

1349

Tervekstegevad rohud kodumaal

kasvavatest taimedest

Koostanud Dr. Bienenstrauch



KÄRLSON'I KIRJASTUS, TARTUS.

Tervekstegevad rohud kodumaal

kasvavatest taimedest

Koostanud Dr. ~~Bieren~~strauch.



Hermann'i trükk Tartus, 1935

V742

A-9349

Arstirohud mele kodumaa taimedest.

Tervendava jõuga taimedest valmistatud rohtusid tarvitades peetagu meeles, et soovitav on neid väikes-tes osades tarvitada, s. o. lusika ehk lonksuviisi, nagu apteegi rohud. Otse ekslik on vaade, et mida rohkem, seda parem. Vähesel määral tarvitades ei või need tee tinktuurid ilmaski kahju teha, vaid nad on süütud mõnusalt mõjuvad abinõud.

Edasi peame rõhuga tähendama, et igal erakorralisel juhtumisel ikkagi arsti poole peab pöörama, pealegi kus inimesed sagedasti ei tea missugune kehaosa neil haige on; tihti arvatakse, et süda haige, tuleb aga välja, et hoopis kops on haige.

Taimede korjamine.

Kõiki järgmistel lehekülgedel nimetatud taimi võib apteekidest ja rohukauplustest saada, siiski on soovitav neid ise korjata, siis võib kindel olla, et nad värsked on. Apteekides on nad muidugi kallimad kui rohu-poodides. Taime korrajale olgu tähendatud, et taimed, mida kindlasti ei tunta, parem korjamata jätta; selle läbi võib eksituksi tulla, võib mõne kihvtise taime õige taime asemele võtta. Igal taimel on juurde lisatud Saksa ja Ladina keele nimed. Taimi tuleb kuiva il-maga korjata ja vilus kuivatada, mitte toas tolmu käes. Kui kuivaks saanud, siis kotti ehk purkidesse panna ja igale nimi peale kirjutada, siis on hea iga kord võtta, ei ole tarvis otsida ja rohtusid ära vahetada. Siinjuures on veel tähendatud korjamisaeg iga ühe juures

Arstirohtude tarvitamine.

Arstirohtusid tarvitatakse mitmesugusel kujul ja mõju oleneb igal juhtumisel, tee, tinktuuri jne. õigest valmistamisest, missuguseks otstarbeks järgmisi sele-

tusi hoolega tuleb tähelepanna. Peaaegu iga taime kohta on tähendus tehtud, kui suurel määral teda tarvitada tuleb. Kui see märkus aga tegemata jäänud, seal võetagu pool kuni kolmveerand loodi ühe õlleklaasi vee peale, see on ligi veerand toopi vett. Mõni gramm vähem ehk rohkem, rohu valmistamise juures suurt ei tähenda, küll aga sissevõtmise juures; sest siin on määruseks iialgi mitte liig palju võtta. Mitte sellepärast, et see kahjulik tervisele oleks, vaid et rohu tervendav mõju selle läbi kahaneb,

Dr. Anton määrab igapäise määra kohta järgmiselt 25 aastast 60 aasta vanuseni täismõõt:

14 — 25 — $\frac{2}{3}$	mõõdust	3 — $\frac{1}{6}$	mõõdust
7 — 14 — $\frac{1}{2}$	—	2 — $\frac{1}{8}$	—
4 — 7 — $\frac{1}{3}$	—	1 — $\frac{1}{12}$	—
4 —	$\frac{1}{4}$	—	—

Alla aasta vanustele lastele sellekohaselt vähem, üle 60 aasta $\frac{2}{3}$ täiest mõõdust.

Nõrgad inimesed, niisama ka naisterahvad tarvitagu $\frac{2}{3}$ mõõdust, kuupuhastuse ajal võivad naisterahvad pealegi üksnes kõigehädalisemal juhtumisel rohтусid tarvitada, tugevad inimesed võivad mõõdu nautuke suurema võtta.

Rohi mõjub muidugi kõige paremini kui teda hommiku vara tühja kõhuga võetakse. On rohi kolm korda päevas määratud võtta, siis tuleb seda nii võtta, et hommikul tühja kõhuga, lõunal üks tund enne sööki ja õhtul enne magamaminemist. Kõigeparemini ja tervendavalt mõjub tee siis, kui seda päev läbi iga tund üks supilusika täis võetakse.

Dr. Kneppi meelest on tee suhkruga magusaks tegemine laiduväärt, isegi siis, kui tee väga mõru on, sest et suhkur rohu mõju vähendab. Mett soovitab ta siiski mitmel puhul juurde lisada, sest see ei ole üksnes magusaks tegemise aine, vaid ka terviserohi.

Arstirohtusid tarvitatakse mitmel kujul :

1) Tee valmistatakse kolmel viisil : a) kanget tee-rohtu keedetakse viis min. ; b) teerohu peale valatakse keeva vett ja lastakse ühte lugu ümberliigutades viis min. tõmmata ; c) keedis keedust valmistatakse üksnes taimede kõvematest osadest, juured, koor, varred, oksad, ühe osa tee peale valatakse 10 osa külma vett, soojendatakse $1\frac{1}{2}$ tundi ja lastakse viis min. keeda. Segakeedise valmistamisel pannakse taimede õrnemad osad, lehed, õied, keeva keedise sekka ja lastakse nüüd 15 minutit tõmmata.

2) Pulber. Hästi kuivatatud ja peeneks lõigatud taimeosad tõugatakse ja hõõrutakse kausi sees peeneks pulbriks ja hoitakse alal pudelis korgi all.

3) Mahl. Mahl valmistatakse värsketest lehtedest, õitest, marjadest ja juurtest, hästi peeneks lõigata ja sündsa riista sees lõgaks tampida, siis läbi hõreda riide välja pigistada. Mahl ei lase ennast hoida.

3) Tinktuur. Tinktuuri valmistatakse sel kombel, et 1 osa rohu peale 5—10 osa viina valatakse, seda nädal otsa 15—20 kraadi soojas lasta seista, mitu korda läbi loksutada ja pärast läbi kurnata.

5) Ekstrakt. Ekstrakt valmistatakse sel kombel, et ühe osa rohu peale 5 osa 35—40 kraadi sooja vett valatakse. See umbes 2 päeva ikka nii soe hoida ja ümbersegada, ja siis läbi kurnata. Jäänustele valatakse veel 5 osa vett peale, lastakse veel 12 tundi tõmmata, litsutakse läbi linase riide valatakse mõlemad segud kokku ja aetakse kuni keemise punktini.

6) Piiritus. Piirituse valmistamisest võetakse üks osa rohtu valatakse sellele 5 osa piiritust, 2 osa vett peale, lastakse 8 päeva soojas seista.

7) Viin. Viina valmistamisel pannakse rohi viina sisse ja lastakse 8 päeva seista.

8) Niisked lapid. Neid valmistatakse : tehakse lapid tee sees märjaks ja pannakse haige koha peale.

9) Ólid. Neid peab apteegist ostma, neid ilma aparáatideta teha ei saa.

10) Salvid. Neid võib ise mõned teha, et rohu seest väljapigistada mahla ja värsket soolamata võiga segada.

11) Siirup. Siirup on suhkruga ehk meega paksumaks tehtud, mahl või tee keedetakse nii kaua, kuni siirup paksumaks jääb.

12) Segud. Kuna taimel, nagu eelpool tähendatud, on teinekord üksinda liig nõrk mõju, siis valmistatakse ikka arstirohtu nii, et kaks kuni viis ehk kuus- ja veel rohkemgi rohtu kokku segada.

R o h u d.

1. Aloe. Karusapp.

(Aloe Vulgaris Lam.)

Ei kasva meie maal, kasvab potitaimena ja on apteegist saada.

(Korj.) Lehed aasta läbi.

1) Tee mõjub kõhtu lahtitegevvalt. Tarvitatakse ummoksuse ja soolte tegevuseta oleku puhul, väga rohke verega ja õrnad inimesed ei kannata välja seda teed.

2) Pulber, Sisse võtta: 1—2 noa otsa täit ühe teelusika täie meega segatud. On hea kõhu lahtitegemise abinõu ja puhastab kõhtu. Välispidi: silmavesi. 1 noa otsa täis aloet poole õlleklaasi täie tulise vee peale hästi läbi loksutada, tarvitatakse rähmaste silmade pesemiseks.

3) Tinktuur parandab kõik värsked ja mädanevad haavad. Lapid peale panna ehk pesta, niisama ka mädapaised. Teele võib ka leedripuu õisi ja Jaanipuna teed juurde panna.

2. Arnikarohi,

arnisarohi, ernitsed. (Volferlei, Fallkraut, Engelkraut) (Arnica montana L.).

Mitmeaastane juur, poolteist kuni kahe vaksa pikkune, püstand, lühikeste karvadega vars, lühikeste var-

reliste keelkujuliste lehtedega, rosetikujuline õis, mägedele ja heinamaade nõlvadel.

Õied. Juuni — augusti kollased, punakas kollased Korjamise aeg: õied juuni — august, juured kevadel. Tarvitatakse praegu ainult tinktuuri näol.

Seestpidi. Teena: kõhupaistetuse ja halva seeditmise, kõhugaaside, limapalaviku, kopsupõletiku, kõhuhäädikate ja vananenud jooksva puhul, tilkatena; üliheha abinõu erguhaiguste puhul. Mõjub tervendavalt kõhu ja soolte ilanaha peale, niisama ka kõhupõletiku ja kõhupaisete puhul. 50–60 tilka $\frac{1}{4}$ toobi vee sees päevas lonksuviisi. Kõhuvalu ja kõhukrampe puhul teelusika täis tinktuuri klaasi vee peale, ühtlasi ka haige koht tinktuuriga sissevõida ja kange tee sisse 1 lood $\frac{1}{2}$ õlleklaasi vee peale kastetud lapid peale panna. Kui kangesti oksele ajab, siis 3–4 tilka tinktuuri 6 supilusika täie vee peale sisse võtta.

Välispidi: jooksjä, pigistuste, vigastuste ja halvatuse puhul sisse hõõruda, niisama kui viga kukkumisest ehk löömisest tulnud. Niisked lapid pandagu pigistuste, paisete või haavade peale; kas 3 supilusika täit tinktuuri ühe toobi vee peale ehk vett, äädikat ja tinktuuri ühepalju. Iga kahe tunni tagant värsket niiske lapp 3 loodi arnikat ja 2 loodi viina ruuta. (Ruta graveolens L.) $1\frac{1}{2}$ klaasi keeva äädikaga segada ja siis niisked lapid paisete ja paistetuste peale panna. Olevat väga hea. Salvid ja plaastrid lõhkehaavade ja maraskis naha juures tarvitada. Kuristamise vesi 40 tilka 6 supilusika täie vee peale, väga hea, kui hääl kähiseb.

Ettevaatust! Mitte liig suurel määral tarvitada!

3. Barbarits,

Kukispuu, Berberitze, Sauerdorn, Spitzbeere, Essigdorn. (Berberis Vulgaris L.)

Tugev okkaline põõsas, helehall koor ja kollane puu alus. Lehed hambalised, õied kobaras. Kasvab aedades.

Õied: mai, juuni, kollane kobaras.

Korj.: juured suvel, marjad septembris.

