Listovi su nadalje kod crne lipe s obje strane jednako zeleni i na donjoj strani kratko dlakavi, dok su kod bijele lipe s donje strane plavkasto-zelene boje i s obje strane goli.

Cvjetovi su na dugoj stapci, koja je otprilike do polovice srasla s pricvjetnim listom, a složeni su u paštastaste cvatove, kod crne lipe većinom po tri cvijeta, a kod bijele lipe, naprotiv, mnogobrojni sa često i do 15 manjih cvjetova. Pricvjetni su listovi duguljasti, blijedozelene boje, dugi do 8 cm i mrežasto isprepleteni žilicama. Kod crne lipe je tučak u cvijetu dlakav, dok je kod bijele lipe, naprotiv, gol.

Plodovi su mali oraščići, kod crne lipe s debelom drvenastom ljuskom sa 5 jakih kuteva, dok su kod bijele lipe s tankom ljuskom.

Vrijeme cvatnje: crna lipa u drugoj polovini lipnja, a bijela u prvoj polovini lipnja.

Sazrijevanje plodova: od sredine kolovoza, odnosno, od početka rujna na dalje.

Stanište: obje vrste rastu po srednjoevropskim bjelogoričnim šumama. Dok se crna lipa više javlja u nizinskim položajima, bijela lipa raste više na padinama brdskog područja. Obje se lipe rado sade u drvodredima.

Ljekoviti dijelovi biljke: sabiru se cvjetovi za vrijeme cvatnje, listovi do sredine lipnja, te plodovi od sredine kolovoza pa do rujna. Miris obe vrste cvjetova je prijatan, poput meda, dok se sušenjem miris cvjetova gotovo potpuno izgubi. Okus je slatkast i sluzast.

Ljekovite i djelotvorne tvari: cvjetovi sadrže još pobliže neistražene glikozide, koji pospješuju znojenje, nadalje gumu, sluz, tanin, eterično ulje, žutu boju (hesperidin), tartrate, malate, šećer, saponin, jednu ugljikovodičnu materiju, vitamin C. Listovi sadrže saharozu, glukozu, mast, masno ulje (linolna kiselina), tanin, smolu, škrob, soli vinske kiseline, enzime i tragove vanilina. Kod listova su ljekovite i djelotvorne tvari znatno uvjetovane staništem.

Ljekovito djelovanje: u službenoj su upotrebi cvjetovi lipe (Flores Tiliae) za poznati lipov čaj. Lipov čaj djeluje na umirenje grčeva i na pojačano znojenje. Kneipp jako preporuča lipov čaj kod bubrežnih bolesti, kao i kod zasluzenja pluća i dišnih puteva. Djelovanje na umirenje grčeva i na pospješivanje znojenja pripisuje se eteričnom ulju s njegovim glavnim sastavnim dijelom farnezolom, nadalje sluzi, vosku i taninu. Naročito se brzo liječe kronični bronhalni katari iz kasne zime s višednevnom kurom lipovog čaja. Znojenje nakon uzimanja lipovog čaja ponekad se pripisuje djelovanju vruće vode kojom se čaj popari. Najnoviji rezultati istraživanja ipak su pokazali, da je pojačano znojenje nakon uživanja lipovog čaja - slično kao i nakon uživanja čaja od bazgovog cvijeta - uzrokovano naročitim djelovanjem ljekovitih tvari na pospješivanje znojenja zajedno s ostalim već navedenim, ljekovitim tvarima. No, kod lipovog čaja treba upozoriti, da se taj čaj ne može upotrebljavati kao trajni napitak! Iako je lipov čaj, uz već navedenu ljekovitost, i čaj koji čisti krv i povoljno djeluje kod nervnih slabosti ili duševne prenapetosti, te pobuđuje rad srca, on može kod stalne upotrebe uzrokovati i oštećenja srca! To, u pučkoj medicini rašireno shvaćanje, našlo je u novije vrijeme i znanstvenu potvrdu. Za kuru znojenja vrlo se preporuča mješavina lipovog cvijeta s drugim ljekovitim biljkama, kao npr.:

40 g lipovog cvijeta  
30 g bazgovog cvijeta  
30 g cvijeta kamilice.

Od te se mješavine uzima 1 puna čajna žlica za 1 šalicu čajnog oparka. Posebnu ljekovitost ima lipov ugljen (Carbo medicinalis). Iz lipovog drveta pažljivo pripremljen lipov ugljen (Carbo ligni) u prahu, može na sebe vezati druge tvari u količini od 50 do 90 puta od svoje vlastite težine. Zbog tog svojstva lipov je ugljen u stanju apsorbirati u većim količinama klice bolesti i sve otrovne tvari koje nastaju procesom truljenja i vrenja u čitavom probavnom aparatu ili se odjednom pojavljuje pri akutnom otrovanju. Koliko je velika apsorpciona sposobnost lipovog ugljena dokazuje činjenica, da smrtno količine difterijskog otrova, kada su bile vezane na lipov ugljen, nisu prouzročile ni najmanje pojave trovanja. Nakon uzimanja ugljena, treba se pobrinuti da se te vezane otrovne tvari zajedno s ugljenom na kraju odstrane iz tijela sredstvom za otvaranje. Lipov ugljen se preporuča ne samo kod akutnih pojava otrovanja, nego i kod svih upalnih i kataralnih oboljenja crijeva, kod proljeva, povraćanja, začepljenja, nadimanja itd., no pri tom se, kako je rečeno, mora pobrinuti za konačno pražnjenje i odstranjivanje lipovog ugljena iz crijeva, laganim sredstvom za otvaranje.

