

Plante medicinale din zona Maramureșului istoric (Sighet) – o comoară la îndemâna tuturor

*Înv. Cotârlă Ion
Sighetu Marmăției*

Plantele medicinale sunt folosite de cei suferinzi pentru tratarea sau ameliorarea durerilor ori pentru prevenirea unor boli, după sfatul medicilor, farmaciștilor sau al altor cunoscători de binefacerile lor. Din ele se prepară ceaiuri, decocturi ori infuzii, după caz. Pot fi procurate din farmacii, magazine speciale (Plafare) ori din flora spontană.

În zona noastră, Valea Hotarului – Iapa – Sighetul Marmăției, există multe plante medicinale cunoscute din trecutul îndepărtat și care sunt folosite în diferite împrejurări, fiind o comoară la îndemâna tuturor. Prezintă câteva din cele mai cunoscute plante întâlnite în calea lor de către iubitorii de excursii și drumeții.

1. **Menta** sau **izma bună** – plantă cu miros plăcut și gust răcoritor. Frunzele conțin ulei volatil cu acțiune calmantă asupra durerilor de stomac, în tulburările digestive și hepatice.

2. **Mușețelul**, răspândit pe lângă drumuri, pe marginea ogoarelor și pe lângă locuințe, are proprietăți antiseptice cicatrizante, antiinflamatorii și stomahice. Se recoltează florile.

3. **Teiul** cu florile alb-gălbui, cu miros plăcut, se întrebuițează pentru afecțiunile pulmonare, având efect antiseptic și antiinflamator.

4. **Păducelul** din ale căror fructe se prepară ceaiuri sedative, antispasmodice, vasodilatatoare și hipotensive.

5. **Coadă șoricelului** crește pe marginea drumurilor și pe locuri necultivate, a cărei tulpină cu flori și frunze are proprietăți asemănătoare cu ale mușețelului. Se utilizează în boli ale stomacului, intestinelor, plăgilor eczemelor și abceselor dentare.

6. **Cimbrisorul de câmp** sau **chiminocul** crește prin fânețe formând mici tufe. Se recoltează planta întreagă, fără rădăcină. Din cimbrisor se prepară supe sau ceaiuri care calmează tusea, răgușeala sau astmul.

7. **Fragul de pădure** sau **pomnițele** are frunze din care se prepară ceaiuri dezinfectante sau diuretice.

8. **Albăstrelele** sau **floarea-grăului** le întâlnim pe marginea drumurilor și în apropierea lanurilor de cereale. Din florile lor se prepară ceaiuri cu proprietăți diuretice, astringente și tonice.

9. **Salcâmul** este un arbore de la care se folosesc florile din care se prepară ceaiuri care calmează arsurile la stomac.

10. **Cireșele** și **vișinele** de la care se folosesc codițele din care se prepară ceaiuri cu proprietăți astringente și diuretice.

11. **Mesteacănul**, numit și „arborele vieții” de la care putem folosi frunzele, coaja, mugurii și seva pentru a prepara ceaiuri care măresc diureea.

12. **Socul** are florile albe și influențează favorabil reumatismul, guta, bolile de vezică și rinichi prin diureza pe care o produc.

13. **Traista-ciobanului** crește prin locuri necultivate și din preparatele sale se obțin ameliorări hemoragice și calmări ale durerilor abdominale.

Mai amintim și alte plante medicinale care pot fi întâlnite în zonă și care au diferite întrebuițări: salcia, rostopasca, stejarul, sunătoarea,, vâscul,, zmeura, urzica-moartă, plopul, pelinul, afinul, frasinul, măceșul, păpădia, podbalul ș. a. Important este să se știe ce și când trebuie să recoltăm, unde și cum să le uscăm, cum le păstrăm și mai ales cum le folosim.