Tee keedis marjadest on põrna- ja maksahaiguse, krampide ja kõhuvalu vastu. Juuretee on hea kuselekihutatav abinõu ja teda tarvitatakse ka kollatõve, maksa- ja neeruhaiguse ning ummuksuse vastu; puhastab sooltekanali. 1 lood $\frac{1}{2}$ toobi vee peale. Marjade ja lehtede tee on soovitatav skorbuti vastu. Lehtede keedis kõhutõve puhul. Viin teega on hea kõhulahtitegev abinõu.

Kuristamise vesi. Koore tee kõvendab hambaid ja igemeid kui seda kuristamise veena tarvitatakse. Segu barbaritsi, kaselehti, kadakamarju, koirohtu ja randreirohtu, igat ühte ühesuurune osa, hea abinõu maksahaiguse vastu.

4. Ebaleht,

kolmleht, ubaleht. Bitter, Fieber, Sumpf, Wasserklee.
(*Menyanthoe trifoliata* L.)

Väga pikk roomav juur. Vars 20—30 sentimeetrit kõrge, õied kobaras, lehed munakujulised, 3 tükki koos, pika varre otsas. Kasvab rabades, soodes ja kallaste ääres.

Õied: aprill, juuni valkjas punased.

Korj.: lehed õitsemise ajal.

Teed 1 lood $\frac{1}{2}$ toobi vee peale ehk 1 supilusika täis 1 tassi täie keeva veega üle valada; $\frac{1}{2}$ tundi seista lasta, mitte keeta. Mõjub kõhtu karastavalt ja tarvitatakse nõrga seedimise ja ummuksuse, niisama ka palaviku vastu.

Tinktuur parandab rikkiläinud seedimise, 10 tilka suhkru peale, ehk kauemat aega iga tunni tagant 1 supilusika täis, niisama ka külmetanud kõhu ja gaaside vastu 20 tilka. Edasi on ta hea ka maksahaiguse puhul. Ebaleht, salvei ja koirohi ehk põldhumalaga, maasapiga segamine mõjub veel paremini, on aga märksa kibedam.

5. Heinputk.

Brustvurz, Engelvurz. (*Angelica silvestris* L.).

Juur veab teisel aastal pika õone, teinekord mehepikkuse putke välja. Ettevaatust korjamise juures, võib kergesti koerputkega ära vahetada. Kallastel, heinamaadel ja niisketes paikades.

Õied: juuni — august.

Korj.: juured kevadel.

Tee. Tee on südant tervendav, tarvitatakse rinnahaiguse, kõhugaaside, kopsu limastuse, pistete, krampe, nõrga seedimise ja kopsupaisete puhul; mõjub hästi ergukava peale. Pooleosa vee ja pooleosa viina sees keedetud tee ajab gaasid sooltest ja kõrvaldab kõhuvalu.

Pulber. Juurte pulber mõjub paremini kui tee, pistete, kõhukrampide ja kaelahaiguse puhul, tarvitada päevas 2—3 korda 1 noa otsa täis.

Tinktuur aitab ülihästi kõhurikke puhul, tarvitada päevas paar korda 15—20 tilka. Õli päevas paar tilka suhkruga peale naistehaiguse ja kõhuvalu vastu.

Kuristamise vesi. Kange juuretee puhastab limast ja parandab kuristamise puhul kõri ja kaela haigusi.

Supelusvesi. Supelusvee hulka lisatakse kanget heinputke teed ehk heinputke piiritust; heinputke juure kange tee koirohu teega segatud, olevat hea abinõu kõhu vähjatõve vastu.

6. Hopsajuur,

alantijuur alant, alanturz. Alantwurts Edelherzwurz, Helenenkraut, (*Inula helenium* L.)

Juur porgandi sarnane, tugevad pikad varred, juurelehed vartega pealt karmid, alt valged ja vildised, õied kollased, umbes nagu võilillel.

Õied: juuli — september.

Korj.: juured ja õied sügisel ehk kevadel.

Tee. Tarvitatakse kopsukatarri, nõrga seedimise, kopsulimastuse, kõha (puhastab röga) puhul 1 loodjuuri õlleklaasi täie vee sees keedetud, mitu korda päevas 1 supilusika täis, ajab ka kusele ja hõlbustab kuu-puhastust. Takistab ka enneaegset sünnitust kui juureteed õite kange teega mee sees segatakse, üleskeedetakse ja $\frac{2}{3}$ peale ära aurata lastakse.

Pulber. Pulbril on samasugune mõju nagu teel, tehakse meega ehk suhkruga magusaks.

Viin. Viina tarvitatakse kopsuhaiguste, ägedate kõhuvalude, limastamise juures, mõjub nagu tee.

Tinktuur. Päevas 2 supilusika täit, kõvendab seedimist ja on heaks abiks kollatõve, ägeda kõhuvalu ja pistete puhul.

Pesemine lahja keedisega. Pestakse paiseid, sammaspoolikuid, sügelisi ja kärnu. Meeles peetagu, et liig palju oksendada ajab.

7. Jooksvarohi

(Ehrenpreis, Schlagenkraut, Bundkraut.)

(*Veronica officinalis* L.)

Roomav, ümberringi karvadega kaetud juured, lehed pehmemate karvadega kaetud, õievarred lehe õndlates. Kasvab kuivades metsades ja päikesepaistelistes paikades.

Õied: mai — juuli.

4 lehekest, sinised õied varre otsas ridamisi, umbes nagu toomingal.

Korj.: õitsev taim mail, juunil.

Tee. $\frac{3}{4}$ loodi tassi vee peale, väga hea abinõu astma, kopsukatarri, kähisemise, kõha, verise sülje ja kopsuhaiguste puhul, kuseorganite haiguse, verekusemise ja pikaldase nahahaiguse puhul, igal hommikul ja õhtul üks väike tassi täis ehk iga kahe tunni tagant üks supilusika täis sisse võtta.

Mahl. Värkse taime mahl 2 lusika täit kitsepiimaga hommikul tühja kõhuga joodud, mõjub nagu tee,

iseäranis neerude ummistuse puhul. Kuristamise vesi suu ja kaela paisete puhul tee hulka natuke maarjajääd panna.

Niisked lapid tinktuuriga on heaks abinõuks värs-kete haavade, korgelt põletatud haavade, vananenud nahahaiguse puhul.

Segu: üks peotäis jooksvarohtu, üks peotäis ühek-sameheväge, 4 gr. aniisipulbrit $\frac{1}{2}$ toobi meeviina sees keetetud, iga päev 2 tassitait on ülibea abinõu kõhu, kähisemise ja kaelahaiguse vastu.

Dr. Knepp soovitab jooksvarohtu konnaosjaga ehk põldhumalaga segada.

S. Islandi sammal.

Islandi moos. (*Centraria islandica* Achar).

Põõsasarnane sammal, rohekas pruun, tagumine pool valkjam, Islandi saarel. Põhjapoolses Euroopa mägedes.

Korj.: Terve taim kevadel ja sügisel. Teime tarvitatakse leeme ehk süldina, sammal puhastatakse hästi ära ja keedetakse $\frac{1}{2}$ klaasi täis sammalt 12 klaasi vee sees. Lisatakse ka subkrutjuurde, võib ka magusat puud (*Süssholz*) ja aniisi juurde lisada; sült seedib kergesti, mõjub rahustavalt, ärevuse pehmenda-valt ja tugevasti hingamise organite ja soolte ilanaha peale. Ta on hea tiisikuse, kopsu limanemise, kramp-liku kõhimise ja kähisemise puhul, niisama ka läbi-jooksmise, sooltevalu, lahjenemise ja jõukaotamise pu-hul, iseäranis veel paranemise ajal peale ränka haigust.

Läbijooksmise ja kõhutõve puhul on kasulik noa otsa täis tammekoore pulbrit juurde segada.

Kile. $1\frac{1}{4}$ loodi Islandi sammalt keedetakse $\frac{3}{4}$ toobi vee sees 1—2 tundi pikkamisi, lisatakse siis ühe apelsini mahl juurde ja lastakse hanguda.

9. Isujuur.

Südame ema juur, emake juur. (Enzian). (Centiana lutea. L.)

Mitmeaastane väljastpoolt pruun, paks ja pikk juur 60—100 sentimeetrit kõrge, ümmargune sile vars, lehed munakujulised, alumised vartega, ülemised var-teta. Kasvab Schveitsis, Tirolis-Baierimaal jne.

Õied : juuli — augustini, ilusad kollased.

Korj. : juured sügisel ehk kevadel.

Isujuur on väga tähtis rohi.

Tee. 5 grammi 3 tassi vee peale, 3—4 minutit keeta, on väga kuulus kõhurohi, isu puuduse ja nõrga seedimise puhul. Iga kahe tunni tagant 1 supilusika täis.

Pulber. (1 gramm) pulbrina ehk tee valmistami-seks ; kosutab ja tervendab kõhtu ning karastab erkusid.

Viin. Teed viinaga tarvitatakse nõrga seedimise puhul. Noored juured ja apelsini koored viina sees (entsiani viin) 8 päeva seista lasta, siis läbi kurnata, edendab seedimist ja on kahvatuse tõve, isupuuduse ning kõhukatarri puhul väga soovitav. Kolm korda päevas pisikese klaasi täis.

Tinktuur. Tinktuur on parandav mõju kahvatuse-tõve, kõhuusside, näärmetõve, üleüldise lihaste nõrkuse puhul. Edendab seedimist, kaotab südamepööriruse ja minestuse hoogude puhul.

Ekstrakt. Päevas kolm korda 15 tilka suhkru peale ehk veega, halva seedimise ja lahtise kõhu vas-tu. Niisked lapid mädanevate haavade peale.

10. Kadakas.

Wacholder. (Juniperus communis. L.)

Tuntud puu ehk põõsas.

Õied : aprill — mai.

Koor, (marjad harvemini võsud) sügise.

Tee on tuntud kõhurohi, iga päev 1—2 tassi täit donkshaaval, ta mõjub verd puhastavalt, kusele ja hi-

gistama kihutavalt. Kui seda suuremal määral tarvitatakse iga päev 4—5 tassitäit, kaotab ta marjadest ja võsudest valmistatult kuse kinnijäämise ja on hea rohi kõhu veetõve ja põiehaiguste vastu. Noorte võsude tee 1 tassi täis päevas on vere puhastamise rohi.

Marjad. Peaasjalikult tarvitatakse marjasid niisasti kuivalt kui ka keedetult. Kuivade marjade närimine ja alla neelamine 2—5 marja päevas, mõjub isuäratavalt, seedimist kosutavalt, kaotab halva hingetõhu, kõhupuhastuse ja närvetuse. On ka kaitserohuks külgehakkavate haiguste vastu. Kõhunõrkuse puhul näritagu kauemat aega iga päev mitu marja. Suuremal määral tarvitatult on nad abiks veetõve, kuseorganide limamises, põiehaiguse, luujooksva ja jooksva vastu.

Viina sees marjad keedetult kihutavad põiekivid välja ja vanad limased ollused kehast. Dr. Knepp soovitab nõrga kõha puhul järgmiselt ravitseda: esimesel päeval 4 marja närida ja alla neelata, igal järgmisel päeval ikka üks mari rohkem kuni 12 päevani, siis jälle tagasi, iga päev üks mari vähem kuni 4 marjani.

Kadakatinktuur. On hea abinõu kõhu soojendamiseks ja külmetamise eest kaitsmiseks.

Kadaka piiritus ja kadaka sinep. Piiritust 15—20 tilka suhkruga ehk veega, siirupit õhtul ja hommikul 1 supilusika täis on mõlemad kõhu rohuks.

