Sinonimi: Foenum graecum sativum Med.

Narodni nazivi: božja travica — grohotuša — grčko sijeno — grčko sjeme — jarčev rog — kozji rog — pjeskavica — prosenica — rogačići — roženjača.

{rokbox title=|Piskavica| }images/stories/ljekovitobilje/147-piskavica.jpg{/rokbox}
Opis biljke: piskavica je jednogodišnja biljka, a iz stupastog joj korijena, koji raste duboko u zemlju, izraste 30 do 60 cm visoka stabljika koja je okrugla i malo razgranjena. Listovi su trodijelni, a lisna je peteljka proviđena dlakama i prema gore odebljala. Pojedinačni cvjetovi su žuti ili žućkasto-bijeli, bez peteljke i smješteni u pazuhu lista.

{rokbox title=|Piskavica| }images/stories/ljekovitobilje/147-piskavica2.jpg{/rokbox}
Miris i okus: čitava je biljka jaka i svojstvena mirisa, slična mirisu sira s mirodijama. Biljka i u suhom stanju dugo zadržava u zatvorenim prostorijama intenzivan miris. Miris sjemena je nešto nametljiv, a okus je slabo gorak, aromatičan i brašnjav.

Vrijeme cvatnje: lipanj do srpnja, sazrijevanje sjemena u srpnju i kolovozu.

Stanište: piskavica potječe iz Indije, odakle se rasprostranila u zemlje Sredozemlja gdje se mnogo uzgaja pa iz uzgoja se kao bjegunac često susreće i u slobodnoj prirodi u poludivljem stanju. Uzgaja se kao ljekovita i krmiva biljka.

Ljekoviti dijelovi biljke: kad sjeme sazrije, treba se požnjeti (Semen Poenu graeci). Najbolje je da se sjeme nabavlja u ljekarnama, gdje se većinom dobiva u pulveriziranom stanju. Prašak od sjemena treba čuvati u dobro zatvorenim tamnim posudama.

Ljekovite i djelotvorne tvari: sluz, masno ulje, aromatične tvari, obilno organski vezano željezo i fosfor, gorke tvari, holin, smola, saponin, alkaloid trigonelin i dr.

Ljekovito djelovanje: piskavica kao ljekovita biljka ima veliku prošlost. Za vladavine cara Shin-nonga oko 3700. god. prije n. e., piskavica je bila u Kini glasovita ljekovita biljka i zvala se tada kao i danas Hu-Lu-Pa. Ona je vrijedila kao najbolja droga za rastvaranje sluzi. Preko Indije, Arabije i Perzije biljka je proširena u Egipat, gdje se u medicinskim zapisima (Ebers Papyrus) 1550. god. pr. n. e. spominje kao sredstvo za liječenje opekotina. Hipokrat ju je učinio poznatom u staroj Grčkoj, a uskoro potom piskavicu upotrebljavaju i Rimljani. Sjevernije od Alpa nastojali su benediktinski monasi da je aklimaliziraju u samostanskim vrtovima pa je i u Kapitularima Karla Velikog preporučena za uzgoj. Uskoro je u zemljama srednje Evrope postala obljubljenom te se sve više upotrebljavala u ljekovite svrhe. Preporučeni uzgoj, još od Kapitulara, znatno je opao jer je i tehnička upotreba te biljke za pripremu boja i apretura za platno, zamijenjena kemijskim sredstvima.

Tek je Kneipp ponovo oživio piskavicu. On je u svakoj prilici vrlo hvalio tu ljekovitu biljku i zalagao se za njezin uzgoj. On je rekao: "Piskavica je najbolje sredstvo od svih poznatih lijekova za liječenje oteklina i čireva." Sjeme sprečava upale, omekšava, upija, te njime očišćene rane uskoro zacjeljuju. Sjeme piskavice tako djeluje na izvlačenje gnoja, sprečava trovanje krvi i stvaranje divljeg i gnjilog mesa.

Sjeme stučeno u prašak primjenjuje se u obliku kašastih obloga, koji se polažu po mogućnosti topli. Ti topli kašasti oblozi ublažuju bolove gihta te neuralgije i išijasa, otekline žlijezda, pa ne samo da su korisni kod otvrdnutih skrofuloznih čvorova prsiju, nego utječu i na njihovo liječenje. Liječe čak teške čireve na koži, stvaranje fistula, gnojenje kostiju, otvorene rane na nogama i čireve na stegnu.

