

Duplum

A. Rõuk

**Kodumaal  
kasvavad arstirohutaimed  
ja arstimine nende abil**



3. ümbertõötatud ja täiendatud trükk

---

---

**Kirjastusühing „Kooperatiiv“ Tallinnas**



A. Rõuk

Kodumaal  
kasvavad arstirohutaimesed  
ja arstimine nende abil

Käsiraamat arstirohutaimesede  
tundmaõppimiseks, korjamiseks,  
kuivatamiseks, kasvatamiseks  
ja tarvitamiseks

III ümbertöötatud ja täiendatud trükk

---

Kirjastusühing »Kooperatiiv« Tallinnas

1934

kuivades peab jääma alles võimalikult taime loomulik värvus.

Taimi (kogutaimi, õisi ja lehti) korjatakse ainult kuiva ilmaga, sest ka lühimakski ajaks niiskelt seisma jäänud taimed võivad tõmbuda palavaks ja kaotada arstirohulise väärtuse.

Arstirohte tarvitatakse mitmesugusel kujul, nimelt teena, keedisena, ekstraktina, pulbrina, mahlana, tinktuurina, piiritusena, niiskete lappidena, salvina, siirupina ja õlina.

Tee valmistamiseks võetagu tarviline jagu peeneks lõigatud taimi, valatagu keeva vett pääle ja pandagu 10—15 minutiks tõmbuma tulisele pliidile. Tahetakse saada kanget teed, siis tuleb teeks võetud taimi ehk selle osi keeta 5 minutit.

Teeks tarvitatavad marjad tuleb teha enne vee päälevalamist puruks. Teed valmistatagu kindla kaanega nõus.

Keedist valmistatakse taimede juurist, kookest, varsist ja lehist. Valmistamisel võetagu tarviline osa keediseks määratud taimeosi, valatagu neile iga 1 osa kohta 9 osa külma vett pääle, lastagu tõusta keema ja siis tõmbuda umbes pool tundi tulisel pliidil. Keedis tuleb palavalt kurnata läbi puhta linase riide.

Ekstrakti valmistamisel võetagu 1 osa peeneks lõigatud taimeosi, õisi, 5 osa 35—40° sooja vett, hoitagu sama soojuse juures, segu sageli ümber liigutades, 1—2 päeva ja kurnatagu siis läbi puhta linase riide.

Pulbri valmistamisel tõugatakse hästi kuivatatud ja peeneks lõigatud taimeosad peeneks pulbriks.

Mahla võib valmistada ainult taime värsketest lehist, õitest, marjadest ja juurist, mis tuleb lõigata peeneks, rõhuda puruks ja siis kurnata.

Tinktuuri valmistamiseks valatakse kaalu järele iga 1 osa taimede pääle 5—10 osa viina, las-

takse 5—7 päeva tõmbuda soojas kohas ja kurnatakse siis läbi; tõmbumise ajal tuleb segu sageli loksutada.

Piirituse valmistamisel võetakse iga 1 osa taimede kohta 5 osa piiritust ja lastakse siis tõmbuda 2—5 päeva soojas kohas.

Niiskeiks lapeks tarvitatakse mitu korda kokkupandud puhtaid linaseid lappe, mis rohutees niiskeks kastetakse ja haigele kohale pannakse.

Salvi valmistamisel segatakse taimeõli värskesoolamata võiga. Et aga taimeõlised ainult sellekohaseis tehaseis valmistatakse, siis on otstarbekohasem salve osta.

Siirupi valmistamisel tuleb taime mahla ehk teed keeta niikaua, kuni see muutub venivaks, tihedaks.

Rohtude tarvitamisel peetagu järgmist meeles:

1) Tarvitada tuleb vähemalt kahte, kolme taime segatult, sest siis on mõju suurem.

2) Igal erakorralisel juhul pöördutagu kohe arsti poole, sest sageli ei või inimene ise oma haigust õieti tunda.

3) Rohtu tuleb võtta:

25—60 a. vanaduses	täis	mõõt.		
14—25 „	„	$\frac{2}{3}$	täiest	mõõdust
7—14 „	„	$\frac{1}{2}$	„	„
4—7 „	„	$\frac{1}{3}$	„	„
4 „	„	$\frac{1}{4}$	„	„
3 „	„	$\frac{1}{6}$	„	„
2 „	„	$\frac{1}{8}$	„	„
1 „	„	$\frac{1}{12}$	„	„

Üle 60 a. vanaduses ja nõrkadel täisealistel tuleb võtta rohtu  $\frac{2}{3}$  täiest mõõdust.

## Arstirohutaimede kuivatamisest üldse.

Arstirohutaimi, nagu eespool tähendatud, peab õigel ajal korjatama ja õieti kuivatama. Need on nõuded, mis peavad tingimata saama täidetud, kui tahetakse, et rohud oleksid mõjuvad. Õigel ajal korjata ei ole just raske, kuid otstarbekohaselt kuivatada, nii kuivatada, et ollused, mis taimetele kui arstirohule ta väärtuse annavad, alles jääksid, on ülesanne, mis nõuab õige suurt hoolt ja korralikkust.

Taimedel, õitel ja juurtel peab kuivades jääma alles loomulik värvus. Et seda saavutada, selleks peab arstirohutaimi kuivatama vilus. Kuid vilus kuivavad taimed ainult siis korralikult, kui nad asetada hõredalt hästi läbitõmbavasse kohta. Seepärast asetatagu arstirohutaimed kuivama hõredalt ja hästi läbitõmbavate hoonete katuste või eriti selleks otstarbeks ehitatud kuuride alla. Terved taimed seotagu kimpudena kokku ja riputatagu paarikaupa nõõridele kuivama. Õied ja õiesalgad asetatagu kas hõredast rii-dest raamidele või jälle tsinkplekist, vitstest, pilpaist või niinest põhjaga sõeltele. Lauad ei kõlba selleks otstarbeks, sest et nende pääl kuivamine edeneb õige visalt ja kuivatatavad taimed või nende osad ka kõige suurema hoole ja usinuse juures ikkagi kaotavad oma loomuliku värvuse, tõmbuvad mustemaks või pruunimaks — muutuvad keemilises koosseisus.

Kogutaimed kuivavad hästi läbitõmbavate katuste ja kuuride all ilusa ilma korral, õied ja õiesalgad, kui nad hõredalt laotud, ka veel, kuid juurte, juurikate, mugulate ja marjade (mustikate, vaarikate, maasikate) kuivatamiseks peab tarvitama juba kunstlikku soojust, neid peab kuivatatama kuivatusaparaatides.

Aga kas ei kõlbaks selleks otstarbeks ka meie harilikud toaahjud? Kas ei saaks ka arstirohutai-

mede juuri, juurikaid, mugulaid ja marju nagu puu-  
vilja kuivatada nõorel?

Tõsi, nii on harilikult ka tehtud, kuid tahtmata  
peab seda abinõu arstirohutaimede juures eitama.  
Vaadake ainult seda puu- või aedvilja, mis kuivata-  
tud ahjus või nõõril, võrrelge seda aparaatides kui-  
vatatud puu- ja aedviljaga, siis on teile kohe vahe  
selge. Ei, samuti kui haigusi ei suuda parandada  
„pusijate“ poolt loetud sõnad, nii ei suuda seda teha  
ka poolkõrbenud, pehtinud ning vindunud arstirohu-  
taimede juured, juurikad, mugulad, sest nendest on  
ebaõige kuivatamise juures hävinud kõik arstirohu-  
lised ained.

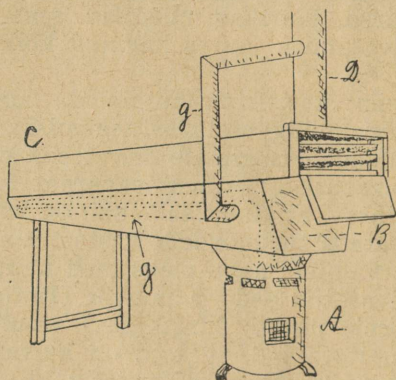
Nõnda siis: kes arstirohutaimede korjamise ja  
kasvatamisega müügi otstarbel tegemist mõtleb teha,  
see katsugu endale tingimata muretseda ka kuivatus-  
aparaat, kuivatuskast. Kuivatusaparaat, kast on seda  
enam soovitatav, et ainult selle abil on võimalik üht-  
lasi ka kuivatada turunõudeile vastavalt aed- ja puu-  
vilja. See arvamine, nagu oleks meil kauplusis müü-  
gil olev kuivatatud aed- ja puuvili (Prantsuse plo-  
mid, Kalifornia pirnid, õunad jne.) ainult seepärast  
paremad, maitsvamad, et need on kuivatatud pare-  
mat sorti puuviljast, millist meie maal ei kasva, on  
ekslik. Meie kuivatatud puu- ja aedvili võiks isegi  
oma häduses väljamaa kuivatatud puu- ja aedvil-  
jaga võistelda, kui see väljamaa eeskujul kuivata-  
takse kuivatusaparaatides, kuivatuskastides.

## Kuivatusaparaatidest.

Kõiki kuivatusaparaate võiks jagada 4 liiki:

- 1) tugeva õhuvoolu sünnitajaiga varustatud kui-  
vatusaparaadid;
- 2) harilikud, ruumikad, kiviahjudega aparaadid;
- 3) raudahjuga püstaparaadid;
- 4) raudahjuga lamavad ehk lāngaparaadid.

Kõige paremaks tuleb lugeda esimest liiki aparaate, milles kuivamisprotsess areneb ühetasaselt ja sõelad sees liiguvad mehaanilise jõu abil. Sääraste aparaatide juures tarvitseb ainult sõelad toore, kuivatatava ainega sisse panna ja teatud aja, nii 4—5 tunni pärast teispoolt otsast jälle kuivanud produktiga välja võtta, kuna kõigi teiste aparaatide juures tuleb sõelu sageli välja võtta ja ümber asetada, ja kuivatusprotsess ise ka on aeglasem ja ei sünni



Joon. 1. Kuivatusaparaat „Prantslane“.

mitte nii ühetasaselt. Kuid nii hääd kui need aparaadid iseenesest küll on, võivad neid oma kalliduse tõttu muretseda ainult suuremad aed-, puuvilja- ja arstirohutaime kuivatusärid.

Teistest kuivatusaparaatidest tuleb lugeda paremaks lamavakastilist edasikantavat aparaati, mis ühe prantsuse inseneri poolt leiutatud ja millele leiutaja omalt poolt „Prantslane“ nimetuseks andnud (vaata joonis).

Kuivatusaparaat „Prantslane“ koosneb kolmest pääosast: ahjust (A), soojaõhu ruumist (B) ja kui-

vatusruumist (C). Ahjuks on harilik neljakandiline malmahi, millel kaks plekkkesta. Plekkkestad on ahjule nii ümber tõmmatud, et ahju seinte ja sisemise kesta vahele jääks õhuruum. Sisemine kest on välimisest kestast lühem ja seisab 5 sm põrandast kõrgel; välimine kest ulatub põrandani. Välimisele kestale on ülemisse äärde tehtud augud; need on õhuaugud. Õhk tungib välimise kesta ülemises ääres olevaist aukudest sisse, läheb välimise ja sisemise kesta vahel olevat ruumi mööda alla põrandani, teeb säääl käänu sissepoole, tõuseb siis ahju seinte ja sisemise kesta vahel olevat ruumi mööda aparraadi kuivatusruumi (C) all seisvasse soojaõhu ruumi (B). Soojaõhu ruumi tuleb ühtlasi ka plekkkorsten, mis viib suitsu ahjust, teeb siin (vaata joonis) ühe ringi, tuleb ahju seinteni tagasi, pöördub siis soojaõhu ruumi küljepoolsest seinast välja ja, tehes kaks nurka, ühineb aparraadi kuivatusruumi päälmisest seinast väljuva õhukorstnaga.

Ahi seisab harilikult ühe aparraadi otsa all. Teises otsas on aparraadi kuivatusruumi põranda ja otsmise seina vahele jäetud lai vahe. Välisõhk, mis ahju välimise kesta aukudest sisse tungib, läheb palavaks köetud ahju seinte ja plekkide vahel kuumaks ja tuleb soojaõhu ruumi. Siin kuumuneb ta veel enam raudahju ülemise otsa ja suitsutoru palavate seinte mõjul, läheb aparraadi kuivatusruumi põranda ja otsseina vahele tehtud vahe kaudu kuivatusruumi, libiseb sellesse kolmelt realt asetatud kuivatussõelte vahelt (alt ja päält) läbi ja läheb teisipoole otsa jõudes õhukorstna kaudu välja.

Sõelu võib kuivatatava ainega tarvidust mööda kuivatusruumi mõlemalt poolt otsast sisse panna.

Millised hääd küljed on sellel kuivatusaparraadil?

„Prantslase“ süsteemi aparraatidel on kolm hääd külge: 1) nende kuivatusruum on lamav, seega sün-

nis igasuguste, ka poolvedelate ainete kuivatamiseks; 2) õhutõmbus sünnib neis ühetasaselt, mille tõttu areneb ka kuivamine ühtlaselt; 3) nad tarvitavad teistest aparaatidest märksa vähem kütet.

## Kuivatamine kuivatusaparaatide abil.

Kuivatusaparaatide käsitlemine ja kuivatamine nende abil on asi, kus inimene tööd tehes peab õppima, seepärast ei saa siinkohal selles anda ka täit õpetust. Teen seepärast siis ka ainult üldisis joonis ülevaate töist arstirohutaime kuivatamise alal kuivatusaparaatides, alla kriipsates neid üksikasju, mis hästi kuivatatud produkti saamise suhtes tingimata peab täidetama.

Kogutaimed, nagu juba mainisin, on sündsad kuivatada vilus, läbitõmbavate katuste all või sellekohaseis kuures, kuna taimede teised osad — õied, õiesalgad, marjad, juured, juurikad ja mugulad — kuivatusaparaatides tuleks kuivatada.

Õied ja õiesalgad ei nõua erilist ettevalmistust kuivatamiseks, vaid need tuleb asetada hõredalt kuivatusraamidele. Marjadest kuuluvad kuivatamisele maasikad, vaarikad, mustikad, mis poolvalminult tuleb noppida, ja juurist, juurikaist ja mugulaist ilma erandita kõik.

Arstirohuliste juurte, juurikate, mugulate ja marjade kuivatamise alal tuleb teha järgmisi töid: sortimine, mullast pesemine (loputamine), tükeks lõikamine, kuputamine, kuivatamissõelte aseamine ja järelevalve kuivamise ajal.

Esimene töö juurte, juurikate, mugulate ja marjade kuivatamise juures on sortimine. Sortimisel tuleb välja korjata kõik ussitanud, mädanud ja hallitama või seenetama läinud juured, juurikad, mugulad ja marjad, mis pärast puhastamist erisordina kuiva-

tatakse. Ka sortimine suuruse järele, eriti just mahlakamate juurikate ja mugulate juures, on tingimata tarvilik, sest et ainult siis võib areneda kuivamine ühtlaselt.

Sortimist suuruse järele võib toimetada suurema hulga mugulate juures tsingitud traatsõela abil. Mugulad lastakse längusseisva sõela päält läbi, misjuures suuremad mugulad veerevad sõela mööda alla, kuna väiksemad langevad sõelast läbi.

On juured, juurikad ja mugulad sorditud, siis tuleb nad puhastada mullast ja kõrvaljuurtest.

Pesemiseks tarvitatakse harilikult külma või leiget jõe- ja kaevuvett, kuid mingil tingimusel ärgu võetagu selleks otstarbeks keeva vett.

Pärast mullast puhastamist lõigatakse juurikad harilikult ühesuurusteks, nii 4—5 sm pikkusteks tükeks; mugulad kuivatatakse tervelt.

Et juurikad ja mugulad kuivaksid paremini, siis hoitakse nad enne kuivama asetamist korvi või võrgu sees 2—5 m. keevas vees, s. o. kupatatakse.

Kupatada võib juurikaid ja mugulaid ainult sel korral, kui sellekohane märkus leidub taime kirjelduse juures, muidu mitte!

On juured, juurikad ja mugulad nii ette valmistatud, siis asetatakse nad sõeltele ja pannakse kuivatusaparaati.