Ako je uzrok migreni u želučanim plinovima, koji su opet uzrokovani procesima gnijiljenja u crijevima, može se najbrže ukloniti, ako se uzme 1 čajna žlica lipovog ugljena, a nakon toga 1 šalica laganog čaja za otvaranje. Vanjska upotreba lipovog ugljena, posipavanje na gnojne rane teškog zadaha, nema samo posljedicu oduzimanje lošeg mirisa, jer lipov ugljen veže i sve otrovne tvari koje uzrokuju gnojenje, tako da se rana može normalno izliječiti. Deset minuta

nakon što je lipov ugljen upio sve otrovne tvari, treba ga isprati. Kod većih ili jače zagnojenih rana ovaj se postupak mora češće ponoviti.

Za unutarnju upotrebu uzima se 1 do 2 čajne žlice lipovog ugljena s malo mlijeka ili vode, a jedan sat nakon toga se popije šalica čaja od kore krkavine. Lipov ugljen je najbolje gotov nabaviti u ljekarni.

Upotreba lipovog ugljena, a nakon toga uzimanje biljnog sredstva za otvaranje, ima prednost pred svakim kemijskim preparatom, jer ne uzrokuje nikakve štetne posljedice.

Iz starih bilinarskih knjiga i pučke medicine: ljekovitost lipovog cvijeta u čišćenju krvi i pospješenu znojenja poznata je već od davnine; zbog svoje mnogostruke ljekovitosti lipa uživa veliki ugled.

Lipov se čaj s uspjehom upotrebljava kod vodene bolesti. Iz lipovog cvijeta skuhan sok ima uspjeha kod padavice, trboboja i liječi ranjena crijeva nakon srdobolje. Ako se pije čaj od osušenih listova lipe, sabranih prije cvatnje, to pospješuje izlučivanje mokraće i menstruaciju.

Toplim sokom od svježih ubranih listova lipe, pomiješanim s malo bijelog vina, masiraju se zgrčeni udovi, što djeluje na smanjenje grčeva i umiruje bolove. Svježih ubrani listovi lipe preliju se vrućim, ne kipućim, laganim bijelim vinom, te se ostavi 5 do 10 minuta da odstoji, a zatim se ocijedi. Ovo je izvrsno sredstvo protiv bljedoće.

Uvarak listova pomaže, kao voda za ispiranje usta, protiv gnojne upale zubnog mesa. Osušeni i u prah stučeni plodovi lipe, drevno su sredstvo protiv srdobolje.

Prašak od lipovog ugljena, uziman iznutra, dijelom liječi rak, s obzirom da usisava sve otrovne tvari, a izvana posipan na rak kože ima isto ljekovito djelovanje.

Stucani lipov ugljen je dobar prašak za pranje zuba.

Iz lipovog lika priprema se, mlakom vodom, sluzava tekućina koja se s likom stavlja na opekotine. Liko od lipe kuha se u vinu i time se češće kupaju krastave i šugave rane, što djeluje vrlo ljekovito.

Kupke, u kojima je pomiješana odgovarajuća količina oparka od lipova cvijeta, jako se preporučuju kod živčanih bolova i nervoznog nespokojsva. Plodovi lipe, zdrobljeni u vinskom octu, djeluju umirujuće na krv.

Primjena u liječenju životinja: i kod domaćih životinja treba primijeniti lipov ugljen kod proljeva, začepjenja, nadama ili kod otrovanja, a isto i za vanjsku primjenu kod uprlianih ili gnojnih rana.

Iz mita, priča i povijesti lipe: već je Herodot oko 420. god. prije n. e. izvještavao da su Enari, jedno skitsko pleme, u čast kulta Afrodite proricali iz lipovog lika. I Plinije je mnogo izvještavao o lipi, ali gotovo ništa o ljekovitosti toga drva.

U švicarskim sojenicama, gdje su se našli mnogi ostaci ljekovitog bilja, pronađeno je, doduše, liko od lipe, no to je služilo prastanovnicima Evrope za izradu pletera i rogožine.

Drvo lipe uključeno je u mnoge bajke, priče, a i u povijest, pa je od prastarih vremena, poput bazge važno kao drvo naklonjeno čovjeku, što najbolje pokazuje i čitav niz geografskih imena, povezanih s imenom lipe. Lipa je u ranijem dobu vrijedila kao drvo sudbine pa je po običaju sađena na dan rođenja muškog potomka.

Lipa dugo vremena nije u pučkoj medicini imala gotovo nikakvo značenje. Tek je Konrad od Megenberga, veliki prirodoslovac i regensburški kanonik (1309-1374.), pisao o lipi samo to "da drvo cvate, da ima puno meda i voska i da pčele rado dolaze na njega", dok je Johann Joachim Becher, njemački liječnik i ekonomist, napisao odu u svojem djelu "Medicinski Parnas" o ljekovitosti lipe.

Napomena: kao ukrasno drvo dosta se sadi i srebrna lipa (*Tilia argentea* Desf.), čiji se cvat, kao i od još nekih vrsta lipe, ne sabire u ljekovite svrhe. Naličje listova ove lipe je srebrnasto bijele boje, a cvjetovi se prepoznaju po sraslim prašnicima.