Õli. 3—6 tilka suhkru peale on kõhu veetõve, sapitõve, padaagra ja neerude ummukuse vastu rohuks. Halvatuse, külmanud liikmete, luujooksva ja jooksva puhul tarvitatakse seda välispidi sissehõõrumiseks.

Segu. Kadakamarjad, koirohi ja venkel on üliheha kõhurohi.

11. Kalmus.

(Kalmus Ackerwurz, Magenwurz.) (Acorus calamus L.)

Roomav juur, sõrmepaksune mõõgakujuliste 90 —

120 sentimeetri pikkuste lehtedega juur, lõhnab. Maik
mõru. Jõe kallastel ja seisvates vetes.

Õied. Juuni — juuli, sõrmpikused vardad ro-
heliste kuni kollakasroheliste õitega.

Korj. juured hilisel sügisel ehk kevadel, enne leh-
tede väljaajamist. Tee on eeskujulik kõhtu kosutav
abinõu, elustava ja isuäratava mõjuga, soojendab, ajab
halvad ollused välja ja on hea rohi rikkes seedimise
ja soolekanali limastamise vastu. Mõjub rahustavalt
südame kloppimise puhul, ka näärmetõve, jooksva ja
külmatõve vastu tarvitatakse kalmust hea tagajärjega,
niisama ka kahvatõve vastu. Ülihea põrna, sapi ja
neerutõve puhul kihutab kusele ja korraldab kuupu-
hastust.

Kalmuse tee, konnaosi ja konnarohi on soovitu-
seväärt veetõve puhul, isegi vananenud veetõve on ta
parandada suutnud. Hommikul pool tassi ja õhtul
pool tassi Tarvitatakse ka läbijooksmise (Diarshöe)
puhul. Ettevaatust! Üksnes väikesel määral, sest et
suuremal hulgal sissevõtmine just kõhtu lahti teeb.
Teed valmistatakse sel kombel, et 1 loe peenikeste
juurte peale $\frac{1}{2}$ toopi vett võetakse.

Pulber. Ülemalnimetatud haiguste vastu võib tee
asemel ka juurepulbrit võtta 2—3 korda päevas 1—2
grammi.

Tinktuur. 1 lood õli 1 toobi viina peale on hea
kõhurohi. Mitte rohkesti tarvitada 10 — 20 — 30 tilka
päevas.

Viin. Kalmuse viin on mõjukas abinõu minestu-
se, südamepöörítése, kõhuvälu ja närvetuse puhul.

Kuristamise vesi. Lahjendatud kalmuseviinaga on
hea suud loputada, kui igemed pehmeks lõõvad.

Mahl on silmi karastav abinõu. Niisked lapid on
soovitusväärt vähjasarnaste paisete puhul.

Supelusvesi. Nõrkadele lastele pannakse supelus-
vee hulka kalmust, karastamise abinõuks iseäranis
inglishaiguse ja näärmetõve puhul. 1—2 kalmuse juu-

rest valmistatakse 4—5 toobi veega kange tee ja see valatakse supelusvee sekka.

Kalmuse leib. Juur lõigatakse viiludeks ja riputatakse suhkrut peale, peaaegajalikult niisugustele haigetele, kes kalmuse harilikku kibedat maiku välja ei kannata. Arstimise juures antakse kalmuse juure asemel sagedasti teist juurt. Sellel ei ole niisugust lõhna.

12. Kampus.

Kampver. (Kampfer) (Camphora officinalis nees).

8--9 meetrit kõrge puu, pruuni koorega, kasvab Aasias, nimelt Jaapanis.

Kampust tarvitatakse üksnes harva seestpidi; vähesel määral võttes mõjub ta rahustavalt ergukava peale, suuremal määral aga, mõjub erutavalt. Välispidi tarvitatakse seda kampusepiirituse, kampuseõli ja kampuseviina näol.

Kampusepiiritus on hea pigistuste, luujooksja ja krampide puhul sisse hõõruda. Ka liikmete kosutamiseks ja karastamiseks hõõrutakse seda sagedasti sisse, näiteks peale väsitavat jalateekonda.

Kampuseõli on eeskujulik abinõu luujooksva, jooksva, ristluude ja seljavalu puhul sisse hõõruda, niisama ka lihaste paistetuse puhul, mis liiast töötamisest tekkinud. Kampuse viina tarvitatakse ka suuremalt osalt välispidi, eelpoolnimetatud haiguse puhul. Hambavalu juures on kampus beaks rohuks, kui hambad õõnsus puhtaks tehakse ja sinna kampuse pulbrit natuke sisse pannakse ja lõpuks puuvilla topiga pealt kinni litsutakse.

13. Kask.

(Birke). (Betula alba L.)

Sale, valge koorega, peenikeste okstega, tuttav puu meie metsades, heinamaadel ja aedades.

(Õied): kevadel, pruunid urvad.

(Korj.): (lehed, koor, mahl) kevadel ja sügisel.

Tee. Teed tarvitatakse veetõve vastu. 2 peotäie lehtede peale valatakse $\frac{1}{4}$ toopi keeva vett, lastakse 1—2 korda keema tõusta, 1—2 tundi seista, siis läbi kurnata. Kolme korraga ära juua, külmalt, hommiku, lõuna ja õhtul; kuna ta kusele kihutab, siis tarvitatakse seda ka jooksva vastu.

Mahl. Puust väljavoolanud mahl on hea abinõu kuseorganite haiguse, pikaldase sammaspooliku ja ohatuse puhul.

Pesemine sellesama mahlaga on hea lubjakärnade ja peanaha korpade vastu. Lehtede leem on hea pesuvesi sügeliste ja kärnatõve puhul.

14. Kibuvits.

(Heckenrose, Hagebutte). (*Rosa canina* L.)

Kõrgus kuni 2 meetrit, okkaline põõsas, kasvab aedades ja teeäärtes.

(Õied): juuni — juuli; suured, lihtsad, mitte topsulised, roosad ja punased.

(Korj.): õied, juuni — juuli. Marjad, oktoobri algul.

Tee. Seemnest puhastatud marjad, puhastab neerusid ja põit. Mõjub eeskujulikult neeru- ja põiekivide puhul. 1 supilusika täis marju tassi vee peale; õielehe tee on rohuks kõhukrambi vastu.

Tinktuur. Kibuvitsa liköör mõjub vanadele inimestele kosutavalt ja erutavalt. 1 toop marju, 1 nael suhkrut lastakse 3 toobi viina sees 8 päeva seista, siis läbi kurnata ja tarvitada.

15. Kirburohi.

Tatarkasvud, kirbuheinad. (Grosser Knöterich). (*Polygonum persicaria* L.)

Ümmargused siledad, 30—60 sentimeetrit kõrgused varred, lantsetikujulised pikavarreliste lehtedega, kasvab ojade ääres, niisketes aedades ja prügihunnikutel.

(Õied): juuli, september, punakad ehk rohekad-valged.

(Korj.): Terve taim juulikuust peale.

Tee on kõhupõletiku, paisete ja vähjasarnaste kõhupaisete puhul, kõige rohkem lugupeetud arstirohi. Iga poole tunni tagant 1 supilusika täis sisse võtta.

• Mahl. Värske taime mahl parandab vanad mäda-nevad haavad, haudunud jalgu parandab kui lõmaks-
litsitud taim peale pandakse, mõjub valuvaigistavalt ja uut nahka kasvatavalt.

Kuristamisevesi. Kuristamisevett tarvitatakse väga hea tagajärjega kaela- ja kõrisõlme põletiku puhul.

16. Koirohi.

(Wermuth Absinth). (Am Artemisia absinthium L.)

1 meetri kõrgune taim, üleni peenikeste, hallide karvakestega kaetud, kasvab kuival kaljulistel nõlvadel.

(Õied): juuli — august, kollased kuulisarnased.

(Korj.): lehed ja õied juuli ja august.

Tee. 1 lood 1 tassi vee peale, teelusika haaval, on väga kõhtukosutav, mõjub isuäratavalt, seedimist edendavalt, verdpuhastavalt ja on eeskujulikuks rohuks läbijooksmise, kooliku ja maksahaiguse, skrofulose, kabvatustõve, veetõve, kollatõve, krampliku oksendamise ja külmatõve vastu.

Pulber. Päevas 2 korda 2 noaotsa täit lusikatäie lihaleeme peale ehk toidu hulka segada. Mõjub nagu tee, iseäranis maksa ja kollatõve puhul.

Tinktuur ja ekstrakt on hea kõhukosutuse rohi; 20—40 tilka 3 korda päevas vee, viina, suhkru ehk meega 1—3 grammi päevas, 3 korda isupuuduse ja kõhukrampide vastu.

Koirohu viina Koirohu viinal on sama mõju nagu teel.

Mahl. 25—30 tilka ehk teelusika täis mahla meega on ka altkeha organite, jõuetuse, skrofulose, luujooksva, skorbuuti ja kõhutõve puhul hea abinõu.

Silmavesi. Tee on silmahaiguse puhul heaks rohuks, 2—3 korda päevas pesta.

Ettevaatust! Suuremal määdul võttes tekitab koirohi meelemärkusetä öleku, lihaste krampisid, peavalu ja peapöörilust.

17. Kõömel.

(Kümmel). (Garum carvi L.)

Tuntud taim, kasvab aedades, teeäärtel ja heinamaadel.

(Oied): mai — juuni, valged sarikad.

(Korj.): seeme peale valmimist.

Tee. 2—4 grammi ühe toobi vee peale, karastab kõhtu, edendab seedimist ja kihutab kusele, hea on ta kooliku ja puuduliku kuupuhastuse puhul, niisama ka rohkendab ta piima. Kõömlid piima sees keedetult tarvitatakse kooliku ja tema krampide, halva seedimise ja kuupuhastuse puhul.

Pulber. Toidu sees, vee, viina jne. kosutab kõhtu vaigistab krampisid, puhastab lima, soojendab kõhtu, erutab isu, vaigistab altkeha valusid.

Öli. 3—10 tilka suhkru peale võetakse isupuuduse ja kõhukrampide puhul, tarvitatakse ka sissehõõrumiseks algava inglishaiguse puhul.

Aur. Seemne- ehk pulbriaur 5 grammi ühe toobi vee peale on silma- ja kõrvakatarri puhul hea tarvitada.

18. Kõrvenõges.

(Brenuessel, Hannfnessel). (Urtica diocia L.)

Kõigile tuntud kõrvetav taim, leidub igal pool.

(Oied): juuli -- august.

(Korj.): noored lehed ja juured suvel.

Tee. Lehtede tee mõjub verdpuhastavalt nahahaiguste puhul, kusele kihutavalt ja tarvitatakse kopsu- ja hingamisorganite limanemise puhul, puhastab kõhtu. Ka kollatõve ja hämarhoide puhul mõjub parandavalt. Juurte tee mõjub tugevamini, iseäranis algava veetõve ja yerevooluse puhul.

Mahl. Vaigistab verekusumist, tarvitada iga päev 2 teelusika täit.

Viin. Viina ehk mee sees keedetud, 2 korda päevas, väike tassitais on hea astma puhul tarvitada.

Kuristamise vesi. Kange tee on hea kuristamise vesi kaela limanemise puhul.

Pesemine. Nõgese veega pestakse jõuetuid liikmeid, kastetakse rätik vee sisse ja hõõrutakse jõuetuid liikmeid 2—3 korda päevas.

Juuksterohi. Kõõma ja juukste katkemise vastu.

19. Kummel.

(Kamille). (*Matricaria chamomilla* L.).

Taim on 15—30 sentimeetrit kõrge, oksliste vartega, seemnesõlm seest tühi, kasvab aias, põldudel ja teeäartel.