Kuivatamise juures peetagu alati meeles: 1) et kuivatamist madala temperatuuriga peab algama, 2) et soojus kuivatusruumis arstirohutaimede ja nende osade kuivatamisel kunagi ei tohi tõusta üle 50 kraadi R järele ja 3) et kuivatamine, mis kord alanud, tingimata vahet pidamata peab viidama lõpuni.

# Taimed,

mis arstiteaduse poolt on tunnustatud.

## Aedvaak.

(*Inula Helenium* L.)

Rahvapärane nimetus suurialant, aaslank. Kuulub korvõieliste sugukonda. Arstirohuna tarvitatakse suuri mahlakaid juuri — *Radix Helenii*. Juured — jämedad, mahlakad; õievarred tugevad, sirged, häädes oludes kasvades üle mehe päa. Lehed on suured, pikergused, alumised küljed hallimad, villaliselt pehmed; alumised maapinnalt tulevad lehed on pika rootsuga, varrel kasvavad aga rootsutud. Igale varrele kasvab mitu suurt korvõisikut; õied on helekollased. Seemned on risttahuka-kujulised, kestata. Metsistunult kasvades armastab aedvaak niiskevõitu põõsastevahelist maad. Meil on mõeldav tema kasvatamine pääasjalikult ainult aias.

Kasvatada võib aedvaaki kas seemnest või juurtest. Seemned külvatakse lavasse, kust nad pärastpoole, kas samal suvel või järgmisel kevadel, laiali istutatakse, igale taimele 60 sm vahet jättes.

Aedvaak armastab rammusat, hästiväetatud, sügavamullalist savikat maad.

Tahetakse saada suuri juurikaid, siis ei tohi lasta taimet mitte õitsema hakata, vaid õienupud peab

aegsasti ära lõigatama. Juured tuleb maa seest kaevata välja sügisel, misjuures jämedamad juured, mis risti läbilõikes juba kaks kuni kolm sentimeetrit, tuleb pikuti lõhki lõigata ja võimalikult kiirelt kuivatada.

Juurt ärgu aga kunagi kooritagu, sest et just



Joon. 2. Aedvaak. (*Inula Helenium* L.)

kooses sisaldubki palju neid olluseid, mis taimetele kui arstirohule annavad väärtuse.

Aedvaagi juurtest valmistatud keedis on häa rohi köha vastu ja tuntud neerusid kiiremale tegevusele virgutava abinõuna.

Päale keedise valmistatakse aedvaagi juurtest ka veel ekstrakti (*Extractum Inulae Helenium*).

# Arnika.

(*Arnica montana* L.)

Arnika on tuntud niihästi rahva seas kui ka arstiteaduses hää arstirohuna. Teda arvab ka peagu iga vanem inimene tundvat, ja ei ole vähe neid, kes



Joon. 3. Arnika. (*Arnica montana* L.)

se da t a i m e i g a l s u v e l e n d a l e t e r v e a a s t a j a o v a l m i s k o r j a v a d . K u i d k u i n e n d e k o r j a t u d „ a r n i k a t e e d “ j ä r e l e v a a d a t a , s i i s l e i a d , e t s i i n e i o l e m i t t e a r n i k a g a t e g e m i s t , v a i d h o o p i s t e i s t e t a i m e d e g a , m i l -

lel pole mingisugust arstirohulist väärtust. Arnikat on üldse metsistunult väga harva leida (ta kasvab harva ainult kõrgeil ja mägiseil heinamail). Küll võib aga seda taime hää eduga kasvatada — kultiveerida.

Arnika on mitmeaastane taim. Juurikas on tal lühike, jäme; vars on harilikult hargumatu, sirge ja kuni 0,5—0,75 m pikk. Lehed on pikerugused ja seisavad vastaspaaridena varrel. Alumised lehed (arvult 4—6), mis maapinna lähedal, on varrel asuvaist märksa suuremad. Arnika õitseb juuni lõpul ja juulikuus.

Õied on arnikal koondatud korvikuks. Korviku läbimõõt on umbes 1 sentimeeter, lahtilöönnult, ülalt mõõtes aga üle 2 sentimeetri.

Kattelehed, mis korvikule kahelt realt asetatud (arvult 16—24), on karvased ja pruunikasrohelised. Äärmised õied korvikus, mis ühtritta asetatud ja mida arvult kuni 20, on punakas-kollased hambulised keelõied, kuna sisemised — toru- ehk putkõied — on kollased.

Kultiveerida (kasvatada) tuleb arnikat lahjal maatükil, eeskätt turbapõhjaga karjamaal. Maa küntakse, äestatakse ja külvatakse kõrsvilja alla. Arnika seeme segatagu kõrsvilja seemne hulka.

Külvata tuleb kas sügisel, augustikuus, või jälle vara kevadel; esimesel korral rukki ja teisel korral kaera hulka segatult. Külvata äkke alla ja maa pärast seemendamist kõvasti rullida.

Esimesel aastal saame arnikapõllult ainult heina. Kuid heina ei tohi lasta kasvada liiga suureks, sest et siis noored arnikataimed kergesti võivad ära lämbuda; heina niitmisel jäetagu kaunis pikk kõrs.

Järgmisel aastal annab arnikapõld juba täielikku lõikust (*Flores Arnicae*). Koguda tuleb õisi ilusal ilmal, pärast kaste minekut. Korjata ainult ilusaid, terveid õisi, sest et söödud ja kängujäänud õitel

arnikaliblika (*Musca arnicae*) tõugud ja munad võivad asuda, kes saagi võivad hiljem rikkuda.

3.—4. aasta sügisel külmade tulekul või järgneva aasta kevadel varakult võib juba ka arnika juurikad (*Radix Arnicae*), mis lähevad ka arstirohuks, maa seest välja kaevata. Juurikad tuleb loputada mullast puhtaks, puhastada narmasjuurtest ja kuivatada võimalikult kiirelt.

Arstirohuna tarvitatakse arnika õisi (*Flores Arnicae*) ja juuri (*Radix Arnicae*), millest valmistatakse teed, tinktuuri (*Tinctura Arnicae*), salvi (*Unguentum Arnicae*) ja plaastrit (*Emplastrum Arnicae*).

### Juhatusi tarvitamiseks.

Mädanevad haavad, pigistused, verepaised, mesilase nõelamine on arstistavate niiskete arnikalappide abil. Lappide niisutamiseks tuleb võtta 5 supilusikatäit arnikatinktuuri  $\frac{1}{2}$ —1 liitri vee kohta; lappe tuleb iga poole tunni takka niisutada uuesti.

Pigistuste ja verepaisete korral oleks soovitav niisutamisevee hulka lisada veel ka äädikat järgmises vahekorras: 1 osa arnikatinktuuri, 1 osa äädikat ja 1 osa vett.

Altkeha valude ja kõhukrampide vastu mõjub hästi arnikatinktuur, mida tuleb võtta 1 teelusikatäis klaasitäie vee hulgas.

Halvatuse korral on soovitav iga päev juua arnikateed ja järjekindlalt haiget kehaosa arnikatinktuuriga sisse hõõruda.

Jooksvahaiguse korral tuleb haiget kohta iga päev arnikatinktuuriga sisse hõõruda.

Kõhupaiseid ja kõhupõletikke parandab arnikatinktuur, mida päevas 50—60 tilka  $\frac{1}{4}$  liitri vee hulka segatult lonkshaaval tuleb võtta.

Ka hääle kähisemine, nikastus ja oksendamine on arstitavad arnika-tinktuuri abil. Kähisemise korral tuleb kurku kuristada veega, millele 40 tilka arnikatinktuuri iga 6 supilusikatäie vee hulka segatud; oksendamise korral 3—4 tilka tinktuuri pitsklaasi vee hulgas võtta ja nikastuse korral — haige koht arnikatinktuuriga sisse hõõruda.

Arnikasalv kaotab pääkõõma, arnikatee aitab kopsupõletiku paranemisele kaasa ja on tuntud neerusid kiiremale tegevusele virgutava abinõuna.

## Islandi samblik.

(*Cetraria islandica* Ach.)

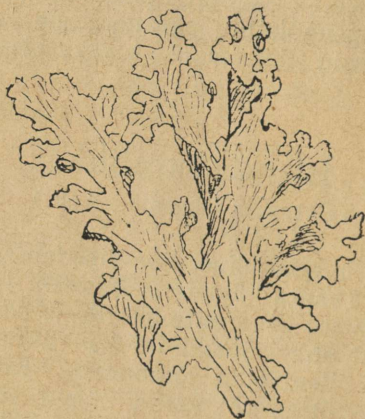
Haruline, lehekujuline, libe-kibedamaiguline põõsas-samblik (vaata joonis). Kasvab kuni 15 sm pikaks. Ülemises osas mitmekordselt haruline, kusjuures harud ehk hõlmad on kas äärest ülespoole kääritud või üleni rulli tõmbunud. Kogu taim on kasvamiselt võttes või veega niisutatult nahkjassitke, nõtkke. Valguse poole pöördud hõlmade küljed on oliivrohelistes või rohekashallid, kuna teised küljed on rohekasvalged või valged. Kuivades muutuvad ühed küljed kastanpruuniks, teised halliks või helepruuniks.

Korjata tuleb islandi samblikku suvel. Pärast korjamist tuleb ta liivast ja teistest juhuslikult hulka sattunud samblaist ja samblikest puhastada ja vilus kuivatada. Keetes paisuvad islandi samblikud hästi ning annavad keedise, mis jahtudes tarretub kõvaks.

Et islandi samblik on toitev, siis tarvitatakse teda Islandi saarel toiduks — segatakse leiva hulka, keedetakse leent jne. I s l a n d i s a m b l i k u t e e, s i i -

rup ja tarretis on hääd abinõud kramplikku köha, kähisemise ja kopsutiisikuse vastu.

Siirupi valmistamiseks võetagu 15 g samblikku, keedetagu 5 minutit veerandliitri vee sees, lastagu kaks tundi soojas kohas tõmbuda ja kurnatagu siis läbi. Nii tehtagu ühede ja nendesamade samblikega



Joon. 4. Islandi samblik.  
(*Cetraria islandica* Ach.)

vähemalt kaks korda. Saadud vedelik kallatagu segamini ja lisatagu maitse järele suhkrut juurde.

Tarretise tarvis võetagu iga kolme klaasi vee kohta 20 g samblikku, keedetagu seda väikesel tulel 1—2 tundi, lisatagu maiguandmiseks mõnd marjamahla hulka ja lastagu siis tarduda.

Islandi sambliku leem ja tarretis on ühtlasi ka rohuks läbijooksu vastu.

# Kadakas.

(*Juniperus communis* L.)

Kadakas on meie maal põõsaspuuna üldiselt tuntud. Tema okkaist ja okstest aetakse kadakaõli (*Oleum Cadinum*), kuna marjad (*Fructus Juniperi*) on hääks rohuks mitmesuguste haiguste vastu.

Kadaka vili ei ole õieti mitte mari, vaid mahlakas käbrike. Ta koosneb kolmest kokkukasvanud mahlastest käbi soomuslehest. Igas soomuslehes on üks kõva tumepruun seeme. Kadaka vilja liha on mustjaspruun. Ta sisaldab kuni 1,3% kadakarasva (kadakaüdi), 1,3% viinamarjasuhkrut ja vaikaineid ning kollast värvainet — juniperiini.

Korjata tuleb ainult valminud, sinakasmusti marju. Toored, rohekad ja vanad, punakaks tõmbunud marjad on kõlbmatud.

Iseäralist kuivatamist kadakamarjad ei nõua. Rohkemal arvul korjates peab nad ainult panema hästi läbitõmbavasse ruumi sõelale või lauale mõneks ajaks kuivama.

K a d a k a m a r j a t e e — 4 kuni 5 tassi päevas — on hääks rohuks külmetamise, põiehaiguse ja veetõve vastu; ka puhastab kadakamarjatee verd.

K a d a k a m a r j a d, 2—5 tükki päevas, suus katki pureda ja alla neelata — mõjuvad hästi puhutuse, närvetuse ja halva hingeõhu vastu suus.

K a d a k a õ l i, pääle määrides, mõjub parandavalt halvatus ja külmanud liikmete pääle; k a d a k a õ l i, 3—6 tilka suhkru või supilusikatäie veega võttes, parandab kollatõbe, kõhuveetõbe, ummistunud neere ja sapihaigust.

# Kalmus.

(*Acorus Calamus* L.)

Kalmus on mitmeaastane taim võhaliste sugukonnast. Ta kasvab järvede, tiikide, laugaste, üldse kas seivate või pikka voolavate vete madalail, veega üleujutatud mudaseil, mädadel kaldail.



Joon. 5. Kalmus. (*Acorus Calamus* L.)

Kalmuse juurikas on roomav, kuni ühe meetri pikkune ja mehe sõrme jämedune; läbilõikes käsna-  
kujuline, kuid kõva, seest lumivalge ja päält valkjas-  
punane.

Päältpoolt küljest on juurikas üleni mahakukknud lehtede armidega kaetud, kuna allpool küljel kõrvaljuured asetsevad. Lehed on kalmusel pikad, mõõgakujulised. Õievareid on ühe külje poolt teravad, teispoolt nõgusad. Õisik, mis poolikujuline, seisab varre tipus. Varre tippu õisiku kõrvale on asetatud ka üks pikk leht, mis näib varre jätkuna ja hoiab õisikut külje pääl. Õied on kalmusel rohekaskollased, kuuelehelised; tolmukaid on 6.

Kogu taim on kange vürtsilõhnaga.

Arstirohuks tarvitatakse kalmuse juurikaid (*Rhizoma Calami*), mis sügisel hilja või kevadel varakult lootsikult või kaldalt harkide ja konksudega mudast välja kistakse. Juurikas tuleb loputada mudast puhtaks, puhastada kõrvaljuurtest, lõigata 5—6 sentimeetri pikkusiks tükeks ja kuivatada; soovitatav kuivatuskastis. Kuivatatult on juurikail kange vürtsilõhn ja kibe maik.

Kuivatatud kalmuse juurtest aetakse lõhnaõli, valmistatakse pulbrit ja piiritustinktuuri.

Et kalmuse juure järele nõudmine suur (ka võiks seda välja vedada), siis tuleks igale poole vetesse, kus selleks sündsad kohad olemas, seda taime asetada kasvama.

Selleks tuleb lõigata kalmuse juurikad tükkideks ja asetada kallaste lähedusse umbes 5 sm sügavusele muda sisse. Vesi muda kohal ei tohi aga olla üle 15 sm sügav.

Kalmust ei tohi kunagi ära vahetada kollase õhumõõgaga (*Iris Pseudacorus L.*), mis kasvab samas kohas, vahest kalmusega seltsis. Kollase õhumõõga õied on lahusseisvad, suured, kollased, kuna juurikad on seest tõmmupunased ja ilma lõhnata.

Kalmuse juure tee — 10 g peeneks lõigatud kuivi juuri poole liitri vee kohta — on abinõuks isupuuduse, inglishaiguse, kahvatõve, külma-

tõve, luujooksu, neeruhaiguse, puhutuse, sapihaiguse ja südame kloppimise vastu, ja kui neere kiiremale tegevusele kihutav vahend. Kalmuse juure tee kergendab ühtlasi ka kuuhaigust ja on rahva seas kui rohi läbijooksu vastu tuntud. Viimase haiguse, s. o. läbijooksu juures tuleb aga teed tarvitada vähesel määral, sest et vastasel korral just teeb kõhu lahti.

Kalmuse juure tee koirohuga segatult on abinõu veetõve vastu; hommikul ja õhtul pooltassi sisse võtta.

Kalmuse juure viin on rohuks närvetuse ja kõhuvalu vastu ja parandab veega lahjendatult suud loputades hambaigemeid, kui need lahti ja valusad.

Kalmuse juure tee või tinktuuriga niisutatud lapid parandavad raskeid paiseid.

## Mõru kaetisrohi.

(Polygala amarella Crntz.)

Kaetisrohuliste sugukonnast päritolev püsitaim. Juure ülemisest otsast kasvab kimbuke lehti ja mitmeharuline õieraag. Juurelt kasvavad lehed on ümberpööratud pikerik-ümmargused, kaunis lihavad. Õieraad on kaetud pikerikkude lehtedega. Koguda tuleb taime õitsemise ajal koos juurtega. Õitseb juuni alul. Õied on helesinised, tihedaks pööriseks koondatud. Tupelehti on 5, millest 2 suuremad. Tolmukate niidikesed on õiekroonilehtede külge kasvanud. Vili on südamekujuline kupar, milles kaks seemet.

