

Sinonimi: *Vaccinium rubrum* Dul. — *Vitis idaea punctifolia* Gray — *Vitis idaea punctata* Moench.

Narodni nazivi: borovka — borovnica crvenozrna — brašnjača — brosnica — brusnik — crvena borovnica — gorenk — medveđe grožđe — rdeča borovnica.

{rokbox title=|Brusnica| }images/stories/ljekovitobilje/152-brusnica.jpg{/rokbox}

Opis biljke: mali, 10 do 20 cm visoki grmić, ima puzavi podanak, zimzelene obrnuto jajaste listove, koji su na rubu nešto uvrnuti, točkasti i blijedozelene boje. Grozdasti cvat smješten je na vrhu izdanaka, a cvjetovi su crvenkasto-bijeli i zvonasta oblika. Bobe su svijetlocrvene i veličine poput borovnice.

{rokbox title=|Brusnica| }images/stories/ljekovitobilje/152-brusnica2.jpg{/rokbox}

Miris i okus: cvjetovi su slabog mirisa, bobe su trpko-kiselkastog okusa i prijatnog mirisa. Listovi su gotovo bez mirisa te gorkog i trpkog okusa.

Vrijeme cvatnje: svibanj, lipanj, a vrijeme sazrijevanja plodova - srpanj, kolovoz.

Stanište: dolazi uglavnom u šikarju suhих šuma, daje prednost staništu borovih i smrekovih šuma, raste na pješčanim, šljunčanim i humusnim zemljištima te naročito u planinama, na dubokim tresetištima.

Ljekoviti dijelovi biljke: u srpnju i kolovozu sabiru se bobe. U kišnim ljetima, a sunčanim jesenima, bobe sazrijevaju iznimno kasno te se sabiranje zrelih bobica produljuje sve do druge polovine rujna. Listovi (*Folia Vitis idaeae*), za razliku od borovnice sabiru se tek nakon sazrijevanja plodova jer su u to vrijeme i najbogatiji važnim ljekovitim tvarima. Listovi brusnice često se zamjenjuju s listovima medvjetke (*Arctostaphylos uva-ursi* L. Spreng). Oni se razlikuju po tome što su s donje strane smeđe-točkasti i ne izgledaju mrežasti. Listovi medvjetke imaju slabo ispupčenu nervaturu.

Ljekovite i djelotvorne tvari: listovi sadrže arbutin, erikolin i tanin, a bobe jabučnu, citronsku, oksalnu i jantarnu kiselinu, tanin, šećer, pektin te vitamine A, B i C.

Ljekovito djelovanje: listovi brusnice bili su jednom ranije u službenoj upotrebi radi arbutina, jednog, u većim količinama otrovnog glikozida. Arbutin je odlična ljekovita tvar za liječenje kroničnog katara mjehura i upale bubrežne nakapnice kod amonijakalnog vrenja mokraćne. Pošto se u medvjetki nalaze veće količine arbutina, izbačena je brusnica iz popisa ljekovitih biljaka u službenoj upotrebi. Tome je pridonijela i količina tanina u listovima, koja je veća u medvjetke. Ipak ne treba davati preveliku prednost medvjetki. Sasvim je, naime, sigurno da uspjeh liječenja listovima brusnice ni u kom slučaju ne zaostaje za uspjehom u liječenju medvjetkom, pa lagani čajni uvarak od listova mnogo bolje prija bolesnicima, osjetljivim na želudac, nego uvarak od listova medvjetke, koji ima neugodno trpak okus. I manje količine taninske kiseline u listovima brusnice pridonose da ih bolesnik bolje podnosi. Listovi brusnice smatraju se, na žalost, često nadomjestkom za listove medvjetke, iako bi im u stvari trebalo dati prednost i njihovu upotrebu najtoplije preporučiti kod oboljenja mjehura, grčeva u mjehuru, katara mjehura, kod bolnog mokrenja, bolova u mokraćnim putovima i kod noćnog mokrenja.

Čaj od listova brusnice ima vrlo povoljno ljekovito djelovanje kod gihta i reumatizma. Čaj se priprema u obliku laganog čajnog uvarka: 1 puna čajna žlica osušenih i sitno izrezanih listova za 1 šalicu pije se nezaslađen i u gutljajima.

Plodovi ukuhani sa šećerom ne samo da dobro prijaju i osvježuju, nego pobuđuju apetit i djelotvorno su sredstvo protiv proljeva.

Primjena u pučkoj medicini: rakija od plodova brusnice (0,25 kg svježih boba stavlja se na močenje kroz 4 tjedna u litru jake rakije) djeluje osvježavajuće i umiruje najteže proljeve i srdobolju.

Prašak od osušenih boba, rastvoren u vodi, daje crvenkasti napitak koji gasi žeđ u vrućici.

Bobe brusnice ili sok od boba pospješuje mokrenje. Sok od boba, bogat vitaminima A, B i C, može se u steriliziranom obliku spremati za trošenje u vrijeme kada je hrana siromašnija vitaminima. Isto tako se preporuča i kompot od boba. Da bi se utrošilo manje šećera, može se pripremiti miješani pekmez od 1/3 jabuka ili krušaka, 1/3 mrkve i 1/3 boba od brusnice.

ŠTO JE ČOVJEK VJERNIJI PRIRODI I NJENIM ZAKONIMA, TO DULJE ŽIVI... (Hufeland)



Ovdje može biti Vaša reklama