(Õied): juuni, august.

(Korj.): õie pead, juunil ja juulil.

Tee on kõige rohkem tuntud ja lugupeetud rohi altkehahaiguste puhul, mõjub higistamaajavalt, krampisid vaigistavalt, rahustavalt, soojendavalt, kõhtukosutavalt, pehmendavalt, selgitavalt, sellepärast väga sünnis külmetamise, altkehahaiguste, krampide, kooliku, luujooksu ja rikkeskõhu puhul, niisama ka siis, kui verd pähe valgub, 1 supilusika täis 1 tassi keeva vee peale; mitte keeta.

Pulber. Peeneks hõõrutud värskete õiepeade pulber parandab ninassetõmmatult nohu.

Puder. Kummeli õite puder on hea paisete peale panna.

Silmavesi. Väikestel lastel silmapõletiku puhul on hea kummeliteega pesta ehk niisked lapid peale panna.

Pesemine. Peakärnade, visalt paranevate haavade, kondipaisete ja isegi kõige halvemate nahahaiguste puhul võib täiesti terveks saada, kui kummeliteega hoolsalt pestakse.

Loputus. Kui hambavalu külmetamisest tulnud, kaob valu kui suud päeva läbi sagedasti sooja teega loputatakse,

Aur. Kummelid pannakse väikese kotikese sisse, tehakse soojaks, on hea hambavalu ja roosi puhul tarvitada.

Keedis. Piimaga parandab karmi, lõhkenud naha kui enne magamainemist sellega hästi hõõruda.

20. Lina.

(Lein, Flachs). (Linum usitatissimum L.)

Laialt tuntud ja kasvatatav taim.

(Õied): juuli, august; taevakarva sinine.

(Korj.): seeme augustil.

Tee. 1 lusika täis tassi vee peale mõjub limalahutavalt, valu pehmendavalt ja seda tarvitatakse kop-suhaiguse ja mürgituse puhul, teeb ka kõhtu lahti, pehmendab kuiva kõha.

Õli on pehme kõhu lahtitegemise abinõu, vase, rooste (Grünspann) mürgituse puhul antakse iga $\frac{1}{4}$ tunni tagant 1 supilusika täis linaõli. Ka klistiirideks tarvitatakse seda, 3 lusika täit linaõli, 1 lusika täis soola, 3 tassi kanget kummeliteed ja 8 grammi seepi, linaõli lubjaveega segatult on ülihea jahendav abinõu tulehaavade puhul.

Salv. Linaõlialv on ülihea tulehaavade puhul, linaõli, põdrarasva ja pisut vaha ning viina kerge tule peal kokku segada.

Niisked lapid. Kõhu peale soojalt, vaigistavad kõhukrampe, linaseemne puder paisete ja paistetuste peale, lapi sisse pannes mõjub pehmendavalt, väljakiskuvalt, hautavalt ja valuvähendavalt.

21. Lambanisa.

Põldosjad, konnaosi, kuuskjalg, oravasaba tilgad. (Zinnkraut, Ackerschafthen, Schachtelhalm, Katzenwedel). (Equisetum arvense).

Tuntud taim, kasvab soodes, kraavides, niisketel heinamaadel jne.

(Õied): märts, aprill.

(Korj.): terve taim märtsis ja aprillil.

Tee. $1/4$ — $1/2$ loodi poole toobi vee peale on kõige parem abinõu verevooluse ja vereoksendamise vastu, niisama ka südame-, maksa-, neeruhaiguste, kusetakistuse, veetõve ja luujooksva puhul, puhastab kõhtu. Iga päev ei tohi võtta, verevooluse puhul päevas 1—2 tassi.

Niisked lapid on hea vanade vigastuste, mädahavade, vähjasarnaste paisete puhul, peab ka luusööjat parandama. Värskeltkeedetud taim pannakse niiske rätiku vahele ja siis haige koha peale. Ka tuleb haavu jne. kange teega pesta.

Supelusevesi on ülihea haudunud jalgadele, aurutamise on hea põiekrampide ja kusetakistuse puhul, kanget teeauru haige koha peale lasta.

Verepuhastus. Värskete taimede mahl mõjub parimini ja tugevamini, on hea tarvitada igapäev 2—3 supilusika täit mahla ühe tassi vee peale, samasugune mõju on ka viinal 10—20 tilka napsi sekka.

22. Luuderohi.

(Hauhehel, Stachelkraut, Heudorn). (Onons spinosa L.)

Umbes 40 sentimeetrit kõrge, pöösastaim, okastega lehed kiilusarnased, mõlemilt poolt küljest karvased, sagedasti tee ja põllu ääres, kuivadel heinamaadel.

(Õied): juuni, september, roosakad valged.

(Korj.): juured ja lehed kevadel ja sügisel.

Tee. $1/2$ loodi veerand toobi vee peale on kuselekitabav ja hea abinõu põiekatarri, kivitõve ja veetõve vastu, päevas 3 korda 1 tassi täis mõjub tugevasti neerude peale, iseäranis soovitatav jooksva ja luujooksva puhul, sisse võtta kauemat aega iga päev 1—2 toopi. Tarvitatakse ka hea tagajärjega tripperi ravitsemise puhul.

23. Luuvaluhein.

Hiirekõrvad, seakõmmel, kassitudrud. (Hirtentäschel). (Capsella bursa pastoris Moench).

Tuntud umbrohi, kasvab aedades ja teeäärtel.

(Öied): peaaegu terve aasta läbi, roosakad valged.

(Korj.): terve taim suvel ja sügisel.

Tee. Teed tarvitatakse verevooluse ja ohtra kuu-
puhastuse vastu 3 korda päevas igakord 3 lusika täit,
kõhuverevooluse vastu iga poole tunni tagant; 1 supi-
lusika täis veresülje, kopsu verevooluse vastu niisama
alumise keha ja kõhuvalu, põrnapõletiku, kollatõve ja
neerukivide vastu.

Pulber. Viina sisse puistatud ehk viinaga keede-
tud parandab seedimise haigusi, veresülitamist ja vere-
voolust. Pestakse haavasid läbikurnatud kange teega
js pannakse sellesama tee sisse kastetud niisked lapid
peale. Külma tarvitatakse seda nina verejooksu vastu.

24. Maasikas.

(Erdbeere). (*Fragaria Vesca* L.)

Igal pool oma magusate marjade poolest tuntud
taim.

(Öied): aprill, juuni.

(Korj.): lehed mais, siis marjad.

Tee mõjub kokkutõmbavalt ja kustlahutavalt, sel-
lepärast hea valu vähendamise abinõu jooksvahaigustele,
edasi on ta soovitav kivi- ja maksahaiguse puhul, kõ-
hu lahtioleku ja altkehahaiguste vastu. Noored kui-
vatatud lehed parandavad astmat, katarri ja kõha.

Mahl viina sees väljaleotatud tarvitatakse hommi-
kul ja õhtul 1 supilusikatäis hea abinõu kivitõve vastu.

Marjad selgitavad kehamahlasid, mõjuvad isuära-
tavalt ja on iseäranis hea tarvitada terveksaajatele $\frac{1}{2}$.
toopi piima $\frac{1}{4}$ toopi maasikaid päevas. Iga inimene
ei kannata, mõnele sünnitab see nõgesetõve.

Segu. Dr. Knepp soovitab 2 osa maasikalehti 1
osa varjulillega segada. Maasikalehed väikese osa var-
julille ja metsateega segatult on heaks asemikuks meie
hariliku hiinateele.

25. Metsatee.

Nõmme kaetisrohi, punahein, rabanduse rohi, liivatee.
(Thymus serpillum).

Põõsakujuline, laialdaselt tuntud arstirohuna ja õlina; tee aseainena tarvitatud taim.

(Õied): mai, juuni, kahvatu-punased.

(Korj.): lehed ja õied õitsemise ajal.

Tee leiab tarvitust altkehakrampide, valusa kuu-
puhastuse, kooliku, peavalu ja limanemise vastu, niisama ka kõhukrambi ja skrofulose vastu. Uuemal ajal kiidetakse teed hea abinõuna läkatusköha vastu 1 lood $\frac{1}{2}$ klaasi vee sees 10 minutit keeta ja vett juurde lisada, iga tund 1 supilusika täis sisse võtta.

Õli tarvitatakse sissevõtmiseks mõni tilk suhkru peale kopsude limanemise vastu; välispidi hõõrutakse jooksva ja halvatuسته puhul sisse.

Niisked lapid ja pesemine on hea pigistuste, ni-kastuste ja paistetuste puhul.

Supelusvesi. Teed lisatakse yanniveele erkude karastamise otstarbeks juurde, iseäranis lastele, kes skrofulose all kannatavad.

26. Münt.

Piparmünt. (Pfefferminze). (Mentha piperita L.). Vee-
münt. (Menta aquatica L.).

$\frac{1}{2}$ —1 meetr. kõrge, püstand, vars neljakandiline teravahambuliste, osalt karvaste lehtedega.

(Õied): juuni, august.

(Korj.): lehed enne õitsemist, korjatakse ka õitse-
mise ajal, ettevaatlikult kuivatada. Need mõlemad mün-
did on üheväärilised, mõned peavad veemünti pare-
maks.

Tee. Teed valmistatakse mitmel viisil 4—5 gram-
mi $\frac{1}{4}$ toobi vee peale, hommikul ja õhtul 1 tassi täis mõjub kõhtu ja erkusid kosutavalt, kõrvaldab krambid ja altkehavalu, paneb sooled tegevusesse, edendab see-
dimist, nimelt ergulise kõhurikke puhul, igal hommi-

kul üks tass münditeed juua annab tervislike värskel väljanägemise; mündi poolosa vee ja poolosa veini sees keedetud ja mõni aeg iga päev üks tassi täis joodud kaotab halva hingeõhu, äädikaga valmistatud ja aegajalt 1—2 lusika täit vaigistab vereoksendamise: piimaga valmistatud ja soojalt joodud mõjub pehmendavalt altkeha valude peale.

Pulber. Päevas 1—2 nootsatäit veega ehk toiduga mõjub niisama kui tee.

Mahl. Sidruni mahlaga segatult aitab seedimist korraldada.

Õli. 10—15 tilka suhkru ehk ühe klaasi vee peale on heaks rohuks pea-, kõrvavalu vastu, niisama ka südamepööratuse ja altkehavalude vastu. Supelusvee hulka lisades, mõjub krampsid vaigistavalt.

27. Nareedid.

Nabajuur, määred. (Kleine Bibernelle). (Pimpinella saxifraga L.)

Mitmeaastane, pikk, väljaspoolt pruunikas kollane, seestpoolt helekollane käsnaline juur; vars ümmargune, 30—60 sentimeetrit kõrge, kuivadel heina-, ja karjamaadel, teede ääres ja nõlvadel.

(Õied): juuni, oktoober; õiesarikad valgete kuni punakate õitega.

(Korj.): juured kevade ja sügise.

Tee mõjub isuäratavalt ja ilanahkade peale puhastavalt, hea köha ja kähisemise vastu, puhastab kopsu ja rinda, parandab vananenud kopsutiibade katarri ja seedimise riket, soolte ja kõhu limanemist, on kuseleja higilekihitav, puhastab neerusid ja põit, ajab neeruja põiekivid ära, tulihega abinõu jooksva vastu. Soovitatav on teed meega keeta. Kopsu limanemise ja limaastma puhul, väga hea röga kõrvaldaja, soovitatakse ka veetõve ja rikked kuupuhastuse puhul 1 lood juuri õlleklaasi täie vee peale, iga tund 1 supilusika täis sisse võtta.