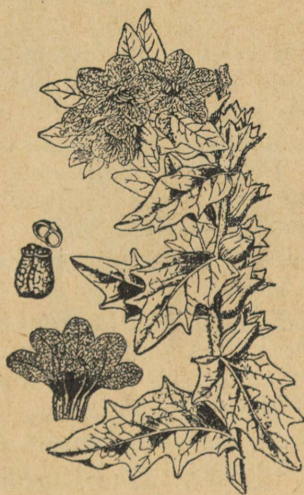
Mõru kaetisrohi kasvab heinamaadel ja metsaservadel. Taim on kibedamaiguline; mida kibedam taim, seda väärtuslikum.

Mõru kaetisrohtu võib tarvitada kallihinnalise koolmepuu (*Polygala Senega* L.) asemel, kuigi ta mõju on viimasest palju nõrgem. Kaetisrohutee on hää abinõu hingamistorude katarri puhul.

## Koerapöörirohi.

(*Hyosciamus niger* L.)

Koerapöörirohi on ühest väga mürgiste taimede (*Solanaceae*) sugukonnast pärit. Ta kasvab 50—60



Joon. 6. Koerapöörirohi.  
(*Hyosciamus niger* L.)

sm kõrgeks ja on kaetud peenikeste karvadega. Kogu taim on terava-, vastikulõhnaline. Lehed on tal pikerikmunajad, karvased, suurehambulised ja

toorelt õige pehmed. Õied, mis taime ladvas käharras, on kellukesekujulised, määrdinud kollased, lilla-triibulised.

Koerapöörirohi on kaheaastane taim; kasvab meil müüride ääres, prügi- ja sõnnikuhunnikutel ja paljaksjäänud sopsail kohil.

Vili on kahepesaline karbik, mille kaas avaneb ülespoole. Seemneid on karbikeses palju. Nad on hallikaspruunid, muhklikud.

Arstirohuna korjatakse lehti ja seemneid (Herba et semen Hyosciami), millest apteekides valmistatakse õli (Oleum Hyoscymi) ja ekstrakti (Extractum Hyoscymi).

Et lehed, mida tuleb taime õitsemise ajal korjata, on kiired närtsima, siis peab neid kuivatatama kohe pärast kogumist.

Kuivatades tõmbuvad lehed kokku ja muutuvad hallrohelisteks. Pruuniks, kollaseks või mustaks muutunud lehed on alaväärtuslikud ja neid tuleb teiste hulgast hoolega korjata välja.

Mida rammusam, lämmastikurikkam maa, seda mürgisemad on taimed.

Seemned tuleb maha teha kevadel harilikul külvi-ajal; külvata reas. On taimed juba üles tõusnud, siis peab harvendamise ette võtma, kusjuures taimedele vähemalt 25 sm vahet jäetagu.

Esimesel aastal kasvab seemnest ainult kimbuke lehti, kuna õied ilmuvad alles teisel aastal.

Koerapöörirohust valmistatud õli ja ekstrakt on tuntud valuvaigistava ja rahustava abinõuna. Tarvitada võib neid aga ainult sellekohase arstisideli järel.

# Koirohi.

(*Artemisia Absinthium* L.)

Mitmeaastane taim. Kasvab kõrgel, kuival kohal, mäekülgedel ja põllupeenardel, kihunnikute ümber ja kraavide kaldail. Õie r a o d on tal sirged, 60 kuni 120 sm pikad ja kaetud üleni hallide karvakestega.



Joon. 7. Koirohi.

(*Artemisia Absinthium* L.)

Lehed on kolmekordselt sulgjad, päältpoolt kaetud pehmete, valkjate karvakestega. Õied on sinakaskollased.

Teistest sama sugukonna taimedest läheb koirohi oma kange lõhna poolest lahku. Maitse on koirohi kibe, vürtsiline.

Arstirohuna tarvitatakse taime õitsvaid latvu, mis tuleb pärast korjamist kohe kuivatada.

Koirohutee, kange — 2—3 g 1 tassi vee kohta, sisse võtta teelusikahaaval — mõjub hästi altkeha puhutuse, kahvatõve, kollatõve, kõhuusside, läbijooksu, krampliku oksendamise, skrofulooshaiguse, voolmete, verevaesuse ja isupuuduse vastu.

Koirohutee, hariliku tee kanguses, kuni 1 liiter päeva kohta tarvitades — on rohuks külmatõve ja krampliku kuuhaiguse vastu; hõlbus- tab üldse kuuhaigust, ja parandab, 2 kuni 3 korda päevas pestes, nõrku, rähmaseid silmi.

Koirohutee kange heinputketega segatult mõjub hästi vähjatõve pääle.

Koirohutinktuur, 1—3 g 3 korda päevas — parandab kõhumahlu ja on rohuks kõhukrampide vastu.

Koirohu- ja kibuvitsatinktuur segatult, 25—30 tilka, 2 korda päevas, mõjub kosutavalt pärast kõuhaigusi.

Koirohumaahl, 1 teelusikatäis päevas veega võttes, mõjub hästi skorbuudi ja luujooksva haiguste juures.

## Kollad, kuuse-, nõia- ehk karukollad.

(Lycopodium L.)

Koldi on mitut seltsi olemas. Meie metsades võib aga leida: kuuse- ehk nõiakoldi (*Lycopodium Clavatum* L.), kaetserohtu (*Lycopodium annotinum* L.) ja ungrurohtu (*Lycopodium complanatum* L.). Nad kasvavad kõrgetel nõmmedel ja kuiva maapinnaga metsades. Varred on neil kõigil roomavad, alati haljad ja peagu kogu ulatuses harvade juurtega maa külge kinnitatud.

Lehed on kahel esimesel liigil ühesuurused, nahk-

jad, karvased, kuna viimasel nad on suuruse poolest väga mitmesugused ja soonelised; ka katavad nad varsi ainult kahelt küljelt, mistõttu taim näib nagu kahetahuline olevat.

Pääd (eospaunakeste kogud) on esimesel liigil harilikult paaristikku, 2—4 koos, ja seisavad kaunis pikkade raagude otsas; teisel liigil on aga iga väändharu otsas ainult üks pää, mis ilma raota väände



Joon. 8. Kollad. (*Lycopodium* L.)

külge kinnitub. Kolmanda liigi (*Lycopodium complanatum* L.) pääd erinevad teistest oma pikkuse poolest.

Arstirohuna tarvitatakse kogu maapäälseid taimeosija valminud koldade tolmu (eoseid ehk spore). Korjata tuleb taimi mai lõpul ja juunikuus. Kuivatada hästi läbitõmbavas, vilus kohas, alal hoida kivi- või portselannõudes.

Koldade tolmu ehk eoseid tuleb koguda järgmiselt. Koldade pääd korjatakse ära augusti lõpul või septembrikuus ja pannakse kuivama kas paberil või linasel riidel päikese kätte sooja kohta. Kuivanud pääddest on hõlpus tolmu kätte saada hõõrumise teel.

Et tolmu taime lehekestest puhastada, selleks tuleb see lasta läbi tiheda juussõela või hõreda riide.

Arstirohuna tarvitatakse koldade tinktuuri (Tinct. Lycopodii e. Herba), mida krampliku kusekinnioleku korral laste juures ja põiekatarrri korral täisealiste juures antakse.

Koldade tolmu (eoseid) tarvitatakse keedise näol põiehaiguste korral, vahest aga ka piiritustinktuuri näol (Tinct. Lycopodii), eriti haiguse incontinentia urinae korral.

Koldade tolmu raputatakse apteekides ka pillide pääle, et nad ei hõõruks üksteise vastu ja seisaksid kuivad.

Tulle visates plahvatab koldade tolm heleda leegina põlema, mispärast teda siis vahest tarvitatakse ka heleda valguse (välgu jne.) sünnitamiseks ben-gaalpulbri asemel näitelavadel.

## Koeranaeris.

(*Bryonia alba* L.)

Püsitaim, kõrvitsaliste sugukonnast pärit. Kasvab aedade ääres. Tal on suur, lihav, naerikujuline juur, mis sageli kaheharuline. Päält on juur kollakas, pügalaline, seest valge, mahlakas. Juurikast tõuseb mitu roomavat karvast vart, mis kasvavad kuni 3 meetri pikkuseks. Lähedal seisvaist asjust haarab taim kinni köitraagude abil ning ajab siis nagu humalgi üles. Köitraod asetsevad lehtedega vastastikku.

Lehed on tõusev-ringilised, pikarootsulised, südamekujulised, 5-hõlmalised. Ühe ja sellesama taime küljest võib kahe suguseid õisi leida — tolmukõisi ja emakõisi; koeranaeris on kahe suguste õitega ühekojaline taim. Õite kroonlehed, mida mõlema õie juures viis, on rohekasvalged või kollakad. Marjad on alul rohelised, valminult

aga mustad, kolmepesalised. Seemned on munajased, kortsunud keсталised, mustad; igas pesakeses on harilikult 2 seemet.

Koeranaeris õitseb juuni- ja juulikuus.

Kogu taim on mürgine.

Arstirohuliseks otstarbeks tarvatakse koeranaeri juuri (*Radix Bryoniae*), millest valmistatakse ekstrakti ja piiritustinktuuri. Korjata tuleb juuri sügisel. Juured kaevatakse maa seest välja, pestakse puhtaks, lõigatakse rattaiks ja kuivatatakse kiiresti (soovitav kuivatusahjus).

Toores juur on vastiku lõhnaga ja südant pöörivama ajava kibeda maiguga. Kuivatatult on ta aga lõhnata, vastik-kibeda maiguga. Koeranaeri juure keedis ja pulber on tuntud abinõuna kõhu kinnioleku vastu. Koeranaeri juure ekstrakt ja viin vaigistavad, vähesel määral tarvitades, valu, parandavad kopsu limanaha põletikku ja kaotavad kõha. Samuti on koeranaeri juur hääks rohuks emakoja verejooksu vastu. Tarvitamisel oldagu aga mõõdukad, sest et muidu kergesti mürgituse võib saada.

Mürgituse tundemärgid: oksendamine, kõhu lahtiolek, krambid.

Vastuabinõuks mürgituse korral on kange oakohvi ja soe vann, limarikkad keedised ühes oopiumiga.

## Kummel.

(*Matricaria chamomilla* L.)

Kummelid on kahte seltsi, nimelt valgete õitega (*Matricaria chamomilla* L.) ja roheliste õitega (*Matricaria discoidea* DC.). Meil on levinud peamiselt viimane (kasvab teede, tänavate ääres, majaesistel jne.), kuid et selle taime arstlikud alad pole veel järele uuritud ja et apteekidesse ainult valgete õitega kummeli õisi ostetakse, siis võiks seda ainult oma tar-

viduseks korjata, kuna müügi jaoks tuleks esimest — valgete õitega kummelit (*Matricaria chamomilla* L.) — kasvatada.

Valgete õitega kummel on kange, magusa vürtsilõhnaga üheaastane taim. Vars on tal haruline, lehed — kahekordselt sulgjagused, lehelaba osad lineaalsed - teravad. Õied on koondatud korvikuks. Äärmised keelõied korvikus on valged, pahurpidi pöördud, kuna sise- mised, toru- ehk putkõied, on 5- hambased, kollased. Õie (korvikese) põhion pikergune, kuhikukujuline ja seest õõnes. Need on ühtlasi tunnused, mille järgi seda taime on kerge teiste samasuguse väljanägemisega taimede (*Matricaria inodora* L. — ilma lõhnata, ja *Anthemis cotula*, millel korviku põhi umbne) hulgast eraldada.

Kummel armastab kergelt, liivakat maad ja võimalikult madalat harimist. Külvata tuleb kerge äkke alla, või kui maa enne seemendamist äestatud, siis rulli alla.



Joon. 9.  
(*Matricaria chamomilla* L.)  
Kummeli oks loomulikus suuruses

Seemet läheb 1 ha kohta ainult 2,5 kg.

Kummel kasvab õige jõudsasti, nii et kaheksandal nädalal pärast külvamist hakkab juba õitsema.

Korjata tuleb õisi iga päev. Korjata võib aga ainult värskelt lahtilöönud õisi.

Et käsitsi korjamine liiga palju aega nõuab, siis toimetatakse seda tööd harilikult sellekohaste kraapidega, mis tehtud puust või paksust plekist.

Kuivatada tuleb õisi vilus, hästi läbitõmbavas kohas või sellekohases kuivatuskastis. Kuivama laotatagu õisi õhukeste kihtidena, nii et nad mitte soojaks ei tõmbuks, mille tagajärjel õied kaotaksid arstirohulise väärtuse.

Et õite korjamine ja kuivatamine peab läbi viidama kiiresti, siis tuleks kummelid järkhaaval külvata, nii et varasema külvi õitsemisaja lõpp kokku langeks hilisema külvi õitsemisaja algusega.

Kuivatatud kummeliõied on hõlpsad niiskuma ja seepärast peab neid kuiva ilmaga pakkima ja ka kuivas kohas alal hoidma.

Pääle teeks tarvitamise aetakse kummeliõitest veel ka kummeliõli (*Oleum Chamomillae*), mida kuivatatud õites ligi 0,9 protsenti sisaldub ja mille puud veel 1916. aastal maksus üle 2000 rubla.

### Juhatusi tarvitamiseks:

Kummeliteega pesemine parandab viisalt paranevad haavad ja külmetamisest tulnud hambavalu (suud sooja teega sageli loputada).

Kummelitee on abinõu emakakrampide ja sisemise palavuse vastu ja krampe vaigistava abinõuna üldse tuntud. Et kummelitee ajab higistama, siis on soovitatav seda juua ka külmetuskorral.

Kummelitee raudrohutega segatult on kosutavaks vahendiks (üks liiter päeva kohta) kõhnadele ja verevaestele.

K a n g e k u m m e l i t e e (1 supilusikatäis õisi  
1 tassi vee kohta, palavalt tõmbuda lasta, kuid mitte  
keeta) on abinõuks kõhukrampide ja puhutuste  
vastu.

S o e k u m m e l i õ i e p u d e r aitab, puhta lina-  
se rätikuga või kotikesega pääle pannes, hambapaise  
ja kõva paistetuse korral.

## Käoking.

(Aconitum Napellus L.)

Tulikõieliste sugukonnast päritolev taim.

Kasvab lõunapoolsetes maades, mägedel, kõrge-  
mail aruheinamail. Meil metsikus olekus harva leitav,  
kuid on ilutaimena aedades tuntud.

Et paljud taimed aias kasvades olluste poolest,  
mis neile arstirohulise väärtuse annavad, märksa  
kehvemaks jäävad või sootuks kõlbmatuks muutu-  
vad, siis tarvitati meil kuni viimase ajani ainult met-  
sast korjatud käokingataimi. Lääne-Euroopa riiki-  
des aga, kus arstirohutaimede asjandus seisab laie-  
mal alusel, tarvitatakse ka aias ja põllul kasvatatud  
taimi. Kasvatatakse käokingataimi vilus seisval ja  
mitte just rammusal maatükil, siis vastavad nad oma  
väärtuses täiesti metsast korjatud taimile.

Käoking on mitmeaastane taim. Kui taime üles  
tõmbame, siis leiame iga varre alt kaks naerikujulist  
mugulat. L e h e d on viielõikelised; õ i e d, mis sei-  
savad — 150 sm pikkuste varte otsas tihedas salgas,  
on tumesinised või kollased ja tuletavad oma pääl-  
mises osas kiivrit ehk mütsikest meelde.

Õitseb augusti- ja septembrikuus.

Juur-mugulais ja õitsemise ajal korjatud lehis ja  
õissalgus leidub rohkesti väga mürgist ollust, akoni-  
tiini, mida ainult õige väikesel määral — 0,0002

kuni 0,00005 g öö-päeva kohta — pillide ja tinktuuri näol raskeil närvipõrutuse ja jooksvahaiguse korral valuvaigistamiseks sisse antakse.

Juur-mugulad tuleb sügisel, kui lehed juba kuivama löönud, või kevadel, enne noorte lehtede ilmumist, maa seest välja kaevata. Korjamise juures tuleb silmas pidada, et iga varre all on kaks mugulat: üks vana, pruuni koorega, ja teine noor — valkjas. Arstirohuliseks otstarbeks kõlbavad ainult viimased.

