

Narodni nazivi: ajbi, bijeli sljez, bili sliz, dobri slez, navadni slez, pitomi slez, pitomi sljez, slez, slezovina, sljez, sljezovina, trandovilje, trandofil, veliki sliz.

{rokbox title=|Bijeli sljez|

images/stories/ljekovitobilje/12-bijeli-sljez.jpg{/rokbox}</p> <p>Opis biljke: bijeli sljez je trajna biljka s jakim i razgranjenim mesnatim korijenom bijele boje. Iz korijena izbijaju najprije zeleni, okruglasti i ne pusteni listovi, a tek nakon toga vi&e, do 2 m visokih, stabljika s dosta velikim i naboranim listovima. Listovi su trokrpasti, debeli i s obje strane provi&eni pustenastim dlakama, a boje su srebrnasto-sive ili sivo-zelene. Veliki svijetlocrveni do bijeli cvjetovi dolaze u nakupinama u pazu&cima listova. Plodovi su sli&ni kao i kod crnog sljeza (br. 87), s tom razlikom, &to je vanjska &a&ka kod bijelog sljeza sastavljena iz mnogo ovr&nih listova (6 do 9) dok se kod crnog sljeza sastoji od samo 2 do 3.</p>

{rokbox title=|Bijeli sljez|

images/stories/ljekovitobilje/12-bijeli-sljez2.jpg{/rokbox}</p> <p>Vrijeme

cvatnje: od lipnja do kraja kolovoza.</p> <p>Stani&te: bijeli sljez je rasprostranjen u Srednjoj i

Ju&noj Evropi i Zapadnoj Aziji. Raste po grabama, na obalama i nasipima rijeka, vla&nim

livadama i uop&e na poplavnim podru&jima, gdje se &esto pojavljuje u velikom mno&tvu. Mnogo

se uzgaja u Njema&koj, Ma&arskoj i u drugim zemljama Srednje Evrope.</p> <p>Ljekoviti

dijelovi biljke: sabire se korijen (Radix Althaeae), listovi (Folia Althaeae) kao i cvjetovi (Flores

Althaeae). Korijen se kopa rano u prolje&e ili u jesen nakon cvatnje. Sabiranje korijena vr&i se u

vi&e raznih oblika. Korijen se iskopa, o&isti od natrulih dijelova, od dijelova stabljike i sitnih

korjen&i&a i opere u vodi. To je forma Radix Althaeae naturalis. Pravilno osu&en korijen na

prijelomu je bijel, a prilikom prelamanja se pra&i. Mnogo se vi&e izra&uje korijen u oguljenom

stanju, tako da mu se oguli vanjska kora nakon &to je prethodno dobro o&i&en. Tako oguljeni

korijen bijele je boje i ima oblik &tapi&a (Radix Althaeae decorticata). Oguljeni sirovi &tapi&i

re&u se ponajvi&e u kockice promjera 0,5 do 1 cm pa se takav oblik korijena naj&e&e i

upotre&ljava u ljekovite svrhe. Cvjetovi se sabiru za vrijeme cvatnje. Listovi se ne smiju

sabirati u prolje&e, nego na&elno tek nakon cvatnje, jer za vrijeme tra&janja rasta i cvatnje

imaju najmanji sadr&aj biljne sluzi. U zadnje je vrijeme bez sumnje utvr&eno da se ljekovita

biljna sluz pove&ava u listovima tek nakon cvatnje. Pu&ka medicina preporu&a i sabiranje

sjemena, koje se skida 2 do 3 tjedna nakon cvatnje. Kod dugotrajnog cvjetanja bijelog sljeza

prvo se sjeme dobiva po&etkom srpnja, dok se u kasnoj cvatnji dobiva sjeme tek koncem rujna

ili &ak po&etkom listopada. Miris korijena je svojstven i slab, a okus sluzast.</p> <p>Ljekovite i

djelotvorne tvari: to je u prvom redu kod bijelog sljeza sluz, na&dalje &krob, &e&er, pektin,

tanin, masno ulje, asparagin, mineralne soli i tvar sli&na lecitinu. U zadnje vrijeme dokazan je

jedan enzim, isparljiva mirisna tvar, jabu&na kiselina i bogat sadr&aj fosfora.</p> <p>Ljekovito

djelovanje: jo& u starom vijeku bio je korijen bijelog sljeza vrlo cijenjen. Glasoviti narodni lije&nik

Huleland odao mu je tako&er veliko pri&nanje i primijenio ga naro&ito kod plu&nih bolesti.