Pulber. Juurepulbrid soovitatakse kõhu limanemise vastu 2 korda päevas 1 gramm sisse võtta. Viin poolleldi vee ja viinaga või ainult viinaga keedetud juuretee on iseäranis mõjukas rikkese seedimise puhul.

Tinktuur. 10—12 tilka 1 teelusika täie vee ehk 15—20 tilka suhkru peale, aitab närvetuse, kähisemise ja hääle äraoleku puhul.

Kuristamisevesi. 4 tilka tinktuuri 4 supilusika täie vee peale, on hea abinõu kähisemise, kaelahaiguse, kaelarahude põletiku, limaaastma ja keelekida lõtvuse puhul. Pesemine ja niisked lapid on hea haavade parandamisel. Juure närimine saadab keele halvatuses puhul abi. Kuivatatud juur mõjub oksendamajavalt.

28. Naistepunad.

Jaanipunad, emasterohi, viinalilled, kollased punad, rootsipunad. (Johanniskraut). (*Hypericum perforatum* L.)

Kuni $1\frac{1}{2}$ meetrit kõrge vars, läbipaistvate täpiliste lehtedega, kasvab kuivade päikesepaistelistes küngaste peal, põldudel ja metsaäärtel.

(Õied): juuli—august, kollased.

(Korj.): lehed ja õied juulis ja augustis.

Tee leiab tarvitust maksa- ja neeruhaiguste, jooksva, läbijooksmise, verevooluse, rinna limanemise ja puhastuse puhul; 2 loodi 1 toobi vee peale 1—2 tassi lonksuviisi päevas, annab abi allakusemise ja ergulise peavalu puhul.

Õli. Naistepuna õli on tulihea abinõu paistetuse rabanduse, jooksva, nikastuse ja põletishaavade, kõhuvalu ja krampide vastu; sisse võttes 6—8 tilka suhkru peale. Vee sees väljaimbutatud mahl on verevaigistamiseks värskete haavade puhul. Tee on ka noortele lastele kasvu ajal soovitav. Raudreirohul on samasugune mõju kui naistepunadel, teda võib ka vajaduse puhul viimase asemel tarvitada.

29. Niin.

Pärn. (Linde). (Tiilia grandifolia).

Igalühel tuntud puu.

(Õied): juunikuul.

(Korj.): õied juunis.

Teel on erkusid elustav, higistamaajav ja krampisid vaigistav mõju ja seda tarvitatakse peasjalikult katarriliste külmetuste, nohu, vananenud kõha ja kopsu ja limanemise puhul, isegi vee- ja langetõve vastu soovitatud; 1—2 tassi õige soojalt voodis juua, pooleldi vees ja veini sees keedetud olevat väga hea abinõu kahvatustõve vastu kui teda kauemat aega tarvitatakse; naistepuna ja raudreirohi juurelisandus kõvendab mõju.

Ekstrakt õitest on hea lõhnaga vedelik, mida tedretähtede ja näokortsude kaotamise, juuste kasvamise ja peavalu vaigistamise puhul tarvitatakse.

30. Nurmenukk.

Kanavarbad, käokoltsed. (Schlüsselblume). (Primula officinalis L).

Tuntud kevadine lill; kuivadel heinamaadel, põõsastes, nõlvadel, põlluäärtel.

(Õied): aprill — mai, kollased kellukesed.

(Korj.): juured, lehed ja õied märtsist — maini.

Tee ajab higistama; terve taime juured, lehed ja õied 1 lood toobi vee peale on hea luujooksva, jooksva, peapöörituse, migräni ja rinnahaiguste puhul; teeb kõhu parajalt lahti, vaigistab valu, pikemalt tarvitada iga päev 1 tass.

Mahl. Lõpuks litsutud õied vee sees imbuda lasta, veele suhkrut juurde panna on hea kõha rohi, seda vedelikku võib ka keeta nii, et paksuks läheb, on head kõha kompvekid.

31. Paakspuu.

Patsapuu. (Faulbaum, Pulverholz, Zapfenholz). (Rhamnus frangula).

Keskmise kõrgusega okasteta põõsas, valged tähnilised oksad, valminud mari herne suurune, mustjas sinine, kasvab niiskes metsas.

(Õied): mai, juuni, august ja september; rohekad-valged.

(Korj): koor — mai, juuni, marjad — oktoobril.

Tee on üsna hea abinõu laisa seedimise, kõva kõhu, hämarhoide, maksa- ja sapihaiguse puhul, niisama ka palaviku ja kõhuusside vastu; 2—2¹/₂ loodi koort pannakse õhtul poole toobi vee sisse ja keedetakse sellesama vee sees järgmisel päeval 3—5 min., kohe värskelt valmistades keedetakse ¹/₂ tundi, sisse võtta iga päev 2—3 tunni tagant 1 supilusika täis.

Pesemine kange teega on sügeliste ja peakärnade vastu.

32. Paisulehed.

Kabjalehed, vaestelasteleht. (Hufblattich) (Tussilago farfara L)

20—30 sentimeetrit kõrged, valged vildilised varred, kollane õis nagu võikannil, peale õitsemist ilmuvad vartega lehed, leida märgadel kohtadel.

Õied.: märts — aprill.

Korj.: õied märts, aprill, lehed mai, juuni.

Tee ¹/₄—¹/₂ loodi ühe tassi vee peale puhastab rinda ja on ülihea rohi kõha, kähisemise, hingamisorganite limanemise, rinnakatarri ja tiisikuse vastu hakatuses.

Pulber. Igapäev 1—2 noatera täit on hea abinõu ülalnimetatud haiguste puhul

Mahl. Rohelise taime mahl piima ehk meega segamine on ülihea kevadine jook hingamisorganite haiguste puhul.

Värsked lehed natuke klopitud, nii et mahl välja tuleb, jahendab ülihästi palavaid paiseid, haadunud jalgu ja näoroosi.

Niisked lapid pannakse naisterahvaste suguosade paistetuse puhul kange tee sisse kastetud linase lapiga haige koha peale.

33. Palderjan.

Ülekäiarohi, rebuse- ehk rabanduserohi (Baldrian, Augenvurz, Katzenkraut) (*Valeriana officinalis* L).

Mitmeaastane juur, paljude harudega, õõnes, püsiantd voldiline haruline vars, lehed lantsetikujulised — hambulised.

Kasvab niisketes kohtades põõsaste sees, luha peal kraavides, kallastel ja kuivadel nõlvadel.

Õied. : juuni — august, õiesarikad valged kuni purpurpunased.

Korj. : Juured õitsemise ajal.

Tee mõjub karastavalt, vaigistab selgrooüdi ärevust ja on hea südame, kõrisõlme, kõhu ehk alumise kehaosa krampide puhul, kõhu ergulise erutuse, pistete, gaaside, diarrhõe (läbijooksva) migrän (peavalu) hüpohondril, (põrnatõve) astma, (lihakste värisemise) ja laste krampide puhul, mis kõhuussidest tekivad; $\frac{1}{2}$ loodi juuri $\frac{1}{2}$ õlleklaasi vee peale iga kahe tunni tagant 1 supilusika täis soojalt juaa, mõjub hästi langetõve puhul. Dr. Bohn ütleb, et langetõbi mida palderjani tarvitamisega parandada ei saa, ei parane üldse.

Pulber. Juurte pulbrit tarvitada päevas 2—4 korda, igakord 1—2 grammi mõjub sama kui tee.

Ekstrakt Päevas 3 korda $\frac{1}{2}$ —1 gramm kõhuvalu vastu.

Tinktuur. 20—40 tilka kõhuvalu vastu.

Õli. 4—5 tilka suhkru peale kui seedimisriike, kõhukrambid ehk läbijooksmine kauemat aega vältab; langetõve puhul võib 20 tilka suhkru peale võtta. Pesemine teega on ergulise silmahaiguse puhul hea. Klis-

tiirid kange palderjaniteega $\frac{1}{2}$ —I lood palderjani $\frac{1}{2}$ õlleklaasi vee peale on hea kõhuusside, kõhu, põie ja emakoja krampide, raske kõhulahtioleku ja kõhutõve puhul.

Segu. Palderjani jooksvaruhuga või koirohuga segada on väga hea tee argadele ja kurvameelsetele inimestele ka minestusehoogude ja südameklõppimise, niisama ka peapöörituse vastu.

Tähelepanemiseks: palderjani ei tohi mitte ühtelugu tarvitada, niisama ka mitte rohkel mõõdul, sest et ta niisugusel korral kahjulikult seedimiselundite peale mõjub, peavalu ja südamepööritust tekitab.

34. Pappel

(*Populus nigra* L.)

Laialt tuntud puu meie maal.

Õied: Aprillil urvad.

Korj.: Vaigused pungad märtsis. Tarvitatakse peasjalikult pungasid.

Salv parandab põletikku, tulehaavu ja hämarhoisid.

Paplipiiritus leiab tarvitust pigistuse ja marraskilhaavade puhul, sissehõõruda nikastuse puhul; sisse võtta päevas 3 korda, iga kord 20 tilka suhkru ehk veega — verevooluse, rinnahaiguse ja põiehaiguse puhul.

Paplipuusüsi olevat hea enne söömist 3—5 teelusika täit närvetuse, puhastuse, südamepöörituse ja peavalu vastu, kui need vead halvast seedimsest tulnud.

Paplipumat on hea tarvitada juuste õlitamiseks ja igasugu peanaha haiguste vastu, samuti kaotab ta peakõõmamist.

35. Peetrihein.

Pandanahein, tönikene. (Zelrkraut, Pfaffenblume, Betonie). (*Betonica officinalis* L.)

Mitmeaastane juur, püstand varrega, suured pikad varrega munakujulised lehed, leidub sagedasti kuivadelt mäe- ja metsaheinamaadelt.

Õied.: Juuli — august, punakas pruunid.

Korj. : Lehed juunis.

Tee on limalahutav ja seda tarvitatakse kopsulimastuse, astma, hingamise lämmastuse, närvetuste, langetõve, ergunõrkuse ja jooksva puhul; suhruka keedetud on ta rõga väljaajav kõharohi.

Viin. Teed viinaga segamini antakse rinnahaiguse puhul, kui süljega ühes verd välja tuleb, päevas 2 korda väike napsiklaasi täis.

Mahl mee ja veega segamini on vee- ja kollatõve vastu soovitatav.

Siirup. $\frac{1}{2}$ toopi peetriheina vett ja $\frac{3}{4}$ naela suhkrut kergendab rõga väljaheitmist kõha ja astma puhul.

36. Piimanõges.

(Veisse Taubnessel, Bienensang, Zauberkraut, Vurmnessel). (Lamium album L).

20—30 sentimeetrit kõrge, püstand, neljakandilise varrega, lehed valkjad-rohelised, südamekujulised, pehmete karvadega, kasvab aedades, põõsastes, teede ja metsaääres.

Õied. : Aprill — oktoober; valged.

Korj. : Õied ilma rohelise tupeta suvel.

Tee mõjub verdpuhastavalt ja tarvitatakse seda laste nahahaiguste, verevaesuse, skrofulose, rinnahaiguse, kõhutõve, kusetakistuse ja korratu kuupuhastuse vastu $\frac{3}{4}$ loodi toobi vee peale päevas 1—2 tassi täit.

Pulber. Õite pulber 1—3 noatera otsatäit söögi sisse, mõjub verdpuhastavalt.