Kuivatada tuleb mugulaid kui ka lehti ja õisi kiirelt, 16—20-kraadilise soojuse käes, hästi läbitõmbavas (soovitav pimedas) kuivatuskastis. Hästi kuivatatud mugulad on hallikaspruunid ja omandavad kortsutõmbunud poolide kuju.

Et väärtuslikud ollused kuivatatud taimeosist võivad kergesti välja aurata, siis tuleb mugulaid, lehti ja õisi kindlais — peetagu mees! — plekknõudes alal hoida. Käsitamise juures oldagu ettevaatlik. Alal hoida võib kuivatatud taime ainult 1 aasta. Kauem seistes nad kaotavad oma väärtuse.

Kasvatada võib käokingi mugulaist ja seemneist. Suurendada istandust on sündsam jaotamise teel. Istutamisel, mis hilja sügisel või kevadel vara ette tuleb võtta, lõhutagu põõsas nii katki, et igasse mättasse jääks 3—4 mugulat. Väga hää on, kui istutamisel mullale segatakse pisut mädanud puulehti hulka, mis ajab taimed lokkavalt kasvama. Mitte mingil tingi-



Joon. 10. Kollane käoking.  
(*Aconitum Licoctonum* L.)

musel ärgu tarvitatagu väetamiseks värsket sõnnikut, mis taimed paneb kauemaks ajaks põdema.

Seemned tuleb külvata kevadel vara tagavarapeenraile, kust taimed sügisel, iga taimele 45 sm vahet jättes, ümber istutatagu.

Seemneist kasvatatud taimed on esialgu nõrgad ja õitsevad alles kolmandal aastal.

## Käpad.

(Orchis L.)

Meie heinamail ja hõredamas metsas kasvab rohkesti purpurlike, lillade ja valgete õitega käpaliste sugukonnast päritolevaid taimi. Need kõik on tulusamad arstirohud.

Kõiki arstirohuks tarvitatavaid käpalisi taimi võib jaotada kahte liiki: ümmarmugulalisiks ja sõrmugulalisiks. Ümmarmugulalisist oleks nimetada: kahelehene käokeel (*Platanthera bifolia* Richt ehk *Habenaria bifolia* R. Br.), jumalakäpp (*Orchis mascula* L.), hallkäpp (*Orchis militaris* L.), arukäpp (*Orchis Morio* L.) ja sõrmmugulalisist — kuradikäpp ehk juudakäpp (*Orchis maculata* L.), laialehene käpp (*Orchis latifolia* L.) ja päris Jeesuse käerohi (*Gymnadenia conopsea* R. Br.).

Neist on ainult esimene, kahelehene käekeel, valgete õitega, kuna teised kõik on purpurlike või lillade õitega.

Kõik nimetatud ümmarmugulaliste käpaliste õied on nibuga, kuna sõrmmugulalisil nad on nibuta.

Kui sügisel käpaline taim maa seest välja kaevata, siis leiame tema varte alt, nagu käokingalgi, kaks mugulat: üks pruuni ja teine valkja koorega. Pruuni koorega mugul on vana mugul, mis nagu vana kartulgi ära mädaneb, kuna valkjama koorega mugul elab talve rahulikult üle ja hakkab järgmisel aastal

kasvama. Suvel, taime kasvamise kestusel, võrsub selle mugula kõrvale lühikese varrekese otsa järele uus noor mugul, kuna ületalve elanud mugul läheb pruuniks ja mädaneb kas juba sügisel või järgmisel aastal (käpalised on mitmeaastased taimed).

Arstirohuks kõlbavad aga ainult noored, valkja koorega mugulad, mis tuleb hilja sügisel maa seest välja kaevata, mullast puhtaks loputada ja kuivatada.

Et mugulad hõlpsamini kuivaksid (neid tuleb tervelt kuivatada!), siis soovitatakse neid pärast puhtaks loputamist märsi või korvi sees kasta keeva vette.

Kuivatada oleks kõige sündsam muidugi kuivatusaparaadis, kuid kui see võimatu, siis tuleb mugulad ajada nõõri ja kuivatada kas pliidi, lõõride (soemüüri) või ahju läheduses.

Kuivatatud mugulad (Tubera Salep) sisaldavad eneses kuni 78% limast ollust ja 20—27% tärklis. Mida rohkem limast ollust mugulad sisaldavad, seda väärtuslikumad nad on.

Kuivatatud käpaliste mugulad jahvatatakse apteekides peeneks ja valmistatakse siis jahust kibedamaigulist keedist, mis on hääks abinõuks kangete mürkide läbi saadud mürgituste vastu ja rohuks kõhu lahtioleku vastu.

Väga sageli kirjutavad arstid seda rohtu pehmen-dava abinõuna laste mao- ja sooltekatarril korral ja kõhu lahtioleku vastu.

Käpaliste suurt arstirohulist tähtsust silmas pidades, tuleb küll soojalt soovitada nende taimede kultiveerimist meie maal. Selleks otstarbeks kõlbaksid Jeger'i õpetuse järgi kõige paremini lehtmullaga rammutatud niiskepoolsed maatükid. Ei peaks aga lehtmulda saadaval olema, siis võib tarvitada ka lauda-sõnnikut, kuid nõudega, et maa oleks vähe-

malt aasta enne taimede istutamist  
rammutatud.

Maha tuleb panna mugulad sügisel, 7—9 sm sügavusele. Hoolitsemine taimede eest põllul on harilik ja seisab umbrohu hävitamises ja muldamises.

On käpaliste istandus juba olemas, siis on seda kõige sündsam nii ekspluateerida, et igal sügisel ainult neljas osa istandusest üles kaevatakse, kuna  $\frac{3}{4}$  jäetakse kasvama. Nii tuleb iga aasta hulk taimi iseseemendamise teel juurde. Ka tuleb iga aasta uut maad, vähemalt selle võrra, kui vana üles kaevatakse, taimede alla võtta, istutamiseks üleskaevatud maadükilt saadud kõige väiksemaid mugulaid tarvitades, mis on harilikult viimasel aastal kasvanud taimede mugulad.

## Köömned.

(Carum Carvi L.)

Köömen on meile kui kõige harilikum sarikaliste sugukonnast päritolev taim tuntud. Ta kasvab põllupeenardel, teede ja kraavide ääres jne.

Varte pikkus on 30—60 sm. Õisik seisab mitmest väiksemast sarikast koos, mis kokku ühe kogusarika moodustavad.

Õied on valged. Lehed — kitsad, kolmekordselt sulgjad, pikkade, teravate, lineaal-hambukesiga. Lehekeste alumine paar peagu ristina asetunud. Seemned on pikergused, tõmmukad, 3 harjaga selja pääl.

Köömneseemneist aetakse kergesti haihtuvat (auruvat) köömne-õli (Oleum Carvi), mida põllul kasvatatud seemneis sisaldub 8—9%.

Apteekides valmistatakse köömneseemneist (Fructus Carvi) köömnevett, mis mõjub hästi mao seedimistegevusele.

Et põllupeenrail, teede ja kraavide ääri kasvavad taimed annavad ainult kõhnu ja poolvalminud seemneid, siis tuleks köömneid suuremal määral põllul kasvatama hakata, nii et pääle siseturu nõuete rahuldamise ka köömnete väljavedu saaks võimalikuks.

Köömen kasvab igasugusel põllumaal, kuid parimat saaki annab ta siiski savikal ja enamvähem niiskel põllul. Ta armastab sügavalt haritud ja üle aasta rammutatud maad.

Seemet läheb ühe hektaari pääle 10—16 kilo, kusjuures reaskülv oleks soovitam. Külvata võib kas kevadel — suviviljadega ühel ajal, või jälle sügisel — rukkikülvi ajal.

Et kevadise külvi juures suurem osa taimist alles järgmisel aastal vilja kannab, siis tuleb sügisest külvi lugeda paremaks, mis juba esimesel aastal annab täieliku lõikuse.

Kevadel tuleb köömnepõldu äestada, sest see paneb taimed hoogsamalt ja lopsakamalt kasvama.

Pääle reas- ja laiaili-külvi võib köömneid külvata ka salkadena. Mättakirve või labida abil aetakse külviks valmisharitud põllul iga 40—60-sentimeetrilise vahega umbes supitaldrikusuurused asemekesed, kuhu siis seeme, iga asemekese pääle umbes pool sõrmkübaratäit, külvatakse.

Tugevamad taimed annavad niisuguse külvi juures lõikust juba järgmisel aastal, kuna nõrgemad taimed õitsevad ja kannavad vilja alles teisel ja isegi kolmandal aastal. Pääle selle tuleb veel iga aastaga palju taimi mahapudenendud seemneist juurde, nii et ühekordne külv tervelt 5 aastat järgimööda lõikust võib anda. Et maa selle aja vältusel juba söödiks muutub ja ära rohtub, siis peab põld 5 a. järele üles küntama.

Sügisel võib ädalik köömnepõllul, ilma et lõikus

selle all vähematki kannataks, loomadega ära saada söödetud.

Kokku panna tuleb köömnepõld enne täielikku valmimist. Köömned lõigatakse ära põllult kas sirpidega või jälle masinate abil, köidetakse vihkudesse ja jäetakse mõneks ajaks väljale rõukudesse seisma.

On köömned rõukudes juba kuivama lõonud, siis tuleb nad põllult ära vedada. Köömned on õige kerged pudenema ja seepärast peab vedamist toimetama hommikuti kastega, kusjuures koormad riietega tuleks kinni katta.

Hektaari maa päält saab kuni 1120 kg seemet.

Nagu juba mainitud, mõjub köömne-veesi hästi mao seedimistegevusele ja seepärast tuleb nähet, et meil maal sageli köömneid leiva hulka pannakse, ainult tervitada ja ka teistele soovitada.

Köömne-tee on hää söögiisu äratav ja tervislik jook ja rohuks seest täisajamise vastu.

Köömneseemneaur — 5 g liitri vee kohta — parandab kõrvakatarri, kuna köömneõli pääle määrides on algava inglishaiguse vastu.

## Leedripuu.

(Sambucus Tourn.)

Meie aedades kasvab sageli leedripuu. Paljud inimesed korjavad ka iga aasta leedripuu õisi, millest valmistatud teed peavad tulusaks arstirohuks palaviku vastu. Kahjuks ei näi aga inimesed teadvat, et mitte kõigi leedripuude õitel ei ole arstirohulist väärtust. Meie aedades ja metsades kasvavatel leedripuudel on harilikult punased marjakobarad. Punaste marjadega leedripuu (*Sambucus racemosa* L.) õitel ei ole aga mingisugust arstirohulist väärtust. Küll on aga mõjuvaks rohuks palaviku vastu

mustade marjadega leedripuu (*Sambucus nigra* L.) õietee.

Must leedripuu kasvab põõsaspuuna. Säsi valge. Ta on tihedarahuline, viiejaoliste sulgjaslehtedega, väikeste valgete õitega, mis kinnituvad viie pääõieraolise külge. Punase leedripuu õiekobar on munajas pöörisõisik, kuna musta leedripuu õiekobar aga on päält tasane (nagu pihlaka õiekobargi), lame ebasarikas. Õitseb juunikuus. Valminult on marjad mustjaslillad, mahlakad.

Õiekobarad peab kuivatatama hästi läbitõmbavas kohas kas nõõril või hõredalt sõeltele laotatult. Kuivanult peab jääma õitel loomulik värvus, sest pruuniks tõmbunud õitel ei ole väärtust.

Et musta leedripuu õietee higistama ajab, siis on soovitatav seda juua ka külmetuskordadel.

Leedripuu koore tee on neerusid kiiremale tegevusele ajava abinõuna tuntud.

Et must leedripuu on ka ilupõõsaks, siis peaks küll igäüks teda oma aeda soetama. Metskondade puukoolidest võib saada noori põõsaid võrdlemisi odavalt.

## Lodjapuu ehk koer-õispuu.

(*Viburnum* L.)

Lodjapuu kuulub eespool kirjeldatud leedripuuga ühisesse kuslapuuliste (*Caprifoliaceae*) sugukonda. Lodjapuud ehk koer-õispuud sünnitavad oma perekonna. Arstirohuline väärtus on ainult päris lodjapuul (*Viburnum Opulus* L.), mis kasvab niisketes võsades. Arstirohuna tarvitatakse päris lodjapuu õisi (*Flores Viburni*) ja noori kasvusid (*Stipites Viburni opuli*).

Päris lodjapuu põõsas kasvab 2—4 meetri kõrguseks. Lehed on tal 3.—5-hõlmased, kitsaste abilehe-

kestega. Õied on valged ja koondatud nagu mustal leedripuulgi tasaseks sarikakujuliseks pööriseks, kännaseks, äärmised õied on suuremad, sisemised väiksemad kellukesed. Õitseb juuni alul. Lodjapuu vili on valminult punane ovaalne mari.

Kasvab heinamaadel, võsastikes ja metsades. Õisi tuleb korjata õitsemise alul, kasvusid oktoobrikuu esimesel poolel.

Päris lodjapuu koor ja vedel ekstrakt (Extractum Viburni opuli fluidum) on arstiteaduses tunnustatud abinõu krampide vastu laste juures ja hüsteeria vastu. Noorte kasvude vannid on abinõu naha sügelmise ja vistrikkude vastu laste juures.

## Leesikas.

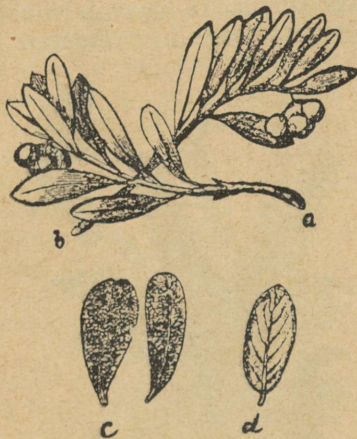
(*Arbutus Uva ursi* L. ehk *Arctostaphylos Uva ursi* Spr.)

Leesikas on väike, puiste okstega kanarbikuliste sugukonnast päritolev põõsastaim. Kasvab kuiva, liivase maapinnaga männimetsades. Tal on palju sarnasust pohlaga, kuid teda võib siiski hõlpsasti viimast eraldada. Leesika varred on pikad, maa pääl lamavad, kuna pohlal nad on püsivad. Lehed on leesikal plingid, nahkjad, äraspidimunajad, päältpoolt tumerohelised, süvasoonised, valkjamad (vaata joonis), kuna pohlal nad on ovaalsed ja altpoolt tumedatäpilised.

Õied on leesikal roosakad või valged, punakate otstega, salgaks koondatud, marjad — punased, pohlade suurused, kuid seest kuivad, ja hused.

Arstirohuks tarvitatakse leesika lehti (*Folia Uvae ursi*), mis tuleb korjata ja kuivatada õitsemise ajal, ja õisi. Kuivatatud lehed ja õied on soolakas-kibeda maiguga, kusjuures õied on lehist märksa kangemad.

Kuivatatud leesikalehist valmistatakse rohtu Decoctum foliorum Uvae ursi, mis on hääks abinõuks põiekatarri vastu. Sama hästi mõjub ka leesikalehe tee, mis hääks abinõuks neerude verejooksu vastu; korraga ei või leesikateed aga palju tarvitada, sest see võib teha südame pahaks.



Joon. 11. Leesikas (a, b).  
c — leesika leht; d — pohla leht.  
(*Arbutus Uva ursi* L.)

## Lina.

(*Linum usitatissimum* L.)

Linaseemne-puder on lapiga pääle pannes paistetuse ja paisete vastu.

Linaseemne-tee (1 supil. 1 tassi vee kohta) on ummukuse vastu, kuna linaseemneõli teeb kõhu ägedalt lahti.

Linaseemneõli lubjaveega pooleks on rohuks värskete põlenud haavade vastu.

## Maarjasõnajalg.

(*Aspidium Filix mas* Villd.)

Sõnajalgu on väga mitu liiki, kuid maarjasõnajala, mida ainuüksi arstirohuks tarvitatakse, võib harjunud silm kohe juba eemalt palmi meeldetuletava lehestikuga ära tunda. Ta kasvab vilus, suure, kuid mitte paksu segametsa all. Armastab kergelt, huu-



Joon. 12. Maarjasõnajalg.  
(*Aspidium Filix mas* Villd.)

musrikast (rammusat) maad. Lehed on tal pikad, sulgjad. Leherootsud — tugevad, pääle ühe külje (tahu) — ümmargused ja üleni kaetud pikkade pehmete, pruunide soomustega. Juurikas on roomav, tugev, sõrmiline, altpoolt küljest vaadates nagu keermeline. Juurika sõrmekesed on samuti kui leherootsudki kaetud soomustega.