Kneipp, naprotiv, nije bio prijatelj te ljekovite biljke i napisao je o njoj: "Nisam za nju naro&ito

zainte&resiran, jer je premalo ispunila moja o&ekivanja. Ve& kod klu&anja stvara sluzavu masu,

koja oduzima i kvari apetit. Takvu vrst medicine nikada ne preporu&ujem." Ovaj nepovoljan sud

o sljezu nastao je iz Kneippova krivog shva&anja da se &aj od sljeza mora kuhati. Upravo se

sljez, sa svojim osobitim biljnim sluznim tvarima, nikada ne smije kuhali, niti se smije prelili jako

vru&om vodom. Korijen bijelog sljeza treba staviti na mo&enje kroz 8 sati u hladnu vodu, nakon

toga procijediti i tek onda lagano ugrijati; uzimaju se 3 &ajne &lice za jednu &alicu. To isto

vrijedi za listove, cvjetove i sjeme koje se dodaje sitno izrezanom korijenu. Mo&e se prirediti &aj

od listova ili cvjetova, no i taj se prire&uje na "hladni" na&in. Za &aj od listova uzima se 1 do 2

&ajne &lice za 1 &alicu &aja. Autor ove knjige (Richard Willfort, 1959.g.) smatra da je

najdjelotvornija mješavina od jednakih dijelova korijena, listova i cvjetova. Od te mješavine uzima se 1 do 2 žajne žlice za pripremu 1 žalice hladnim močenjem kroz 8 sati, nakon čega se žaj lagano zagrije i procijedi. Kod biljne mješavine s ostalim biljkama, mora se sljez posebno hladno pripremiti, procijediti i taj sljezov žaj dodati toplom žaju prirečenom od mješavina ostalih ljekovitih biljaka. Ovako ispravno pripremljeni žaj od sljeza vrlo povoljno djeluje kod kašlja, hripavca, bronhitisa i plućnog katara. Vrlo su dobri uspjesi zabilježeni i kod bronhijalne astme kao kod početne tuberkuloze pluća. Za tu svrhu žaj se zaslažuje medom i pije u gutljajima.

Daljnje izvrsno ljekovito djelovanje postiže se bijelim sljezom kod mnogih oboljenja mokraćnih i probavnih organa. Bijelim sljezom se s uspjehom liječi katar mjehura, bolno mokrenje ili nesposobnost zadržavanja mokraće i razni lakši slučajevi spolnih bolesti.

Sljezov žaj je vrlo dobar žaj za čine jer on redovito uziman liječi upalu materice i bijeli cvijet.

Od oboljenja cijelog probavnog trakta koja se mogu liječiti bijelim sljezom treba navesti: upalu debelog crijeva (colitis), proljev, srdobolju, povraćanje s proljevom kod dojenčadi i dr.

Kod liječenja ovih bolesti žaj se pije nezasaćen i u gutljajima. Sljezov korijen upotrijebljen izvana nalazi također niz mogućnosti primjene. Tako se iz fino nastruganog korijena bijelog sljeza pomiješanog s medom priprema kaša koja služi za sazrijevanje čireva i potkožnih čireva. Ta se kaša namaže na lanenu krpicu i položi na oboljelo mjesto. Oblog se obnavlja svaka 2 do 3 sata. Kaša od korijena bijelog sljeza pomiješana s medom otklanja upalu ožiju i vrlo je dobar oblog za opekotine jer smanjuje bol i liječi.