Tinktuur mõjub niisama kui pulber, 10—15 tilka suhkrule peale.

Aur. Kange teeaur on hea kõrvavalu puhul. Kõrvenõgestega segatult tarvitatakse hingamiseldite ravitsuse puhul.

37. Põldhumal.

Maasapp söõthumal. (Tausendguldenkraut, Erdgalle, Fieber Muttergotteskraut) (Erythrae Centaurium Persoon)

20—30 sentimeetrit kõrge, kandiline, pealtpoolt

oksline, vars pikerguste lehtedega, kasvab metsaheina-
maadel ja põõsastes.

Õied. : Juunist augustini, roosakaspunased.

Korj. : Õitsemise ajal.

Tee on kõhtukosutav, kaotab kõhakorismise, pa-
randab kõhumahlasid, kaotab närvetuse, edasi on ka
hea kõhulimanemise, halva seedimise ja altkeha rikete
puhul, niisama makakollatõve ja palaviku puhul $1\frac{1}{4}$
loodi toobi vee sees igapäev 1 tass supilusika viisi.
Külm leotis õhtu 1—2 loodi toobi vee sees läbi öö
seista lasta, siis läbi kurnata, on ülihea palaviku rohi,
tarvitada päevas 1 tassi täis supilusika viisi.

Tinktuur. Üks osa taimemahla üks osa piiritust
on hea ülalnimetatud haiguste vastu.

Viin on hea söögiisu soetaja, puhastab maksa ja
neerusid, tarvitada igapäev enne lõunat 1 supilusika
täis.

Pesemine kange teega on hea nahahaiguste vastu.

38. Raudreirohi.

Raudrohi, raudhein. (Schafgarbe, Garhen, Katzenkraut,
Feldgarbe). (Achillea millefolium L.)

20—50 sentimeetrit kõrge, tumeroheliste lehtedega,
kasvab tee- ja põlluäärtel ja kuivadel rohuplatsidel.

Õied. : Juuni — oktoober, valged ehk valkjad-
punased.

Korj. : Taim mai, juuni; õitsev taim juuni, sep-
tember.

Tee. Harilikult juuakse päevas umbes üks toop
ära maksahaiguse puhul, soovitav aloe pulbrit juurde
lisada. Neeruhaiguse, nõrga põie, rinnalimanemise,
kopsulimanemise, kõhukatarri puhul elustab kõhtu ja
erkude tegevust, hämarhoide, luujooksva, verevooluse
ja külmatõve puhul väga hea tarvitada $1\frac{1}{4}$ loodi lehti
 $\frac{1}{2}$ toobi vee sees $\frac{1}{2}$ tassi lonksu viisi päevas. Rahva
seas kõhurohuna, altkehahaiguse, limavooluse vastu
armastatud abinõu. Külmetamise, jooksva-, naistehai-
guste, puuduliku ja valusa ehk liig ohtra kuupuhas-

tuse, hüsteeria, pärasoole, limajooksu rikke, seedimise ja puhutuse puhul iga päev 3 tassi täit; edasi leetrite, sarlaki, hambaid tegevate laste, krampide ja allakusemise puhul päevas 2 väikest tassi.

Mahl. Raudreirohu mahlaveega pesemine on kuulus iluduse abinõu. Niisked lapid haavade ja paistetuste puhul, külmatõve juures pandagu lõmakslitsitud taimedega täidetud linane kott südamekoopa peale. Raudreirohtu lisatakse supelusvee ja klistiiri sekka.

39. Reinvars.

Reedekook, saunarohi, soolikarohi. (Rainfarn, Knöpschen, Wurmfaru). (Tanacetum vulgare L.)

Sagedasti üle 1 meetri kõrgune sirge varrega, põlluäärtel teede ääres ja kraavides

Õied.: Juuli, september, kollased nupud.

Korj.: Lehed ja õied juulikuust peale.

Tee on krampsid vaigistav abinõu ja mõjub kõhtukosutavalt $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ loodi toobi vee peale tarvitatakse kõhukrambi, luujooksu ja kõhutõve vastu, tee on veel hea tarvitada kusetoru rikete, põiekivihaiguse, kõhuusside vastu, valusa kuupuhastuse puhul mõjub emakojaga peale.

Pulber. Oite pulbrit tarvitatakse sooleusside vastu 1—5 grammi, vanaduse järele; lastele mee, moosi ehk toidu sees; täiskasvanud võivad pisut rohkem võtta. Tarvitada üksnes väiksel määral, sest et suuremal määral võtmine mürgitust võib tekitada.

Õli. 1—8 tilka suhkru peale ajab soolteussid välja, kaotab kõhukrambid; õli sissehõõrumine on hea jooksu ja luujooksu puhul.

40. Sibul.

(Zwiebel). (Allium cepa L.)

Tuntud keeduyili, mida ka igas majapidamises tarvitatakse.

Õied.: Juuli — august.

Korj.: Sügisel.

Sibul on üks kõigeparematest rohtudest, hoiab kõhu korras, edendab seedimist; piima sees keedetud, tarvitada vara hommikul ja õhtul tühja kõhuga, kumbki kord 1 toop, ajab kõhuussid välja; tarvitatakse kõhuvalu vastu hea eduga.

Praetud sibulad hommikul ja õhtul, kumbki kord pool sibulat viiludeks lõigata $\frac{1}{4}$ toobi suhkruvee sees keedetud ja hommikul ning õhtul üks tassi täis joodud, teeb kõhu kergelt lahti. Mahl suhkruga segamini on parandav kõha puhul 1 teelusika täis mitu korda päevas; hingeldamise ja raske hingamise puhul mahla sooja õliga oliivi- ehk mooniõliga segades on vastuabinõu jooksvast tulnud kõrvavalu vastu, mõni tilk ettevaatlikult kõrva lasta.

Tinktuur. Lõmakslitsutud sibula peale valatakse klaasi täis head viinaädikat, lastakse tund aega tõmata, kurnatakse läbi ja lisatakse teist niipalju mett juurde, see on ülihea kõharohi, vanadel inimestel iga poole tunni tagant pool supilusika täit; lõmakslitsutud sibul viina sees on hea abinõu halva seedimise puhul tarvitada päevas 3 korda 10 tilka.

Siirup. Päevas 4—6 supilusikatäit leigelt on kõige parematest abinõudest külmetamise läbi tulnud kaela- ja rinnahaiguse, kähisemise, kõha, rinnanahapõletiku, rinnalimanemise, veresülitamise ja isegi tüsikuse vastu.

Aue. Praetud ehk küpsetatud sibul lapi sees on hea kaelavalu, kaelapaisete, kangete liikmete, külmunud liikmete puhul haige koha peale panna, niisama ka kõrvade paistetuste puhul.

Sibula tinktuuriga juukseid pesta, aitab juuste väljalangemise vastu.

41. Silmarohi.

(Augentrost, Hirnkraut, Spöttlich, Ziegenkraut). (*Euphrasia officinalis* L.).

Üheaastane taim, püstand, 10—15 sentimeetrit kõrge, vildilise okslise koorega, lehed munakujulised

ilma varteta, ääred nagu saehambad, kasvab metsa-
heinamaadel kuivadel kallastel ja põllupeenardel.

Õied.: Juuli — oktoober, valged tamedate soon-
tega.

Korj.: Lehed juuli — oktoober.

Teed tarvitatakse teiste teedega vaheldamisi kõhu-
haiguse puhul.

Pulber. Päevas 1 nootsa täis parandab seedimist
ja erutab kõhumahla tegevust, edasi tarvitatakse seda
kollatõve puhul, 2 grammi päevas veega joodud karas-
tab nägemist. Kange teega pestakse rähmaseid silmi
2—3 korda päevas, ööseks pannakse kange tee sisse
kastetud lapid silmade peale.

Silmavesi. Loveri silmavett lastakse iga õhtu
mõni tilk silma.

Ekstrakt olevat kange nohu vastu hea.

42. Sinilill.

Sinikann, sõstrasilm, kannike. (Veilchen). (Viola odo-
rata L.).

Laialt tuntud hea lõhnaga lill.

Õied.: Aprill, violeti karva ja tumesinised.

Korj.: Lehed ja õied õitsemise ajal.

Tee. $\frac{1}{2}$ loodi ühe toobi vee peale mõjub higis-
tamaajavalt. Dr. Knepp soovitab teed kange kõha ja
iseäranis tagajärjekalt laste läkatuskõha puhul, tarvi-
tada meega segamini, iga 2 tunni tagant 2 supilusika
täit, täiskasvanule 3 korda päevas. 1 tass on heaks
abinõuks ka kopsukatarri ja kaelalimanemise vastu,
tiisikuse puhul teeb ta röga lahti, iga 2—3 tunni ta-
gant 3—5 supilusikatäit. Siirupit tarvitatakse kõha ja
kaelalimanemise vastu.

Kuristamisevesi on hea kaelahaiguse, paistetanud
kaela ja kaelarahude vastu.

Niisked lapid ja pesemine on hea siis, kui pea
valutab. Kuuma paistetuse puhul pannakse lõmaks-
litsutud taim peale.

43. Takjas.

Kobruleht. (Klette). (Lappa officinalis all).

Tuntud umbrohi kasvab teede ääres, elitusplatsidel, prügihunikutel ja heinamaadel.

Õied. : Juuli — september.

Korj. : Juured peasjalikult kaheaastased kevadel, lehed suvel.

Tee. Lehtede tee mõjub higistavalt ja kuselekihutavalt, kõhupuhutust kaotavalt, ta on eeskujulik abinõu kõhupõletiku ja kõhupaisete puhul: parandab seedimist, hommikul ja õhtul 3 lusika täit ilma suhkruta, niisama aitab ta ka jooksva, luujooksva ja siifilise puhul. Juuretee on parandav jook, peakärnade ja ülepea väljalöönud peanaha puhul, kõige paremini mõjub veel seemnetee kui pea halva seedimise tagajärjel ränk ja uimane on. Salv on paisete rohi.

Kuristamisevesi kangest teest mõjub hästi kui suus ja kõris villid ehk huuled lõhkenud.

Niisked lapid kange tee sees niisutatud on hea väliste paisete peale panna, nad mõjuvad puhastavalt ja parandavalt. Juur kõvendab juukseid ja paneb nad kasvama, peanahk hõõrutakse nädalas 3—5 korda juurest valmistatud kange teega sisse ja määratakse juukseid juurnõliga.

44. Tamm.

(Eiche). (Quercus pedunculata ehrh.).

Igaühele tuntud puu

Õied. : Maikuul, kollased urvad.

Korj. : Noored lehed, koor noortelt tüvedelt ja okselt terve aasta läbi, tõrud oktoobris.

Tee. Kooretee mõjub südant tervendavalt, niisama ka verdvaigistavalt, mispärast seda ka soolte ja kõhu verevooluse, verekohimise ja vereoksendamise puhul tarvitatakse. See on tulihea abinõu kõhutõve, kõhulahtioleku, näärmetõve, põie- ja kopsukatarri puhul $\frac{3}{4}$ loodi koors $\frac{1}{4}$ toobi vee peale.

Pulber. Kui nina verd jookseb, on hea tamme-koore pulbrit ninasse tõmmata.

Viin. Tammekoor punaveini sees keeta, mõjub kõhu lahtioleku peale.

Tinktuuri tarvitatakse kõigi eelpool tähendatud haiguste puhul suhkru peale tilkadena.

Niisked lapid kange teega on hea paistetuse peale panna.