Kui sügisel sõnajala lehe alumist külge vaadata, siis leiame säält palju pruune täppe. Need on eospaunakesed. Maarjasõnajalal on nad neerukujulised ja seisavad paaridena (tähtis tunnus).

Arstirohuks tarvitatakse juurikaid, millest valmistatakse ekstrakti ja pulbrit. Juurikad tuleb sügisel, nii septembrikuus maa seest välja kaevata, sõrmed küljest lahti lõigata, pruuniks läinud osad niidasti sõrmil kui ka juurika südameil maha lõigata, soomuseist puhastada ja vilus hästi läbitõmbavas kohas (kui võimalik, siis kuivatuskastis) kuivatada.

Iseäranis kallid on lehtnutid, mis järgmisel aastal lehiks võrsuvad, ja seepärast tuleks need lahus turule saata.

Et Eestimaa arstliku sõnajala poolest rikas (iseäranis rohkesti leidub teda Alatskivi ümbruses), siis võiks teda ka välja vedada, eeskätt Venemaale, kes sõnajalajuurt iga aasta 2000 puuda ümber ära tarvitab.

Sõnajalajuur (*Rhizoma Filicis maris*) kui ka ekstrakt (*Extractum Filicis maris*) on tuntud rohilint- ehk paelusside vastu, kuid oma mürgisuse tõttu võib seda tarvitada ainult sellekohase arstisedeli järgi.

## Maasapp harilik.

(*Erythraea Centaurium Pers.*)

Emajuureliste sugukonnast päritolev kaheaastane taim. Vars on tal neljatahuline, sile, ülemises osas haruline, 15—30 sm pikk. Lehed, millest alumised kimbukeseks, kodarikuks koondatud ja ülemised vastapaaridena vartele asetatud, on piklikmunajad, terava otsaga. Õied on heleroosad, harva valged.

Maasapp kasvab kuival haruheinamaal, põllul kraa-  
vide, teede ja kivihunnikute ääres. Arstirohuks tar-  
vitatakse lehti ja õitsvaid latvu (Herba s. summita-



Joon. 13. Maasapp.  
(*Erythraea Centaurium* L.)

tes *Centauri minoris*), mis tuleb õitsemise alul kor-  
jata ja hästi läbitõmbavas kohas kuivatada.

Korjamisel tõmmatakse taimed juurtega maast  
üles, köidetakse kimbukesiks ja asetatakse nõõrile  
kuivama.

Maasapi-tee — 15 g ühe liitri vee kohta, võtta supilusikahaaval — on isupuuduse, maolimas-tuse, nõrga seedimise ja maokarri tagajärjel tekki-nud ummistuse vastu; rahva seas pääle selle tuntud abinõu altkeha valude ja kollatõve vastu.

## Maikellukas ehk piibeleht.

(Convallaria maialis L.)

Maikellukas on püsilill, liialiste sugukonnast pärit. Ta kasvab paraja niiskusega ja huumusrikka maapinnaga metsades põõsaste vahel. Tal on kaks süstjat lehte, mille kaenlast üks pikk õieraag välja ajab. Maa sees on maikellukal juurikas, mis mitmeharuline.

Iga haru otsast ajab maaalune juurikas kevadel kasvud välja, kusjuures haruotsast aga ise edasi kasvab. Järgmisel kevadel ajavad juurika harud jällegi kaks lehte maa pääle, kuid õitsema see taim harilikult ei hakka. Möödub paar-kolm aastat enne, kui maikelluka juurika harude otsa sügisel pungad võrsuvad, mis elmistate aastate pungadest märksa suuremad ja millest järgmisel kevadel õisi kandev taim võrsub. Maikellukas ei õitse mitte iga aasta, mistõttu siis ka õiteta taimi on alati õitsvaist taimist rohkem.

Värskelt korjatud maikellukate õitest valmistatakse piiritustinktuuri (Tinctura Conv. maialis, Essentia Convallariae), mis arstiteaduses rohuna närvetuse ja südamekloppimise vastu on tuntud (10—20 tilka supilusikatäie veega 3 korda päevas võtta, mitte rohkem).

Maikellukate juurikakeedis on rahva seas tuntud oksele ajava ja neerusid kiiremale tegevusele virguta-tava abinõuna. Et maikellukas aga on mürgine taim, siis oldagu tarvitamises ettevaatlik.

Tinktuuri valmistamisel võetagu värskaid õisi,

hõrutagu need portselannõus hästi puruks ja vala-  
tagu pääle 70-protsendilist piiritust, mida iga 1 osa  
õite kohta tuleb 5 osa võtta. Et selget tinktuuri  
saada, selleks tuleb saadud segu, kui see mõni tund  
seisnud, kurnata ja läbi 2—3-kordse kuivatuspaberi  
lasta.



Joon. 14. Maikellukas. (*Convallaria maialis* L.)

Et maikellukad ka aias võivad väga lokkavalt kas-  
vada, siis peaks küll iga lillearmastaja vähemalt paar-  
kolm põõsastki seda kaunist taime istutama oma  
akna alla või aeda peenrale.

Maikellukad armastavad kerget, hästi rammuta-  
tud ja vilus seisvat maad. Istutamisel, mida sügisel  
tuleb ette võtta, lõhutagu juurikas nii katki, et iga  
osa külge vähemalt jääks üks lehepung. Edaspidine

hoolitsemine on samasugune nagu teistegi lillede juures. Maikelluka taimi võib ka potis seemneist kasvatada, kuid see tee oleks liiga pikk ja tülikas.

## Mesikas kollane.

(*Melilotus officinalis* Desr.)

Kollane mesikas on liblikõieliste sugukonnast pärit, 50—100 sm pikkune kaheaastane taim. Vars lamav või tõusev.

Õied on koondatud harvade, pikkade kobaradena. Nad on rippuvad, kollased. Lehed on kolmik-lehed, pisut pikergused ehk pirnikujulised (õigem äraspidi-munajad), saetud äärtega.

Kaunad valminult kollakaspruunid, tõmbid, ogaotsaga. Kasvab mahajäetud kohtadel, teede ja kraavide äärtes ja lepavõsastikes. Võib hää eduga põllul kasvada. On ühtlasi ka meetaim.

Arstirohuliseks otstarbeks korjatakse taime õitsvaid latvu (*Herba s. Summitates Meliloti*), kusjuures kuivatamisel tuleb varre osad kõrvaldada.

Kuivatatud pääst omandab taim hää värske heina lõhna ja kibesoolaka libeda maitse.

Mesikas sisaldab mitmesuguseid happeid. Muuseas valmistatakse tasta plaastrit paisete pääle. Mesikatee on abinõuna kõha vastu tuntud.

## Mänd.

(*Pinus silvestris* L.)

Männitüvest saadakse kuiva destilleerimise juures vaiku, tärpentiini, kampoli jne. Männiokkaist aetakse eetrilist männiõli ja ekstrakti, mida arstid kirjutavad mõnesuguste haiguste korral vannitamisvee hulka.

Kevadel korjatud noortest männikasvudest valmistatud tee on abinõu rinnahaiguse (ka tiisikuse) vastu.

## Näär harilik.

(Pimpinella Saxifraga L.)

Püsitaim, puine, kuni 60 sm pikkune sarikõieline. Kasvab aruheinamail kivide ja põõsaste ääres, hõredates lehtmetsa tukkades, kraavide kaldail ja kuhjalava asemeil. Esimesel aastal võrsub seemnest ainult kimbuke lehti, kuna õied ilmuvad alles üle aasta vanaks saanud taimil. Lehed on tal rootsulised, paaritasulgsjad, kusjuures ülemised kolm lehelaba osa — kaks viimast paarislehekest ja lehetipul seisev üksik leheke — moodustavad kolmiklehe. Lehelaba ääred on saetud, õied — valged, kogusarikas koondatud.

Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse juurikaid (Radix Pimpinellae), mis terava vürtsimaiguga.

Näärejuur ja selle tinktuur on arstiteaduses tuntud kopsukatarri rohuna.

Näärejuuretee on rahva seas tuntud abinõuna hingeldustõve, umistunud ja limastunud kopsude, kõha ja kõhu limastuse vastu; ka puhastab nääretet põit.

Näärejuuretee (12 g 1 klaasi vee kohta, iga tund supilusikatäis võtta) on rohuks neerukivide ja veetõve vastu, ja kui kuuhaigust hõlbustav vahend tuntud.

Nääretinktuur (10—12 tilka teelusikatäie vee kohta) on abinõu kähisemise ja närvetuse vastu.

Niisked nääretet lapid ja pesemine parandab lahtisi haavu.

# Näsiniin.

(*Daphne Mezereum* L.)

Väike, õige aegamööda kasvav põõsas. Oksad on kepikeste kujulised. Okste koor on hallpruunitäpeline. Lehed on pikergused, siledad, terveäärelised, 4—7 sm pikad ja 1—2 sm laiad, koondatud tõusevringiliselt okste ülemistesse otstesse.



Joon.15. Näsiniin. (*Daphne Mezereum* L.)

Õied on keskmise suurusega, häällõhnalised, roosad, harva valged, 2—3 tükki koos. Õitseb kevadel õige vara, juba aprilli lõpus, enne lehtede ilmumist. Marjad on munajad, mahlakad, helepunased; valge-õielisel — kollased.

Apteeges tarvitatakse näsiniinekoort (*Cortex Mezerei*) ja marju (*Semina Cocognidii*). Koorest valmistatakse apteeges rohtu *Exutorium*, mis on tuntud kõige vähem valu sünnitava nahaalla kiskuva abinõuna. Näsiniine marjad on väga mürgised.

# Nõges.

(Urtica.)

Nõgeseid on kahte liiki — raudnõges (Urtica urens L.) ja suur- ehk kõrvenõges (Urtica dioica L.). Esimene neist, r a u d n õ g e s, on üheaastane taim. Ta kasvab 30 sm pikkuseks. L e h e d on tal munajad, hambulised; kogu taim on kaetud tihedalt teravate kõrvetavate karvakestega.

S u u r - e h k k õ r v e n õ g e s on aga mitmeaastane, 30—120 sm pikkune taim. T e m a l e h e d on südajad, pikergused, jämesaagjad; kuna kogutaim on palju nõrgem kõrvetama. Ka on suurnõgesel pikad roomavad juurikad, kuna raudnõgesel on otse maa sisse tungiv juur. Mõlemad taimed on kõige harilikumaks umbrohuks aias ja hoonete ümbruses.

Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse mõlemaid taimi. Korjata tuleb õitsvaid latvu, seemneid ja juurikaid, millest valmistatakse teed ja tinktuuri.

Prantsuse arstid soovivad nõgesemahla kui antitraemorrhagicum'i sisse võtta, eriti vereköhimise, hemorroidilise verejooksu ja suurte verevooluste juures kuuhaiguse ajal.

Nõgeseviin ehk nõges mees keedetult on rahvas seas tuntud abinõuna hingeldustõve vastu.

N õ g e s e t e e kasvatab, rahva teadmisel, juukseid ja hoiab neid väljakukkumise eest (teega pääd pesta!).

N õ g e s e v e e - v a n n i d on jooksvahaiguse vastu.

# Paakspuu.

(*Rhamnus Frangula* L.)

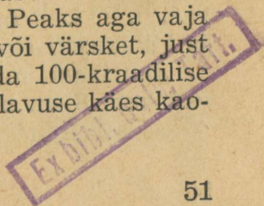


Joon. 16. Paakspuu. (*Rhamnus Frangula* L.)

Paakspuukoore (*Cortex Frangulae*) tee (24—27 g koort  $\frac{1}{2}$  liitri vee kohta,  $\frac{1}{2}$  tundi keeta) teeb kõhu ägedalt lahti ja on seepärast hääks rohuks ummistuse vastu; sisse võtta supilusikatäie-haaval.

Et kõhu lahtiolek võtab palaviku korral keha soojust alla, siis kirjutavad arstid sageli põletikkude ja palavikkude korral rohtu, mis teeb seest lahti. Nende rohtude asemel võib ka paakspuukoore teed tarvitada, mida eespool tähendatud kanguse juures tuleb iga 2—3 tunni takka 1 supilusikatäis võtta.

Et värske koor ajab oksele, siis tarvitatakse seda alles kaks aastat pärast korjamist. Peaks aga vaja olema tarvitada vähe aega seisnud või värsket, just alles kuivanud koort, siis tuleks seda 100-kraadilise palavuse käes kuumutada; kõrge palavuse käes kaotab koor oma okseleajava omaduse.



# Palderjan.

(*Valeriana officinalis* L.)

Palderjan on meie maal üldiselt tuntud taim. Ta kasvab metsaraiesmikel, aruheinamail, metsatukkade äärtel, jõgede ja ojade kaldail jne.



Joon. 17. Palderjan. (*Valeriana officinalis* L.)

V a r s on tal sirge, jooneline, 40—100 sm pikk ja seest õõnes. L e h e d paaritusulgjad, paarikaupa varrel. Õ i e d on väikesed, roosad või kahvatulillad ja kilbikujuliseks pöörisõisikuks koondatud.

Juurikast, mis lühike, 1—3 sm pikkune, harunevad kuni 8 sm pikkused kõrvaljuured.

Arstirohuna tarvitatakse juuri (*Rhizoma Vale-*

rianae), millest apteekides valmistatakse piiritus-tinktuuri.

Juured tuleb sügisel, augusti lõpul või septembrikuus, maa seest välja kaevata, mullast korralikult puhastada ja kuivatada\*).

Alal hoida tuleb juuri hästi kaanestatud nõudes!

Kõrgel, kuival kohal kasvanud juured on madalal ja soisel maal kasvanud juurtest väärtuslikumad.

Ehk meie metsis palderani küll sagedasti leidub, siiski nõuaks tema korjamine palju aega ja läheks liiga kulukaks. Seepärast tuleks seda väga tarvilikku arstirohutaime välismaa eeskujul hakata põllul kasvatama.

Palderjani kasvatamiseks valitagu, kui võimalik, kõrged, kivised maatükid ja kõrged põllud. On maa külvi jaoks valmis, siis aetakse põllule madalad vaokesed, vagudele 25 sm vahet jättes, kuhu külvatakse seeme. Pärast seemne vaku asetamist tuleb põld rullida.

Palderjani istandust võib laiendada ka juurte jaotamisega.

Palderjanitee on rahva seas arstirohuna väga laialt tarvitatav ja seda mitte ilmaaegu. Palderjaniteed võib soovitada: astma, s. o. hingeldustõve vastu, altkeha krampide ja valude vastu, krampide vastu, mis laste juures kõhuusside tagajärjel tekkinud, harilikkude krampide, langedustõve, läbijooksu, krampliku oksendamise, puhutuste, põiekrampide, südamekloppimise, hüsteeria ja veititantsu vastu.

Palderjanitee jooksvarohu (pärismailase) ja koirohuga segatult on hää

---

\*) Palderjanijuuri tuleb hoolega kasside eest hoida, sest et nad ligipääsemisel terve tagavara võivad ära rikkuda.

abinõu ärrituse (ara vere) ja närvivalu vastu.

Palderjanitee klistiirid (6—12 g palderj.  $\frac{1}{2}$  klaasi vee kohta) mõjuvad hästi emaka-, kõhu- ja põiekrampide vastu.

## Puju.

(*Artemisia vulgaris* L.)

Pikk, 1—1 $\frac{1}{2}$  meetri pikkune puiste vartega püsitaime. Kasvab hoonete ja kivihunnikute ümber, aedade ääres jne. Lehed on tal sulgjad, päält tumerohelised, alt valgeviltjad. Lehelaba on piker-gune, saetud äärtega. Õied on väikesed korvõied ja seisavad piklikmunajate niitidena varte ja selle harude ladvus; väljast viltjad.

Arstirohuna tarvitatakse taime õitsvaid latvu (*Herba Artemisiae*), õitsvalt taimelt korjatud lehti (*Folia Artemisiae*) ja sügisel maa seest väljakaevatud juuri (*Radix Artemisiae*).

Pujuõitest ja -lehtedest valmistatud tee kergendab kuuhaigust, kui see on suurte valudega.