Žaj od bijelog sljeza, pripremljen na hladan način i malo ugrijan, hvaljen je kao voda za ispiranje usta i kao sredstvo za grgljanje.

Primjena u pučkoj medicini: osim već navedenih metoda liječenja nalazi bijeli sljez u pučkoj medicini još nekoliko varijanti primjene. Tako se kod slabosti pluća, a također i kod grčeva u trbuhu, pije vino u kojem je kuhan korijen bijelog sljeza ili se jede ugrijani korijen.

Kod bolnog mokrenja stavlja se na mjehur oblog od sitno struganog korijena bijelog sljeza.

Kod prehlada i plućnih bolesti preporuča se slijedeća žajna mješavina: prirede se 3 žalice sljezovog žaja hladnim načinom, nakon čega se pripremi žaj od slijedeće mješavine:

20 g sjemena anisa (br. 104) 40 g listova podbijela (br. 149) 40 g biljke plućnjaka (br. 118)

Od te se mješavine uzmu 2 žajne žlice za 1 žalicu, pripremi se žaj kao oparak, procijedi se i tome se dolije hladno pripremljen i procijeđen žaj od bijelog sljeza. Pije se u gutljajima s dodatkom meda.

Isti žaj od sljezovog sjemena služi u pučkoj medicini kao sredstvo protiv bolesti uzrokovanih kamencem ili pijeskom. Svježe zdrobljeni listovi polažu se na ubode od insekata.

Mlađni žaj od bijelog sljeza služi kao sredstvo za klistiranje kod tromosti crijeva kod djece, ali i kod odraslih.

Primjena u liječenju divotinja: kod otvrdnućih vimena najprije se otklanja bolest oblozima od korijena bijelog sljeza. Domaćini divotinjama oboljelima od bedrenice obilno se daje žaj od bijelog sljeza, a oblozi od sljeza omekšavaju apscese. Konačno, divotinjama se daje topli žaj od bijelog sljeza kod oboljenja crijeva, proljeva i grčeva u crijevima.

Napomena: srodnik bijelog sljeza je:

ALTHAEA ROSEA CAV. trandovilje

Sinonimi: Alcea rosea L.

Narodni nazivi: carev cvijet malvarozna pitomi sljez rdeči slez slezovina trandafil trandofilj vrtni slez.

Opis biljke: biljka je jednogodišnja ili dvogodišnja s visokom i do 3 m uspravnom i dlakavom stabljikom. Listovi su okrugli, srolikog ili jajolikog oblika, nazubljeni i dlakavi. Cvjetovi su pojedinačni ili 2 do 4 u pazuhu listova promjera i do 8 cm, vrlo različite boje koja se kreće od bijele do crvene.

{rokbox title=|Trandovilje|
}images/stories/ljekovitolije/12-bijeli-sljez3.jpg{/rokbox}

Vrijeme cvatnje: od lipnja do rujna.

Stanište: prvobitna domovina kao samonikle biljke je najvjerojatnije

orijent. U Srednjoj Evropi mnogo se uzgaja te je prilično uobičajena ukrasna biljka, naročito u seljačkim vrtovima. Biljka nema posebnih zahtjeva na tlo, no najbolje uspijeva na dubokim humoznim zemljištima te na toplim, sunčanim i vjetrom zaštićenim položajima.

Ljekoviti dijelovi biljke: za vrijeme cvatnje sabiru se cvjetovi (*Flores Malvae arboreae*) koji se moraju pomno osušiti i suvati na tamnom i suhom mjestu jer u protivnom brzo izgube svoju prirodnu boju.

Ljekovite i djelotvorne tvari su sluz, tanin i antocijanski glikozid altein.

Ljekovito djelovanje: cvjetovi se mogu primijeniti u liječenju na isti način kao i cvjetovi ranije opisanog bijelog sljeza. Tamni crveno-crni cvjetovi upotrebljavali su se za bojenje vina, likera i sirupa jer sadrže boju altein.

[](index.php?option=com_content&view=article&id=180:izbor-izgleda-stranice-i-upute&catid=)