Sjeme piskavice upotrebljava se i iznutra za niz oboljenja, i to samostalno, ili u zajednici s drugim ljekovitim biljem. Za unutrašnju upotrebu najbolje je sjeme namočiti u hladnu vodu, pustiti ga nekoliko sati u vodi, sasvim ga malo nakon toga prokuhati i ocijediti te zasladiti medom. Ako se taj čaj pije u gutljajima dnevno 2 do 3 šalice, on čisti prsa od žilave sluzi, stvara apetit kod djece i odraslih, otklanja slabost i mršavost te uklanja tzv. miris bolesnika koji se kod dulje bolesti isparava kroz kožu. Nadalje, čaj dobro djeluje kod rahitisa djece, skrofuloze, kod tuberkuloze pluća i kostiju te kod slabosti uvjetovane šećernom bolesti. Budući da raste otpornost u tijelu, jer ta čaj djeluje na čišćenje krvi, on služi, uz tople kašaste obloge, kao dodatno liječenje kod tuberkuloze kože i kronične kožne bolesti - lupus erythematodes.

Ovaj čaj djeluje izvanredno kao sredstvo za grgljanje kod upalnih procesa sluznice ždrijela i usta.

Iz starih bilinarskih knjiga i pučke medicine: piskavica je prastari pučki lijek te je već kod starih Grka i Rimljana bio vrlo obljubljen. Sitno zdrobljeno sjeme, pomiješano s ružinim uljem, od davnine je bilo kozmetičko sredstvo jer čisti kožne nečistoće i pomlađuje kožu. Izvana se čajni oparak s uspjehom upotrebljava kao voda za kupanje kod ispadanja kose i kod zarazne bolesti kože na glavi (favus), uzrokovane gljivicom Achorion Schonlein. Jednom upotrijebljen za pranje, ne smije se ponovo upotrijebiti, već ga treba iznova pripremiti. Zdrobljeno sjeme, pomiješano s maslinovim uljem u kašu, upotrebljava se za masažu kože na glavi. Prekida se ispadanje kose te nova poraste, ako ispadanje kose nije uzrokovano dubljim uzrocima.

Unutarnja i vanjska upotreba preporuča se kod hemeroida, a naročito topli kašasti oblozi djeluju na smirenje bolova. Pulverizirano sjeme (tj. stučeno u prah) primijenjeno iznutra, uspješno liječi razna oboljenja kostiju kod djece, npr. nestajanje koštane supstance, otečene kosti ili upale koštane srži.

Čaj od sjemena, zaslađen medom, rado se uzima kod prehlada jer ublažava kašalj i rastvara sluz. Kod ispadanja čmara, tvrdokorne začepijenosti, pa čak i kod tuberkuloze crijeva i raka na debelom crijevu, primjenjuje se klistir od sluzavog čaja.

Za otklanjanje prekomjerne mršavosti, pučka medicina preporuča slijedeću kuru: kroz nekoliko tjedana uzima se 3 puta dnevno između glavnih obroka kaša, koja se sastoji iz 1 čajne žlice maslaca i 2 čajne žlice u prah stučenog sjemena piskavice; treba dobro izmiješati.

Sjeme piskavice smatra se i vrlo dobrim sredstvom protiv oboljenja slezene, pa pučka medicina ne preporuča samo uživanje čaja (2-3 nezaslađene šalice čaja dnevno), nego i stavljanje toplih kašastih obloga kod bolova u području slezene.

Sluzasti čaj od sjemena, uziman dnevno kao kupelj za noge ili ruke, vrlo je dobar kućni lijek kod znojenja nogu ili ruku.

Primjena u liječenju životinja: i veterinarska se medicina služi sjemenom piskavice za liječenje rana, naročito kod otvorenih gnojnih rana, za liječenje ekcema, čireva, čireva na koži i krasta. Iznutra se čajni oparak upotrebljava kod zarazne upale grla i kod sakagije konja. Prah od sjemena dodaje se krmi da bi se potakla volja za uzimanjem hrane. Kada se stalno krmivu dodaje sjeme piskavice, životinje su zdrave i snažne.