Pujutee ja -tinktuur on rahustava abinõuna närvlikkuse vastu tuntud.

## Punand harilik ehk juushein.

(*Fumaria officinalis* L.)

Väike, hallikasrohelise värvusega soolakas-kibedamaiguline üheaastane taim. Kasvab kesapõldudel, prüghunnikute ääres ja umbrohuna kapsa-, kaali-jne. peenrail. Vars on tal püsiv ja roomav, laialt harunenud, sile. Lehed mitmekordselt sulgjad. Õied — purpurised ja koondatud pööriseks.

Arstirohuna tarvitatakse tervet taime (*Herba*

fumariae) värskelt ja kuivatatult. Ta sisaldab fumarüinhapet (Acidum fumaricum) ja fumarüini (Fumarinum).

Värskest taimest pigistatud mahl (Succus recens Fumariae) ja sellest valmistatud ekstrakt (Extractum fumariae) ja ka tee on isuäratavad vahendid.



Joon. 18. Punand harilik.  
(*Fumaria officinalis* L.)

Tarvitamisel oldagu aga mõõdukad, sest et suuremal mõõdul tarvitamise korral fumarüin (see ollus sisaldub aga mahlas, ekstraktis ja tees) sünnitab südamekloppimist, tasandab verejooksu ja teeb inimese uniseks.

## Pärn ehk niinepuu. (*Tilia grandifolia* Ehrh.)

Kõigile tuntud puu. Kasvab 800 ja veel enamgi aastat vanaks.

Arstirohuks tarvitatakse pärnaõisi, millest valmistatakse teed ja ekstrakti.

Pärnaõiete e ajab higistama ja on seepärast soovitatav juua külmetuskorral; on ühtlasi ka vana-  
nenud kõha, kopsu limastust, veetõbe ja kahvatõbe  
kergendav abinõu.

## Sinep — valge ja must.

(*Sinapis alba* L. *Sinapis nigra* L.)

Sinep on taim, mille seemneid tarvitatakse hul-  
gana iga aasta küll arstirohuks, küll vürtsiks.

Meie maal sinepit seni ei kasvatatud, vaid ta veeti  
sisse pääasjalikult Venemaalt ja teistest Lääne-  
Euroopa riikidest, kus seda taime suurel määral kul-  
tiveeritakse. Riiklikud huvid aga nõuavad, et aineid,  
mida maa suudab produtseerida, väljastpoolt mitte  
sisse ei veetaks ja seepärast peab ka arstirohutai-  
mede kasvatamisele, eeskätt nende taimede kasvata-  
misele, millele meie kliima vastav, alus pandama. Ja  
niisuguste taimede hulgas oleks esimeses reas ka  
sinep.

Sinep on ristõieliste sugukonnast pärit.

Välimuses läheb must sinep valgest selles lahku,  
et ta on märksa pikem ja et valge sinepi õied, vastu-  
pidi taime kasvule, on ligi neli korda musta sinepi  
õitest suuremad.

Õied on mõlemal liigil kollased.

Kõdrad on mustal sinepil külgepidi litsutud,  
siledad, kuna valgel aga nad on peagu ümmargused,  
karekarvased.

Seemned on mustal sinepil tõmmud, mustad,  
valgel aga kollased ja hästi jämedamad.

Arstirohuna on nad aga üheväärilised.

Must sinep on meie põldudel umbrohuna tuntud.  
Arstirohuliseks otstarbeks aga sellised vabalt kasva-

nud taimede seemned ei kõlba, sest et nad teiste rist-  
õieliste taimedega (rõigaste ja telgedega), millega  
nad segamini kasvavad, on tolmumise läbi segatud.

Põllul kasvatamise viis on mõlema taime juures  
täiesti ühesugune. Nad kasvavad igasuguse maa  
pääl, kuid iseäranis hästi lähevad aga korda kerge,



Joon. 19. Valge sinep.  
(*Sinapis alba* L.)

värskelt rammutatud maa pääl. Must sinep kasvab  
hästi ka savika maa pääl. Põld, mis sinepi alla kül-  
vatakse, tuleb sügisel künda ja kevadel enne seemen-  
damist harida — künda, äestada.

Kylvata tuleb võimalikult vara, nii et taimed põld-  
kirpude ilmumisajaks, kes sinepipõldudele määratud  
kahju võivad saata, oleksid tugevad. Kylvata, kui  
võimalik, reas, sest et siis võimalus on harvenda-  
mist — igale taimele vähemalt 15 sm vahet jättes —

ette võtta, mis väga tarvilik. Reaskülvi juures läheb ha pääle valge sinepi seemet 8—10 kg ja musta sinepi seemet, mis hästi peenem, 1,5—2 kg. Laiali-külvi korral tuleks aga valget sinepit 12—16 kg ja musta 2—3 kg ha kohta võtta.

Et sinep kange pudenema, siis tuleb ta kohe, kui juba esimesed kõdrad valminud, kokku panna.

Alal hoida tuleb seemet väikestes osades: kastes, tonnes, suuris savist potes jne.

Hektaarisuurune põld annab 960—975 kg puhas-tatud seemet.

Sinepiseemneist valmistatakse sinepijahu ja sine-piõli. Jahu valmistamise otstarbeks kasvatatakse pääasjalikult valget sinepit, mis annab ilusama, puh-tama jahu, kuna õli ajamiseks musta sinepit kult-i-veeritakse, sest viimase õli on kangem.

Sinepijahust valmistatakse kanget vürtsi pääas-jalikult lihatoitude juurde. Et sinepi valmistamine aga teatud oskust nõuab, siis toon siin kohal retsepti, mille järgi prantslased käivad:

Sinepijahu leotatakse keevas vees üles ja asetatakse 9—14 päevaks kas ahju või päikese kätte. Pärast seda lisatakse sinepile hääd äädikat ja peent suhkrut (viimast maitse järele) juurde ja tambitakse hästi läbi. Saadud tainas asetatakse nüüd savist pot-tidesse ja potid pannakse päält kõvasti kinni.

Sel kujul läheb sinep nüüd müügile. Kuid siin peab tähendama, et mida kauem sinep enne tarvita-mist seisnud, seda paremini ta maitseb. Et kibedat maiku kõrvaldada, selleks soovitatakse sinepitainas tuliseks aetud rauda või hõõguvaid süsi hoida.

Sinepipiiritus ja -plaaster on pääle määrides abinõuks jooksvahaiguse ja kopsupõletiku vastu.

# Surmpatk.

(*Conium maculatum* L.)

Surmpatk on väga mürgine taim. Vanal ajal valmistati sellest mürki, mida anti surmamõistetuile juua; selle järgi on taim nähtavasti ka oma nime-tuse saanud.

Surmpatk on sarikaliste sugukonnast pärit. Kas-



Joon. 20. Surmpatk. (*Conium maculatum* L.)

vab kuivadel kohtadel, harilikult põllupeenrail, kivi-hunnikute, teede ja aedade ääres ja hoonete ligidal.

Surmpatk on õõnes, sile, 1—1½ meetri pikkune taim. Vars on tal ülalt haruline ja pikajooneline, tüve poolt ümmargune, punakas-tõmmutäpiline. Lehed on päältpoolt tumerohelised, altpoolt — valkjad. Õied, mis ilmuvad juuli- või augustikuus, on valged.

Apteekidesse ostetakse taime lehti ja õisi; neist valmistatakse pulbrit, ekstrakti ja tinktuuri, mida krampide korral valu vaigistamiseks ja rahustamiseks sisse antakse. Et taim väga mürgine, siis ei või teda ise mitte tarvitada.

Korjata tuleb lehti ja õisi just õite lahtilöömise eel, kusjuures neid kohe tuleb kuivatada ja plingilt väikestesse pakikestesse siduda.

Jämedaid leherootse ja varsi ei tohi sekka võtta, sest et need on visad kuivama ja hallitama võivad minna.

Et surmputke lehed ja õied on õige mürgised, siis peab hoolega valvama, et neid kuidagi teiste korjatud taimede hulka ei satuks.

Alal hoidma peab lehti ja õisi kuskil hästi kindlas, soovitatav plekkriistas. Üle aasta seisnud kaup tarvitamiseks enam ei kõlba ja seepärast peab korjatud tagavarad kohe turule saadeta. Apteekides, kus ekstrakti valmistatakse, ostetakse ka värsked, kuivatamata taimi.

## Tamm.

(*Quercus pedunculata* Ehrh.)

Kõigile tuntud puu. Arstirohuks tarvitatakse noori lehti, noort koort ja tõrusid.

Tammetõrukohv, mida vahest kakaoga segatakse, on hää abinõu kroonilise kõhulahtioleku vastu laste juures. Tammetõrukohv kaotab kergesti aga söögiisu.

Tammelehist ja -koorest valmistatud kange tee on abinõu tulehaavade, jala-higistamise (jalgu vees hoida), mädapaisete ja haadunud jalgade vastu — pesta teega.

Tammekooretee — 1,5 g koort ühe klaasi

vee kohta — on rahva seas abinõuna kõhutõve, külmanud liikmete (koorevannid), külmatõve, kõhu lahtioleku, läbijooksu ja mõnesuguste nahahaiguste (nagu sammaspoolikud jne.) vastu tuntud.

Ka kasvatavat tammetõrukohv konte.

## Tungaltera.

(*Secale cornutum.*)

Rahva seas on levinud arvamine, nagu kasvaks tungaltera vihma ja niiskuse tagajärjel viljaterast ja nagu oleks see rikkiläinud viljatera. See arvamine on ekslik. Tungaltera ei ole mitte rikkiläinud viljatera, vaid ühe seenekese sünnitus — seen puhkavas olekus. Langeb tungaltera ehk söehammas sügisel maapinnale, siis elab ta rahulikult talve üle ja hakkab kevadel seenidukeksi kasvatama, mis tuule läbi rukkiõitele kantakse. On tungaltera seeniduke rukkiõiele sattunud, siis hävitab ta viimase seemnesõlme ja kasvab ja areneb jälle tungalteraks.

Tungalterad sisaldavad eneses rohkel määral väga mürgiseid olluseid, mis, kui neid viljas rohkesti leidub, niihästi inimestele kui ka loomadele on väga kahjulikud ja kardetavad.

Tungaltera söömise tagajärjeks on enneaegsed sünnitused, veresoonte kokkukiskumine jne.

Apteekides valmistatakse tasta ekstrakti, tinktuuri (*Extractum et Tinctura Secalis cornoti*) ja muid rohte, mida aga nende mürgisuse tõttu ainult arstisediteli järgi võib tarvitada.

Kuid mis tervele inimesele mürk, võib teatud korral haigele olla rohuks. Nii on ka tungaltera. See pärast, põllumehed, katsuge oma viljast tungalterad välja puhastada ja viige nad apteeki, kus nad teilt häämeelega kõrge hinna eest ära ostetakse. Sellega saadate kasu enesele ja tervele inimkonnale.

# Türnpuu.

(*Rhamnus cathartica* L.)

Kasvab põõsana või mittersuure, 1½—4 meetri pikkuse puuna lehtpuumetsades põõsaste vahel. Ok-  
sad on tal tihedad, ristiseisvad, peagu täisnurga all  
paaridena hargnevad, kusjuures hargnev oks hari-  
likult lõpeb terava ja kõva okkaga. Koor on hall  
või punakaspruun. Noored kasvud on õieti pehmed,  
rohutaolised. Lehed on rootsulised, pikergused või  
munajad, äärest saetud ja lõpevad terava tipuga.  
Hääks tunnuseks on ka lehesoonestik, mille pääsoo-  
nest läheb mõlemale poole loogana harilikult ainult  
kolm hargnematut kõrvalsoont.

Õied, mis seisavad noorte kasvude alumiste leh-  
tede kaenlais kaunis pikkade raagude otsas, on kol-  
lakasrohelistel. Türnpuu on kahekojaline taim, mis-  
pärast siis ühe puu küljes ainult tolmukõisi, teise  
küljes emakõisi võime leida.

Valminud marjad on mustad, umbes her-  
nesuurused, mahlakad, rohekaspruuni lihaga, nelja  
kõvakoorelise seemnega.

Õitseb mai- ja juunikuus.

Arstirohuliseks otstarveks tarvita-  
takse türnpuu valminud marju, mis tuleb septembri-  
kuus korjata. Värskest korjatud marjade mahlast,  
mis pannakse pärast väljapressimist väheks ajaks  
käärima, valmistatakse siirupit (*Sirupus Rhamni*  
*catharticae*, teisiti — *Sirupus domesticus* ehk *Sir.*  
*Spinae cervinae*). Marjadest väljapressitud mahl  
on mustjasroheline, vastiku lõhnaga ja kibedamai-  
guline.

Türnpuumarjasiirup teeb kõhu lahti,  
mõjub pikka, kuid kestvalt. Tarvitamisel ol-  
dagu aga mõõdukad, sest et rohke tarvita-

mise korral laste juures sünnitab sooltes valu, millele järgnevad äge kõhu lahtiolek ja oksendamine.

Sageli tarvitatakse türnpuumarjasiirupit teiste sama sihis mõjuvate rohtudega segatult.

Ka valmistatakse türnpuumahlast tumerohelist a k v a r e l l v ä r v i („vert de vessie“), mida kunstnikud maalimisel tarvitavad.

## Harilik varemerohi.

(*Symphytum officinale* L.)

Püsiv taim. Kasvab kraavide, ojade, jõgede ääres ja heinamaal. Juur on tal pikk, poolikujuline, haruline, lihav, päält kuni 2 sm risti mõõtes. Sageli on mitu juurt ühise päa all koos, millest siis ka mitu vart võrsub. Vars on varemerohul tugev, haruline, kuni 1 meeter pikk, kaetud kõvade karvadega. Lehed on tõusevringilised, karekarvased, alt väljapaistva lehesoonestikuga; alumised lehed on suured, munajad või pikergused, õieti lühikeserootsulised. Ülemised lehed, mis järjekorras väiksemaks jäävad, on rootsutud, pikergused. Õied on kas kollakad, valged, lillad või määrdinud punased toruõied, mis koondatud keerisõisikuks.

Vili laguneb valmides neljaks väikeseks mustjaspruuniks, läikivaks munajaks pähkliks.

Õitseb mai keskpaigast kuni septembrikuuni.

Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse varemerohu juurt (*Radix Symphyti*), mis tuleb sügisel maast välja kaevata, puhtaks pesta, pikuti katki lõigata ja kuivatada.

Varemerohu juurtest valmistatud keedis ja siirup on tuntud abinõuna hingamistorude katarril vastu. Ka aitab see kõhu lahtioleku vastu.

## Valge upsujuur.

(*Veratrum album* L.)

Püsiv taim. Kasvab niiskeil heinamail, põõsaste vahel, eriti aga kinnivajunud turbakraavides.

Juurikas on mitmeaastane, tõntsjas, vahest alt otsast isegi jämedam. Väljastpoolt on juurikas mustjaspruun, seest valge, risti läbi mõõtes kuni 3 sm. Juurikast lähevad kõrvaljuured, mis võrdlemisi jämedad ja kuni 30 sm pikad. Õitsema hakkab taim alles 8.—10. aastal. Õievars on kuni 1 meeter pikk, jäme, osalt lehehõlmadega ümber haaratud, osalt vaba; seest on õievars õõnes. Lehed on kuni 15 sm pikad, piibelehe lehtede kujulised. Ülemised lehed jäävad järkjärgult ikka väiksemaks, hõlmad lühemaks, labad lineaalsemaks, seni kuni nad kujunevad õisikus väikesiks lisalehiks.

Õied on kahesugused: tolmukõied ja täisõied. Tolmukõites on sigimik küll olemas, kuid see on välja arenemata. Täisõites on sigimik kolme seemnepesaga. Õied on valged või rohekad, kuuelehelised; tolmukaid samuti 6.

Vili on kolmepesaline, pikergune kupar, mis valminult pruun.

Seemned on pikergused, helepruunid, läikivad ja varustatud tiivakestega.

Valge upsujuure pulbrit, ekstrakti, tinktuuri ja keedist tarvitati vanemal ajal arstiteaduses jooksva ja mõnesuguste närvihaiguste vastu. Nüüd on sellest aga loobutud.