Pesemine kange teega on hea jalgade higistamise ja jala haudumise, halbade paisete, tulehaavade ja kõikide haudunud kohtade pesemiseks.

Supelusvesi. Tammekoorevannid tarvitatakse külmanud liikmete, inglishaiguse, näärmetõve ja perasoole väljalangemise puhul.

Kliistiirid tarvitatakse perasoole väljalangemise puhul, ka pritsitakse valgete voolu puhul.

Tõruvee joomine enne magamaminemist aitab allakusemise vastu. Tõru kohvi tassi keeva vee sisse 1 supiluaika täis $\frac{1}{2}$ tundi seista lasta on hea inglishaiguse, skrofoluse, verevaesuse ja kondinõrkuse vastu.

45. Teeleht.

(Vegerich). (*Plantaga lanceolata* P. Major P. Media L.)

Igalpool teedel ja heinamaadel.

Õied.: Mai — oktoober.

Korj.: Lehed aprillist peale, kuni seemneid hakkab kasvatama.

Tee on eeskujulik verdpuhastav ja limalahutav abinõu, mõjub tugevasti kopsu ilanahkade peale. Parandab läbijooksmist, põienõrkust, põiehämarhoisid, vana katarri, rohke väljaheidetega verevoolust kopsust, kõhu-, maksahaigust, kollatõve, närvetust. Teed võib ka yinna ehk veega keeta.

Juur keedetult ehk näritult aitab hambavalu vastu.

Mahl. Kiirelt pesta ja puhta linase riidega kuivatada, tehakse peeneks, litsutakse mahl välja, 1 osa mahla 1 osa meega umbes 20 minutit keeta ja hästi kind-

la korgi all alal hoida. On ülihea pehmendav abinõu hingamise organite haiguste puhul.

Lapid, lõmakslitsitud lehtedega on hea kuumade paistetuste, niisama erilaste ja mesilaste pistete peale panna, ka ohatuste ja peakärnade puhul.

Kõige paremaks peetakse pikerguse terava otstega teeled.

46. Tärnapuu.

Viherpuu. (Kreuz, Purgier, Hirsch, Vegdorn). (*Rhamus carthartica* L.).

Suurem okkiline põõsas ehk puu, oksad vastastiku, lõpevad sirge okkaga, lehed munakujulised vartega, marjad herne suurused läikivad, mustad.

Kasvab kaljudel ja metsades.

Õied.: Mai — juuni kollakasrohelist.

Korj.: marjad september — oktoober, koor igal ajal.

Tee tarvitatakse üksnes kooreted kõhu lahtitegemiseks, kuna see ka kusele kihutab, siis on see hea abinõu jooksva ja veetõve vastu. Et see ägedalt mõjub, peab tarvitamise juures ettevaatlik olema.

Mahla siirup: tärnapuu siirupit tarvitatakse väga palju ja see on hea kõhtu lahtitegeva rohuna tuntud. Tarvitada igatund kaks supilusika täit kuni aitab, ka vananenud nahahaiguse puhul soovitav, lastel üksnes teelusika täis.

47. Vaeselapselill.

Aiakannike. (Stiefmütterchen). (*Viola tricolor* L.)

Kolmekandiline oksline vars, alumised lehed rohkem ümmargused, üleval pikerkusemad. Kasvab põldudel, suurem liik heinamaadel, iseäranis suured haritud, lilled rohuaedades.

Õied: Aprill — oktoober, kolmevärviline, kollane, violet, valkjassinine.

Korj.: Lehed ja õied suvel.

Tee: leiab tarvitust väikeste laste nahahaiguste (skerfules) puhul ja neerude puhastamiseks, sest et see kõik halvad ollused kusetoru ja nahaaugukeste kaudu kehast välja ajab, muidugi aitab ta ka verdpuhastavalt, kuid üksnes väiksel määral võttes ja mitte ühtelugu kauemat aega tarvitades, niisugusel puhul tekitavad kõbulahtiolekut ja oksendamist.

Tinktuur: 1 osa värske taime mahla, 1 osa viina. On hea palaviku ja rohke higistamise ehk sisemise kuumuse vastu. Leetrite puhul anda lastele 1—3 tilka, vanematele rohkem. Niisked lapid kange tee sees niisutatud pannakse nahahaiguste puhul iga tund peale.

48. Vesikress, kaevukress.

(Brunnenkresse). (Nasturtium officinale). R. Brovn.

Mitmeaastane veetaim 15—20 cm, pika õõnsa varrega, tumerohelised siledad lehed. Leida igalpool, sagedasti selgetes allikates, ojaes ja veekraavides.

Õied: Juuli — september, valged.

Korj.: Lehed märtsist kuni sügiseni.

Enne õitsemist korjatud lehtedest peetakse kosutava salatina suurt lugu.

Tee: kanget teed tarvitatakse verd- ja kustpuhastava abinõuna, ka näärmetõve ja nahahaiguste vastu, igapäev 2 tassi täit.

Mahl: tarvitatakse eeskujnliku abinõuna skorbuuti, veetõve, kollatõve, vananenud nahahaiguste, kopsu- ja soolteilmavooluse vastu, 2—3 korda päevas, 1—2 supilusika täit mahla. Raskejalgsuse ajal tuleb mahla tarvitamise eest hoiduda. Hommikul tühja kõhuga värsket vesikressi ilma äädika ja soolata süüa olevat hea kopsuhaiguste vastu. Äädika ja palju õliga segatud lehti tarvitatakse väikeste laste juures kõhuusside väljaajamiseks.

Salv: lehtedest valmistatud salvi tarvitatakse tullaavade juures, vesikressi, ebalehe ja meresalati mahla segu 12—16 loodi tühja kõhuga. Tarvitades kauemat aega, on hea verepuhastamise abinõu.

49. Võilill.

Võikann, seanupp. (Lövenzahn, Kettenblume, Kuhblume, Milchbusch). (Leentoden taraxacum L.).

Laialt tuntud taim igalpool tee ääres, kraaviäärtes, heinamaadel.

Õied: Aprillist kuni sügiseni, kollased.

Korj.: Lehed enne õitsemist, juured kevadel ja sügisel.

Tee: terve taime tee mõjub limapuhastavalt kõhu ja kusetoru peale, puhastab verd, mõjub maksa peale ja tarvitatakse heade tagajärgedega kinnise kõhu, maksatõve, kollatõve, hämarhoide, põrnatõve ja paksu vere vastu 4—5 päeva, iga hommikul ja õhtul $\frac{1}{2}$ tassi. Juuretee on hämarhoide, kinnisekõhu ja teiste altkehahaiguste vastu.

Mahl: värske taimemahl on maksahaigustele ja kollatõbistele väga soovitatav.

Tähelepanu, et võilillega ei tohi mitte liig kaua rohitseda, sest et siis seedimiselundid rikutud saavad.

50. Üheksamehevägi.

Tülgas, üheksaväginine, ussiüheksa. (Vollkraut, Vollblume, Königskerze). (Verbacum thapsus L.) ja (Verbascum thapsiforme Schrader)

Mehekõrgused sirged vildised varred, all suured munakujulised, pealpool väiksemad ja teravamad lehed. Igalpool päikesepaistelisel küngastel ja harva tee äärtel.

Õied: Juuli — august, kollased.

Korj.: lehed ja õied õitsemise ajal.

Tee mõjub higistamaajavalt, valupehmendavalt. Eeskujulik rohi rinna limanemise, kõha hingeldamise, maksa- ja põrnatõve, külmetamise ja puuduliku kuu- puhastuse vastu.

Pulber on hea visaltparanevate haavade ja kinnise nina vastu, ninasse tõmmata. Kuristamisevesi on hea kaelahaiguse puhul.

Rohud haiguste puhul tarvitada.

- Arg veri — palderjan.
Astma — palderjan, kibeohakas.
Allakusemine — tamm, naistepunad.
Altkehavalu — arnika, palderjan, majuran, münt, varjulill, sibul.
Altkehakrambid — salvei, heinptk, palderjan, metsatee.
Altkehapõletik — koirohi ja salvei segu.
Altkeha täisajamised — salvei, kadakas, koirohi.
Diarrhoe — palderjan, tamm, maasikas, mustik.
Erkusid elustaval — arnikas, münt.
Erguvalu — palderjan, lavendel, nurmenukk.
Enneaegne sünnitus — hopsajuur.
Emakoja krambid — palderjan, kummel.
Emakoja lõtvus — tulised heinapebre vannid.
Ergunõrkus — kibeohakas, peetrihein, rosmarin.
Haavad, mäda — kirburohi, arnikas, isujuur, takjas.
Haavad, lahtised — naaredid, jooksvaerohi, luuvaluhein.
Haavad, põletiku — lina, koldsed aiaõied.
Haavad, pigistus — pappel.
Haavad, visalt paranevad — kummel, koldsed aiaõied, üheksamehevägi.
Haavad, maraskil — pappel.
Haavad, põletatud -- vesikress, varjulill, tamm, naiste-punaõli, lubjavesi, lina, pappel.
Higistama ajavad — kummel, takjas, pärn, koldsed aiaõied, kadakas, üheksamehevägi.
Halb hingeõhk — münt, kadakas.
Halvatused — arnikas, rosmarin, metsatee, kadakas.
Hambapaised — kummel, lehvelrohi.
Hambapulber — pärnapuu süsi, salveirohi, kriit.
Hambavalu — kummel, kampus, teeleht.
Hambavesi — arnikas, kalmus.
Hüsteeria — palderjan, raudreirohi, varjulill.
Hingeldamine — paisulehed, piimanõges, sibul, üheksamehevägi.
Huuled, pakatanud — takjas.

- Hingetoru katarr — tamm, maasikas, paisuleht, raudreirohi.
- Hämarrhoi — kõrvenõges, paakspuu, võilill, pappel, raudreirohi, lina.
- Jalad haadunud — tamm, paisulehed, lambanisad, kirburohi.
- Jalapaised — koirohi.
- Jalahigi — tamm, heinapebred.
- Jooksva — heinputk, arnikas, heinapebred — soojalt peale panna, kummel, kampns, takjas, lavendel, reinvars, raudreirohi, nurmenukk, metsatee, kadakas, türnpuu, luuderohi.
- Jooksva vananenud — luuderohi.
- Igemed valusad — barbarits, kalmus, lehvelrohi.
- Isu puudus — isujuur, kalmus, köömel, koirohi.
- Juuste kasvatamine — kõrvenõges, takjas, pärn, rosmarin.
- Juuste väljalangemine — kõrvenõges, takjas.
- Juustevesi pesemiseks — kask, kõrvenõges, sibul.
- Jõukaotus — Islandi sammal.
- Inglishaigus — tamm, kalmus, köömel.
- Iluduse rohud — pärn, rosmarin, salvei, raudreirohi.
- Kahvatusetõbi — isujuur, kalmus, niin, koirohi.
- Külmetus — venkel, kummel, kadakas, üheksamehevägi.
- Keele halvatus — naaredid.
- Klistiiri rohi — kummel, lina, lambanisa, sibul.
- Koolik — angelika, aniis, palderjan, venkel, kummel, köömel, metsatee, koirohi, hopsajuur.
- Konti kasvatav rohi — kondijahu tamm,
- Kollatõbi — hopsajuur, silmarohi, parbarits, peetrihein, kõrvenõges, vesikress, luuvaluhein, võilill, põldhumal, kadakas, varjulill, koirohi.
- Konnasilm — sibul, kuusepuu vaik peale panna.
- Kopsupõletik — arnikas, kibeohakas.
- Kopsupaise — heinputk, jooksva rohi.
- Kopsukatarr — jooksva rohi.