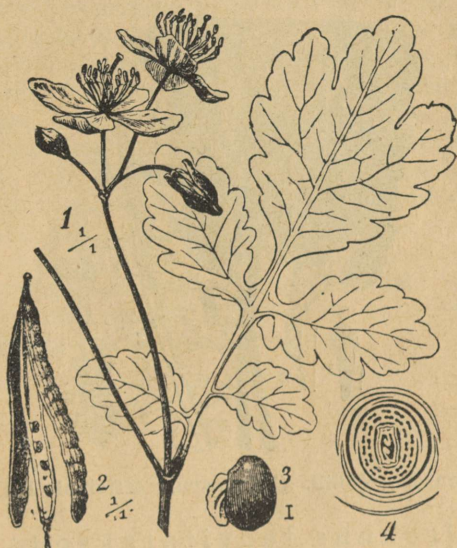
## Verehurmarohi.

(*Chelidonium majus* L.)

Magunaliste sugukonnast päritolev püsivtaim. Armastab rammusat, kobedat maad. Kasvab prügi-

hunnikute ja hoonete ümber, aia ääres ja üldse otsekoheste päikeskiirte eest varjatud kohtades.

**V a r s** — sõlmiline, seest õõnes, püsiv ja üleni kaetud harvade karvadega. **L e h e d** altpoolt küljest taevakarva sinised, päältpoolt — helerohelised.



Joon. 21. Verehurmarohi. (*Chelidonium majus* L.)

Alumised lehed on pikarootsulised, sulgjad, ülēmised — lühikeserootsulised (vahest rootsutud, sügavalt sulglihlised).

Õiekarikas on kaheleheline, kuid pudeneb õie lahtilöömisel. Õied on helekollased, nelja kroonlehelised ja koondatud lihtsarikaks.

Õitseb verehurmarohi maikuust septembrini. Kui taime vart või lehte vigastada, siis ajab ta kollast

piimataolist vedelikku välja. See vedelik, millest ongi taime arstirohuline väärtus tingitud, on mürgine ja sünnitab ihu pääle määrides valu.

Et taime kuivatamisel ligi 80% seda vedelikku kaotaks, siis tarvitatakse taime apteekides ainult värskest, õitsemise ajal korjatuna.



Joon. 22. Võilill. (*Taraxacum officinale* L.)

Arstirohuna tarvitatakse taimest välja pressitud mahla (*Succus recens Chelidonii*; teeb kõhu lahti ja kiirendab neerude tegevust, ekstrakti (*Extractum Chelidonii*) ja piiritustinktuuri (*Tinctura Chelidonii*).

Rahva seas on verehurmarohu piimjas vedelik soolatüügaste ja konna silmade rohuna tuntud.

Kõiki nimetatud preparaate sissevõtmiseks võib tarvitada ainult sellekohase arstisedeli järele, sest taime on mürgine.

# Võilill.

(*Taraxacum officinale* L.)

Kui sagedasti tuleb maal karja juures ummuksis-olekut ette. Selle vastu teatakse ka mõnesuguseid rohte nagu linaseemne vedelikku ja muud, kuid et meile kõigile lapsest saadik tuntud võilille tarvitada, sellele mõttele ei ole tulnud küll vist keegi. Võilill on aga hääks rohuks pikaldase ummuksuse vastu.

Võetagu paar sügisel, septembrikuu lõpul või oktoobrikuus maast väljakaevatud võilille juurt kas toorelt või kuivatatult, lõigatagu õige peeneks ja keedetagu 2 klaasi vee sees hästi ära. Saadud vedelik lastagu ära jahtuda, ja rohi ongi valmis.

Pääle selle valmistatakse apteekides võilille juurtest veel rohtu mõnesuguste nahahaiguste vastu.

Kogutaimest valmistatud tee on rahva seas neerusid puhastava vahendina tuntud.

# Arstiteaduse poolt tunnustatud taimed,

mida ainult aias võib kasvatada.

## Kikkaputk.

(*Angelica Archangelica*, *Angelica officinalis* Hoffm.)

Suur, 1—2 meetri pikkune sarikõieliste sugukonnast päritolev 2-aastane taim. Kasvab metsistunult ainult Lääne-Euroopas niisketel mäekülgedel asuvas metsades. Kuid seda taime võib eduga kasvatada külmade põhjatuulte eest varjatud ja niiske maapinnaga aedades.

Juurikas on kikkaputkel lüheldane, ümmargune, pügalaline, pruun ja kuni 5 sm läbimõõdus jäme.

Juurikast lähevad välja kuni 30 sm pikkused juured, mis päält pruunid, seest valged.

Lehed on kahe- ja kolmekordselt sulgsed; lehelaba ääred saetud. Õied on rohekas-valged, suuriks kogusarikaiks koondatud (kikkaputk on kogusarikaline taim).

Arstirohuna tarvitatakse kikkaputke juurikaid ja juuri (*Radix. Rhizoma Angelicae*), millest apteekides valmistatakse ekstrakti ja tinktuuri.

Ka koduses majapidamises on kikkaputk nõutav. Tema juuri, juurikaid ja lehti tarvitatakse keediste

hulka, kuna suhkrus keedetud juurist ja juurikaist valmistatakse kompekke, mis mõjuvad hästi seedimistegevusele ja on hääks abinõuks seest täisajamise vastu.

Ka keedetakse kikkaputkest keedist. Selleks ots-tarbeks lõigatakse taim ära noorelt, kui ta vast alles 20—25 sm pikkuseks (mai-, juunikuus) on sirgunud, kooritakse ära nahkjas koor, lõigatakse tükeks ja kupatatakse mõni minut keeva vee sees. Pärast kupatamist lastakse keediseks määratud taimeosad hästi nõrguda, keedetakse väikesel tulel suhkruga hästi läbi ja mahutatakse purkidesse.

Keedise keetmise otstarbel on soovitatav kikkaputkepõõsad kevadel enne kasvu algust päält paksu mullakihiga katta. Noored varred ja lehed jäävad mullakihist läbi tungides valgeks, pehmeks ja mahalakaks.

Kikkaputke keedis mõjub hästi, nagu kikkaputke kompekidki, seedimistegevusele.

Aiakultuuri juures valitagu kikkaputke alla hästi sügavalt haritud, üle aasta rammutatud ja paraja niiskusega maatükid. Seemned tuleb sügisel, kohe pärast valmimist maha teha.

Kikkaputke istandust võib aga ka juurte abil suurendada. Kui kesksuvel kikkaputke juurikad maa sees läbi lõigata, siis hakkavad nad hoogsalt punge kasvatama. Sarnased läbilõigatud juurikad kaevatakse sügisel maa seest välja, lõhutakse nii tükkideks, et iga osa külge jääks vähemalt üks pung, ja istutatakse laiali.

Tarvitamiseks kõlbavad kikkaputke juurikad alles teise aasta sügisel. Juurikad loputatakse mullast puhtaks, lõigatakse pikuti lõhki ja kuivatatakse kas vilus, ahju läheduses nõõril või, mis kõige otstarbekohasem, kuivatuskastis, aparaadis.

Kikkaputke seemneist aetakse ka õli.

# Münt.

(Mentha.)

Meie metsades, aasadel ja nurmedel kasvab mitut liiki münte, nagu *Mentha silvestris* (metsmünt), *Mentha arvensis* L. (põldmünt), *Mentha aquatica* L.



Joon. 23. Piparmünt. (*Mentha piperita* L.)

(vesimünt) jt., kuid arstirohulist väärtust neil mingisugust ei ole. Väärtuslikke arstirohulisi münte ei ole üldse metsistunult kasvamas leida, vaid neid tuleb aedades ja põldudel kasvatada.

Arstirohulised mündid, nimelt *Mentha pipe-*

rita L. — piparmünt — ja *Mentha crispa* L. —  
käharmünt — on kultuurtaimed.

Jätaksime arstirohulised mündid metsistunult  
kasvama, siis seguksid nad tolumumise teel hõlpsasti  
mets- ja põldmüntidega ja läheksid alaväärtuslikeks.



Joon. 24. Käharmünt.  
(*Mentha crispa* L.)

Veel enam: isegi kõige paremaid, metsistunult kas-  
vavaist müntidest eemal kasvanud müntide seemneist  
võrsunud taimed on pahatihti alaväärtuslikud ja see-  
pärast ei kasvatata ega laiendata müntide istandust  
peagu kunagi mitte seemnete külvamise, vaid põõ-  
saste jaotamise ja okste istutamise teel.

Arstirohulisi münte, nagu juba mainisin, on ole-

mas kahte liiki: piparmünt (*Mentha piperita* L.), ja käharmünt (*Mentha crispa* L.).

Juurikad on mõlemal liigil valged, harulised. Varred on 60—100 sm pikad. Õied on roosakaslillad huulõied, ringidena varte ülemiste lehtede kaenlaisesse asetatud. Õieringide vahed on õige lühikesed, nii et õisik omab pöördkuju. Lehed piparmündil on ovaalsed, rootsuga, käharmündil aga südajad, käharihambuliste äärtega, kaetud hallikate karvakesiga ja mõhklikud. Lehelaba ääred piparmündil on saagjad (vaata joonis).

Kui arstirohulise mündi lehti vaadata vastu valgust, siis näeme juba hariliku silmaga kollaseid täppe, millega leht üleni üle külvatud. Need on rakkused, mis mündi õliga täidetud ja mille rohkusest just olenebki taime arstirohuline väärtus.

Mündid armastavad rammusat, päikesepaistelise, parasniisket ja üleaasta rammutatud maad. Laiendada istandust võib pistikute teel. Selleks võetakse taimed sügisel maast ühes juurikatega üles, istutatakse kastidesse ja asetatakse talveks jahedasse keldrisse. Kevadel (nii märtsikuus) viiakse taimed kastidega kas triiphoonesse või raamlavadesse klaaside alla, kus nad jõudsasti hakkavad kasvama. On noored võrsed 7—10 sm pikkused, siis lõigatakse nende küljest oksad ja asetatakse poolsooja lavasse kerge liivaka mulla sisse, igale oksale viis sentimeetrit vahet jättes. Esimestel päevadel tuleb lava päikeskiirte ja heleda valguse eest hoida. Täidetakse see korralikult ja hoitakse lavad parajad niisked, siis juurduvad oksad juba nädala kestes ja noored taimed hakkavad kasvama. Nüüd tuleb lavadele ka aegamööda rohkem valgust hakata andma.

Need taimed, millelt oksad lõigati, hakkavad uuesti võrsuda ja ajavad veel rohkem oksa, mis jällegi ära lõigatakse ja kasvama pannakse. Ja nii mitu

korda. Isegi esimestelt noortelt taimedelt võib omakorda oksid lõigata ja maha panna. Nõnda võib mõnest taimest üheainsa aasta jooksul tuhandeid taimi saada.

On istandus juba küllalt suur, siis on otstarbekohasem ja hõlpsam uusi taimi põõsaste jaotamise teel soetada.

Ühele kohale võib münste 3—4 aastaks jätta. Pärast seda tuleb aga istandus tingimata uuele kohale ümber istutada.

Juurikate istutamisel tuleb ridadele vähemalt 30—35 sentimeetrit vahet jätta.

Et mündid käredat talvekülma kardavad, siis tuleb istandus sügiseti kas hagudega või puulehiga mõne tolli paksuselt kinni katta.

Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse mündi lehti, millest mündiõli aetakse. Massilise kultuuri juures oleks lehtede korjamine taimilt väga tülikas ja seepärast lõigatakse taimed õitsemise ajal sirpidega ära, köidetakse kimbukesiks ja pannakse vilusse nõorele paariviisi kokkuseotult kuivama.

On kimbukesed kuivad, siis võetakse nad nõorelt maha ja laotakse kuiva ruumi hunnikusse, kuhu nad jäävad müügile saatmiseni.

Kuivatamisel kui ka kuivanud taimede mahavõtmisel, hunnikuisse ladumisel ja pakkimisel tuleb ettevaatlikult toimida, nii et lehti taimil mitte ei vigastataks ega katki rõhutaks, mis õlisaaki vähendaks (mündiõli — oleum methae crispae, menthae piperitae — on kergesti haihtuv!).

Mündi tähtsus arstiteaduses on väga suur.

M ü n d i t e e — 4—5 g  $\frac{1}{4}$  liitri vee kohta, hommikul ja õhtul 1 tass — on abinõu altkehavalude, erguvalude, ägeda päävalu, puhutuste ja krampide vastu.

M ü n d i t e e ä ä d i k a g a on mõjuv rohi vere-

oksendamise vastu, võtta aegajalt 1—2 supilusikatait.

M ü n d i õ l i, 10—15 tilka suhkru või klaasi veega võtta — on abinõu kõrvavalu, oksendamise ja ühekülgse päeavalu vastu.

## Salvei.

(*Salvia officinalis* L.)

Salvei on küll lõunamaade taim, kuid teda võib ka meie kliimas aias kasvatada. Armastab kuiva, kerget, kuid rammusat, lubjaolluste poolest rikast maad ja võimalikult rohkem päikespaistet. Kasvab 25—50 sm kõrguseks. Lehed on tal pikergused, pisut kärbitud ja nagu varredki viltjad, hallide karvkestega kaetud. Noored lehed on valkjad. Õied on huulõied, lillad. (Salvei kuulub huulõieliste sugukonda.)

Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse taime kuivatatud lehti, mis õitsemissajal tuleb korjata. Kuivatatud lehed on häälohnlised ja kibedamaigulised.

Salveitee on kui desinfitseeriv abinõu kurgu limanaha paistetuse, kurgust kinnioleku ja kahepoolsete vastu. Iseäranis mõjuv on järgmiselt valmistatud rohi: Võtta kanget salveiteed, sinna juurde lisada niipalju mett, et vedelik muutuks pisut venivaks, valatagu siis veel niipalju äädikat hulka, et segu läheb hapukaks; iga kahe tunni takka kuristada.

## Seebilill.

(*Saponaria officinalis* L.)

J u u r i k a s silindriline, haruline, roomav. V a r s püstine, vähe kare, ülevalt lihtne või vähe oksine. Lehed on pikergused, teritunud, kolme rooga. Õied,

mis varre otsas kimpudena, on valged või roosakad, lõhnavad, löövad lahti õhtul. Vili on kupar, ühepesaline ja pakatab neljahambulisenä. Kasvab aedades.

Seebilill vajab kohedat, väetatud maad. Külvata seemned sügisel. Kuid seebilille istandust võib laiendada ka juurikate tükeks jaotamise teel, mis vaku asetatakse. Hää maa juures võib juba esimese aasta sügisel küllalt arenenud juurikaid anda.

Juurikad kaevatakse maast välja sügisel, loputatakse puhtaks ja kuivatatakse; peened kõrvaljuured on üheväärsed jämedatega.

Seebilillejuurte (*Radix Saponariae*) ehk seebiljuurte järele on nõudmine suur.

Et see taim meil aga väga hästi kasvab, siis on otse hoolimatus, et seni meil ainult välismaalt sisseveetud seebilillejuuri on tarvitatud.

# Taimed,

mis küll arstiteaduse poolt pole tunnustatud,  
kuid mis rahva seas on tarvitusel.

## Hapuoblikas.

(*Rumex Acetosa* L.)

Hapuoblikas on kõigile hästi tuntud.

Mitmeaastane, tatraliste sugukonnast päritolev taim. Ta kasvab aiakultuuri juures igasuguse maa pääl, kuid parimat saaki annab siiski niiske mustamullamaa pääl.

Laiendada võib istandust kas põõsaste jaotamise või külvamise teel. Istutada tuleb kas vara kevadel või sügisel augustikuus, kuna seemned kevadel varakult otse peenrale külvatakse.

On taimed üles tõusnud, siis peab harvendamise ette võtma. Et hapuoblikad väga hästi istutada kannatavad, siis ei tarvitse harvendamisel ülesvõetud taimi kõrvale heita, vaid nad tuleks selleks otstarbeks jäetud peenraile istutada.

Hoolitsemine taimede kasvamise ajal on harilik ja seisab ainult umbrohu hävitamises; ka tuleb kõik õievarred aegsasti ära murda, sest et nende allesjätmine mõjuks halvasti lehtede kasvule.

Kasutada võib hapuoblika istandust 3—4 aastat, kusjuures peenrad sügiseti seevõrra, kuivõrra tai-

mede juured maast välja kerkinud, mullaga tuleb katta.

Hapuoblika lehtedest valmistatakse maitsvat rohelist suppi, kuna peenekstõugatud juured — noaotsatäis korruga võttes — teevad kõhu lahti.