- Kopsu halvatus — salveirohi, koirohi, teeleht, põldhumal, lambanised segatud.
- Kopsuvalud — kõrvenõges, vesikress, lina, kopsutõve-rohi.
- Kopsu puhastus — naaredid, paisulehed.
- Kopsu verejooks — luuvaluhein, teeleht, lambanisa.
- Kopsu limanemine — heinputk, peetrihein, naaredid, kõrvenõges, pärn, raudreirohi, metsatee.
- Krambid sünnitajatel — sooja äädika veega pesemine, soojad heinapebred.
- Krambid lastel (kõhuussidele) — palderjan.
- Krambid laste hambategemisel — raudreirohi.
- Krambid harilikud — palderjan, venkel, kampus, köömel.
- Krampsid vaigistavad abinõud — heinputk, barbarits, äädikaga pesemine, naistepunad, kummel, münt.
- Kusetakistus — reinvars, piimanõges, lambanisa.
- Kuselekihtus — arnikas, barbarits, kask, kalmus, takjas, sibul.
- Kõhukrambid — arnikas, palderjan, kibuvits, kummel, lina, reinvars, raudreirohi, metsatee.
- Kõhutõbi — palderjan, barbarits, tamm, mustikas, Islandi sammal, piimanõges.
- Kõhuvähjatõbi — heinputk ja koirohi segi, heinaputk ja tammekoor segatud, salvei ja teeleht segatud, kirburohi.
- Kõhuussid — koirohi, palderjan, vesikress, isujuur, paakspuu, reinvars.
- Kõht nõrk — heinaputk, aniis, isujuur, põldhumal, ebaleht.
- Kõhumahlasid parandada — silmarohi, isujuur, salveirohi, koirohi.
- Kõhuvalu — heinputk, luuvaluhein, kalmus.
- Kõhtupuhastav — kõrvenõges, lambanisa.
- Kõhukatarr — isujuur.
- Kõhu limanemine — aniis, naaredid, rosmarin, salveirohi, põldhumal.

- Kõhupaised — arnikas, mesi, takjas, lehvelrohi, koldsed aiaõied, kirburohi.
- Kõhtu teeb lahti kergelt — barbarits, venkel, rabarbar, rabarbari siirup, türnpuu.
- Kõhtu teeb lahti tublisti — aloe, paakspuu koor, lina, vaeselapselill.
- Kõhunaha põletik — arnikas.
- Kõhuveetõbi — kadakas.
- Kõhupõletik — arnikas, takjas, koldsed aiaõied, kriburohi.
- Kõrvakatarr — köömel.
- Kõrvavalu — münt, sibul, piimanõges.
- Kõõm — arnikas, kõrvenõges, takjas, pappel, lambanisa.
- Kõha — hopsajuur, peetrihein, naaredid, jooksvarohi, maasikas, venkel, mustikas, salveirohi, lina, raudreirohi, nurmenukk, sinilill, teeleht.
- Kõha, vananenud — niin.
- Kõha, kramplik — Islandi sammal.
- Kähisemine (häääl ära) — arnikas, varjulill, naaredid, Islandi sammal, sibul.
- Külmavõetud — tamm, heinapebred, kadakas, sibul.
- Kõhnuse vastu — kummel ja raudreirohi segatud, põldhumal.
- Külmatõbi — kask, tamm, kalmus, pohlad, reinvars, raudreirohi, koirohi.
- Kuupuhastust hõlbustavad — hopsajuur, aniis, kibehakas, naaredid, kalmus, köömel, koldsed aiaõied, rosmariin, raudreirohi, koirohi, piimanõges, üheksamehevägi.
- Kuupuhastus (kramplik) — raudreirohi, metsatee, koirohi.
- Kuupuhastust vaigistavad — tamm, luuvaluhein.
- Langetõbi — palderjan, peetrihein, rosmariin.
- Leetrid — raudreirohi, vaeselapselill.
- Luusõoja — kaeravarre mähkmed ja heinapebre mähkmed, kummel, lambavill.
- Limavoolus — raudreirohi.

- Luujoosva — arnikas, peetrihein, kask, naaredid, kõrvenõges, maasikad, tulised heinapehred, naistepunad, kalmus, kampus, takjas, lavendel, reinvars, raudreirohi, nurmenukk, kadakas, koirohi, lambanisa.
- Lämmastus — jooksva-rohi, sibul.
- Läkatusköha — metsatee, sibul, mustsõstar.
- Migrän — palderjan, lavendel, nurmenukk.
- Minestus — isujuur, kalmus, lavendel.
- Maksapõletik — kadakas ja lambanisa.
- Maksahaigus — barbarits, maasikas, paakspuu segatud, naistepunad, võilill, salveirohi, raudreirohi, põldhumal, teeleht, koirohi, üheksamehevägi, lambanisa, ebaleht.
- Mälu nõrk — kalmus.
- Nahahaigused — heinputk, kask, vesikress, jooksva-rohi, kummel, rosmarin, vaeselapselill, põldhumal, münt, raudreirohi, takjas, piimanõges.
- Nikastus — naistepunad, kampus, lavendel, pappel, arnikas, savi.
- Näokortsud — niin (pärn)
- Nina verevoolus — tamm, luuvaluhein, lehel.
- Neeruhaigused — barbarits, venkel, kibuvits, naistepunad, kalmus, lehvelrohi, salveirohi, vaeselapselill, põldhumal, lambanisa.
- Neerusid puhastab — võilill, salvei, nurmenukk.
- Neerukivid — naaredid, maasikas.
- Neerude ummuksus — jooksva-rohi, kadakas.
- Närvetused — peetrihein, naaredid, kalmus, pappel, põldhumal, kadakas, teeleht.
- Nohu — kummel, silmarohu ekstrakt, niin.
- Nõelamine mesilasest — arnikalapid saviga peale, teeleht.
- Näoroos — paisulehed.
- Nägu välja löönud — verdpuhastavad rohud, sibul.
- Oksendamise vastu — mustikas, koldsed aiaõied, arnikas, isujuur, münt.

- Oksendamine kramplik — palderjan, koirohi.
- Paistetud jooksva — tulised heinapebred, naistepunad, kummel.
- Palavik — paakspuu, vaeselapselill, põldhumal, ebaleht.
- Palaviku jahutab — sidrunivesi, limonad.
- Pasandus ränk ja vananenud — Islandi sammal.
- Pasandus kerge — mustikas, salveirohi.
- Peakärnad — paakspuu, takjas, kask, pappel, kummel.
- Peapööritus — palderjan, lavendel, nurmenukk, venkel.
- Peavalu erguline — palderjan, lavendel, naistepunad.
- Peavalu ühekülgne — lavendel, niin, pappel, münt, metsatee, sinilill, varjulill
- Peavalu kramplik — münt.
- Pea uimane — takjas.
- Pigistus — arnikas, kampus, lavendel, savi, pappel, metsatee, sibul.
- Podagra — heinapebre mähkmed tulised, kadakas.
- Paistetud — pehmendav rohi, lina.
- Paistetud — kuum hopsajuur, raudreirohi, metsatee, sinilill, varjulill.
- Paistetud, kõva — kummel, sibul
- Paised, kurjad — takjas.
- Paised, mäda — aloe, tamm.
- Paised, põletikutaolised — teeleht, paisuleht.
- Paised, vähjasarnased — kibeohakas, kalmus, lambanisa.
- Paised, sügavast mädanevad — aloe.
- Palavus, sisemine — maasikas, kummel, vaeselapselill.
- Palavus, peas — heinapebre mähkmed, sinilill.
- Puhutus — venkel, kalmus, kadakas, kummel.
- Põiekatarr — tamm.
- Põietik — pappel.
- Põiekramp — palderjan, lambanisa.
- Põiehaigus — pappel, reinvars, kadak, luuderohi.
- Põiepuhastus — naaredid.
- Põis, nõrk — raudreirohi, teeleht.

- Põiekivid — naaredid, kibuvits, luuderohi.
 Rabandus — heinapebred, naistepunad, kampuse õli.
 Rahude paistetus — tamm.
 Rakud põletamisest — naistepuna õli.
 Rakud suus ja kõris — takjas.
 Rinnanaha põletik — sibul.
 Rinnakatarr — kibeohakas, paisuleht, üheksamehevägi.
 Rinnavalu — pappel, nurmenukk, piimanõges.
 Rinnalimanemine — heinputk, aniis, kõrvenõges, jooksva-
 varohi, naistepunad, raudreirohi.
 Roos — paisulehed, kummel.
 Rõuged — kibeohakas.
 Sapihaigus — paakspuu, kalmus, kadakas.
 Sarlak — raudreirohi.
 Silmad nõrgad — silmarohi venkel, koirohi.
 Silmad rähmased — aloe, silmarohi.
 Silmapõletik — arst kutsuda
 Silmakatarr — silmarohi.
 Silmavesi — venkel, koirohi.
 Skorbut — aniis, barbarits, vesikress, lehvelrohi, sal-
 veirohi.
 Skrofulos — vesikress, tamm, isujuur, kalmus, koldsed
 aiaõied, vaaselapselill, piimanõges, metsatee, koi-
 rohi.
 Südamekrambid — palderjan, kampus.
 Südametegevus korratu — paljajalu käia, rosmarin, ka-
 dakas, koirohi.
 Südamehaigus — lambanisa, rosmarin.
 Südamenõrkus — üheksamehevägi.
 Südame veetõbi — rosmarin.
 Südamekloppimine — palderjan, kalmus, rosmarin.
 Soolepõletik — jooksva-
 rohi, mustikas, rabarbar.
 Soolekramp — aniis, venkel, kampus.
 Sooletegevus nõrk — paakspuu.
 Soolte limanemine — kalmus, vesikress, raudreirohi.
 Sügelised — hopsajuur, paakspuu, peerupalsam, rohe-
 line seep.

- Suguosad naisterahval paistanud — paisuleht, soojad vannid.
- Soetõbi — üheksamehevägi, salveirohu segu, teelehe ja kadakamarja segu.
- Tedretähed — niin.
- Tiisikus — jooksvarohi, islandi sammal, sinilill, sibul, männiõied ja kasvud, lina, paisulehed.
- Ummuksus — aloe, kibeohakas, barbarits, paakspuu, lehvelrohi, sibul, lina, põldhumal, ebaleht.
- Unepuudus — aniiis.
- Valgete voolus — tamm, piimanõges.
- Veetõbi — kibeohakas, peetrihein, naaredid, kõrvenõges, vesikress, kalmus, niin, rosmarin, kadakas, varjulill, lambanisa, türnpuu.
- Verekõhimine — tamm.
- Verevoolus — kõrvenõges, lunvalubein, pappel, raudreirohi, piimanõges, lambanisad.
- veripaised — arnikas.
- Vereoksendus — tamm, äädikas, münt, lambanisa.
- Verevaesus — kõrvenõges, tamm, piimanõges, koirohi.
- Verekusemine — kõrvenõges, jooksvarohi.
- Verekõhimine — tamm.
- Veresülitamine — peetrihein, jooksvarohi, luuvalubein, kadakas, lambanisa, sibul.
- Verepuhastus — kibeohakas, vesikress, maasikas, takjas, niin, lehvelrohi, raudreirohi, kadakas, teeleht.
- Verekosutus — isujuur.
- Vere kinnipanemine — tamm, luuvalubein, naistepunad, lambanisa.
- Verd parandab — võilill.
- Vähjatõbi — kibeohakas.

A-9349

Hind 75 senti.