## Heinputk.

(*Angelica Silvestris* L.)

1—2 meetri pikkune kaheaastane, kogusarikaliste sugukonnast päritolev taim. Kasvab niisketel heinamaadel. Esimesel aastal võrsub seemnest ainult mõni maapäälne leht, kuna õied ilmuvad alles järgmisel aastal. Laialdaselt tuntud taim.

Kasvatada võib heinputke samuti, kui eespool nimetatud kikkaputke (*Angelica Archangelica* L. ehk *Archangelica officinalis* Hoffm.).

Arstirohuks loomade juures tarvatakse heinputke juurikaid ja seemneid (*Radix et Semen Angelicae silvestris*). Neist valmistatud keedis on hääks abinõuks puhutuse vastu.

Heinputketee on krampe vaigistav abinõu, rohi jooksva ja nahahaiguste vastu (pesemise vee hulka kanget teed lisada), kaotab gaasid sooltest, parandab kõhuvalu ja on rohuks kopsu limanemishaiguse vastu.

Heinputketee kange koirohu- või tammekooreteega segatult kergendab kõhuvähjatõbe.

## Hüirekõrv.

(*Capsella Bursa pastoris* Mnch.)

Hüirekõrv on väga levinud umbrohi. Ta on üheaastane taim, ristõieliste sugukonnast pärit, kuni 40 sm pikk. Alumised lehed, mis maapinnal

varre alul kimbukeseks, kodarikuks koondatud, on tal rootsuga, harilikult sulgjaolised; varrel seisvad lehed on aga rootsutud ja, pääle juh-



Joon. 25. Hiirekõrv.  
(*Capsella Bursa pastoris* Mnch.)

liku erandi, terveservalised. Õied on õige väikesed, valged; kõdrake kolmnurkne äraspidi-südajas. Õitseb kogu suve.

Arstirohuna tarvitatakse kogutaimet (Herba Bursae pastoris), mis tuleb õitsemise ajal korjata ja kuivatada.

Hiirekõrvatee on abinõu lahtiste haavade (pesta kange teega ja niisked teelapid päale panna), kopsu verejooksu (3 korda päevas 1 supilusikatäis), kõhuvalu, kollatõve, nina verejooksu (külmad kange tee lapid), põiehaiguse (12 g kuivatatud taime ühe liitri vee kohta, 3 korda päevas 1 klaas) ja põiekivide (6 g kuiva taime  $\frac{1}{4}$  liitri vee kohta, 3 korda päevas 1 klaas), vastu.

Hiirekõrvatee vaigistab kuupuhastust.



Joon. 26. Kail. (*Ledum palustre* L.)

## Kailud.

(*Ledum palustre* L.)

Kailud ehk sookailud on kanarbikuliste sugukonnast pärit. Areneb 60—130 sm kõrguseks põõsaks, mis alati seisab roheline. Lehed on tal lineaalsed,

nahksed, allapoole käärdunud äärtega; lehtede alumised küljed on kõrvenud, roostepunased, viltjad.

Õied on valged (harva roosa-punased) ja seisavad varte ladvus sarikatena. Õiekroonlehti on viis, tolmukaid 10. Vili on kuprakujuline paunake. Kailud kasvavad kõrgeis turvapõhjaga rabus ja sois.

Kailud on rahva seas rohuna koide, kirpude ja jooksvahaiguse vastu (võtta kailude vanna) tuntud.

Korjata tuleb kailudel kogu maapäälset osa — varsi, õisi, lehti (Herba, Folia palustris, — Rosmarini silvestris) — suvel taime õitsemise ajal.

## Kask.

(Betula alba L.)

Kevadel korjatud pakatavaist kaselehepungist valmistatud tee või piiritustinktuur on hääks rohuks kõhukrampide ja jooksvahaiguse vastu ja on tuntud hää haavarohuna.

Kange kaselehetee kiirendab neerude tegevust, kuna kasekoortest valmistatud tee on rahva arvamise järgi rohuks külmatõve vastu.

Kasemahlagaga pääpesemine paneb juuksed kasvama ja kaotab pääkärnad; ka on kasemahl hääks rohuks mõnesuguste nahahaiguste vastu.

## Kibuvits.

(Rosa canina L.)

Kõigile tuntud, kõva, teravate, alt jämedamate, sirbikujuliste okkaiga varustatud roosõieliste sugukonnast päritolev põõsastaim. Lehed on tal paari-

tud kogulehed; lehekesi, mis pikergused või munajad, on igal lehel 5; lehekeste ääred on teravalt saetud.

Õiekarika lehed on sulglõikelised; õied — roosad, harva valged. Õitseb mai lõpul ja juunis. Kasvab metsades kõrge maa pääl, põõsaste vahel, eriti raiestikkudel.

Arstirohuna tarvitatakse õisi ja marju. Marju tuleb korjata oktoobrikuus.

Kibuvitsa- ja koirohutinktuur — 25—30 tilka, 2 korda päevas — mõjub kosutavalt, kui inimene kõhuhaiguse tagajärjel kõhnaks on jäänud.

Kibuvitsamahla ja -seemne tee — 1 supil. 1 tassi vee kohta — on rahva seas tuntud rohuna neeruhaiguste ja põiekivide vastu.

## Kirburohi.

(*Polygonum Persicaria* L.)

Üheaastane, 30—100 sm pikkune, tatraliste sugukonnast päritolev taim. Kasvab sopaseil kohil ja on tuntud umbrohuna harvaks jäänud viljas, kartulis, hernes, oas, kapsapeenrail jne.

Varred on tal ümmargused, siledad, sõlmilised, seest õõnsad; sõimekohad on varrest märksa jämedamad.

Lehed on pikad, rootsuga ja seisavad üksikult sõlmede kohal varsil. Leherootsud lõpevad sitkete, alati limaste nahkjate hõlmadega (lisalehekesiga), mis haaravad varre ümber.

Õied on väikesed, rohekas-roosakad ja seisavad varsil tihedaks päaks koondatult.

Arstirohuna tarvitatakse kogutaime, mis õitsemise ajal tuleb korjata ja kuivatada.

Kirburohukeedis on rahva seas tuntud

hää rohuna kuse kinnioleku vastu. Samaks otstarbeks  
tarvitati seda taime ennemal ajal ka arstiteaduses.

Kirburohutee, iga poole tunni takka 1 supi-  
lusikatäis võttes, parandab kõhupaised, kergendab



Joon. 27. Kirburohi — 1.  
Mõru kirburohi ehk vesipipar — 2.

kõhuvähjatõve ja mõjub parandavalt kõhupõletikule.

Kirburohumahl on hää rohi mädanevate  
haavade vastu, kuna lõmaks litsutud taim  
parandab ruttu haudunud jalad.

# Kurgirohi.

(*Borrago officinalis* L.)

Kurgirohi on meil aiakultuuri juures värske kurgi lõhnaga salatina tuntud.

Varred on kuni 50 sm pikad. Alumised lehed on pika rootsuga, pikergused, ülemised — peagu rootsutud, pikergused.



Joon. 28. Kurgirohi.  
(*Borrago officinalis* L.)

Õied on viielehelised, harilikult taevakarva sinised, harva valged. Kogu taim on kaetud karedate karvadega. (Kurgirohi on kareleheliste sugukonnast pärit.)

Kurgirohi tarvitab hästi haritud maad. Külvata tuleb kevadel otse peenrale. Hoolitsemine harilik. Harvendamine tingimata tarvilik. Üheaastane taim.

Arstirohuna tarvitatakse taime lehti ja õisi (Her-

ba et flores Boraginis). Kurgirohutee on tuntud abinõuna kuse kinnioleku vastu. Värskeist õitsemise ajal korjatud lehist valmistatakse apteeges ekstrakti.

## Kolmisruse.

(*Bidens tripartita* L.)



Joon. 29. Kolmisruse.  
(*Bidens tripartita* L.)

Üheaastane korvõieliste sugukonnast päritolev taim. Kasvab niiskeil, soisil kohtadel, linaligude ja kraavide kaldail. V a r r e d on tal püsivad, harulised ja 15—100 sm pikad. L e h e d tumerohelised, 3—5-jaolised, lühikeste rootsudega.

Õied on kollased või pruunikaskollased putkõied ja seisavad korvikuina taime varte ladvul. Seemned on varustatud kahe kõvahambulise harjasega, mille abil nad hõlpsasti looma karvade, inimeste riiete jne. külge endid haagivad. (Tähtis abinõu seemnete levitamiseks.)

Arstirohuna tarvitatakse taime õitsvaid latvu ja õitsemise ajal korjatud lehti (Herba Bidentis tripartiti). Kolmisruskmetee on rahva seas tuntud abinõuna kahvatuse ja nõrgaveresuse vastu laste juures. Ka tarvitavad seda aptegid.

## Kukerpuu.

(*Berberis vulgaris* L.)

Väike, 2—3 meetri kõrgune põõsaspuu. Kasvab metsas raiestikel, põõsaste vahel ja ilupõõsana aias. Oksad on tal nõeltevate kolmikokkaiga va-



Joon. 30. Kukerpuu.  
(*Berberis vulgaris* L.)

rustatud. Lehed on kimbuna, äraspidimunajad, teravahambulised. Õied on kuld kollased ja allapoole rippuvaiks salguks koondatud. Õitseb suve alul.

Kukerpuu marjad on pikergused, veripunased.

Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse juuri, koort, noori lehti, õisi ja marju.

Kukerpuu marjadest keedetakse ka keedist.

Kukerpuu juure tee — 12 g poole liitri vee kohta võttes — on abinõuks ummuksuse, neeruhaiguse ja kollatõve vastu.

Kukerpuu tee üldse virgutab neere kiiremale tegevusele ja parandab hambaigemed, kui need on lahti ja valusad (teega loputada!).

## Merisalat.

(*Cochlearia officinalis* L.)

Ristõieliste sugukonnast päritolev kaheaastane taim. Kasvab niiskel kohal, eriti mere kaldail, mille järele ta nähtavasti ka oma nimetuse on saanud.

Alumised lehed on tal pika rootsuga, laiad, munajad, alumises osas vähe südajad; ülemised, varsil seisvad, rootsutud varreümbrised.

Varred on 20—35 sm pikad, püstised või tõusvad. Õied on väikesed, valged ja seisavad salkadena. Vili on ümmargune kaunake; kaunakese seinad väljaspoolt on võrgukujulised.

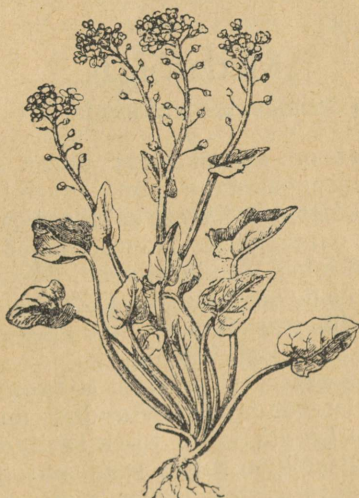
Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse kogutaime, nii toorelt kui ka kuivatatult. Koguda tuleb taime õitsemise eel. Kasvatada võib merisalatit aias; nõuab sagedat kastmist. Külvata tuleb seemned sügisel, augustikuus; külvata ritta.

Merisalati tee ja keedis on tuntud pääle määrides abinõuna umbsete valude ja jooksvahaiguse vastu.

# Mesikas kollane.

(*Melilotus officinalis* Desr.)

Kollane mesikas on kaunviljaliste (liblikõieliste) sugukonnast pärit. Varred on sirged, 50—100 sm pikad. Kaheaastane taim.



Joon. 31. Merisalat.  
(*Cochlearia officinalis* L.)

Õied on mesikal pöörisõisikuks koondatud, ripuvad. Lehed on pisut pikergused või pirnikujulised (õigem äraspidi-munajad), saetud äärtega kolmiklehed. Abilehed terveservased. Kaunad siledad, tõmbid, ogaotsaga, valminult kollakaspruunid.

Kasvab mahajäetud kohtadel, teede ja kraavide äärtel ja lepavõsastikes. Võib hää eduga põllul kasvatada. On ühtlasi ka meetaim.

Arstirohuliseks otstarbeks korjatakse taime õitsvaid latvu (*Herba s. Summitates Meliloti*), kusjuures kuivatamisel varreosad tuleb kõrvaldada.

Kuivatatult omab taim hää värskeheina lõhna ja kibesoolaka libeda maitse.

Mesikas sisaldab mitmesuguseid happeid. Ta s valmistatakse plaastrit paisete pääle.

## Mädarõigas.

(*Cochlearia armoracia* L.)

Mädarõigas on merisalatiga ühest sugukonnast pärit. Ta on mitmeaastane taim. Juurmised lehed on tal suured, pikergused, äärest sakilised ja pikarootsulised; allpool varte küljes seisvad lehed on hambulised, ülemised lehed — pikergused, lineaalsed, terveäärelised. Õied on valged; kõdrake peagu ümargune ja üheruumiline. Juured on suured, mahlakad, 1—3 sm risti läbilõikes.

Mädarõigas armastab niisket ja rammusat maad. Kasvatada ja laiendada võib istandust juurikate abil, mis sügisel või kevadel vara tuleb istutada.

Mädarõikakeedis on rahva seas tuntud kui abinõu luuvalu ja jooksvahaiguse vastu (pääle määrada).

## Mõru kirburohi ehk mõruhein.

(*Polygonum Hydropiper* L.)

Mõru kirburohi on eespool kirjeldatud hariliku kirburohuga (*Polygonum persicaria* L.) ühest sugukonnast pärit ja läheb temast ainult selles lahku, et ta kasvab niiskes kohas kraavide ja jõgede kaldail ja et ta õied, nagu harilikul kirburohul, mitte tihe-daiks päiks pole koondatud, vaid taime harude ladvul

hõredais allapoole rippuvais salgus seisavad. Ka on kogutaim kange pipramaiguga.

Kultiveerida tuleb mõru kirburohtu vesisel, soisel maatükil. Et ta on üheaastane taim ja isekülvamise teel väga hästi võib edeneda, siis tarvitseb igal aastal ainult osa taimi seemneks kasvama jätta.

Mõru kirburohi (*Herba Persicariae urentis* seu *Hydropiperis*), mida tuleb õitsemise ajal korjata ja vilus kuivatada, on keedise na rahva seas tuntud kui hää abinõu igasuguste sise-miste verejooksude vastu. Ka olevat, nagu mõned kinnitavad, selle taime juure tee hääks abinõuks külma värinate vastu.

## Naistepuna ehk viinalill harilik.

(*Hypericum perforatum* L.)

Naistepunasid ehk viinalilli on mitut liiki olemas. Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse aga ainult ühte neist, mille ladinakeelne nimetus on *Hypericum perforatum* L. ja mida eesti keeles nimetatakse harilikuks naistepunaks.

Naistepuna on kõva, puiste juurtega taim. Ta kasvab kõrgeil aruheinamail, metsatukkade ääres, mägedel, kraavide kaldail jne. Lehed on tal ovaalsed, läbipaistev-täpilised. Varrad on sirged, kuni poole meetri kõrgused, ülemises osas harulised. Õied on kuldkollased, mustatäpilised. Õitseb juunikuust septembrini.

Arstirohuna tarvitatakse taime õitsvaid latvu ühes lehtedega (*Herba Hyperici*), millest pääle teeks tarvitamise ka õli (*Oleum Hyperici*) aetakse.

Naistepunatee (24 g 1 liitri vee kohta, 1—2 tassi päevas lonksuviisi võtta) on rahva seas tuntud abinõuna neeruhaiguse, verekusumise, allakusumise, ägeda päävalu ja läbijooksu vastu.

N a i s t e p u n a õ l i on rohuks nikastuse (sisse hõõruda), jooksvahaiguse tagajärjel tekkinud paistetuse (sisse hõõruda), tulehaavade ja põletamise tagajärjel tekkinud rakkude (pääle määrida) vastu.

## Nurmenukk ehk kikkapüks.

(*Primula officinalis* Jacg.)

Esikute sugukonnast pärit. Mitmeaastane taim. Kasvab kuivemal heinamail, mägedel, metsades jne.

Lehed on juurmised, kimbukeseks koondatud, terved (nagu jaanikannil ehk pääsusilmal ja teistelgi taimil esikute sugukonnast), kortsus pinnaga, alt-poolt küljest villased; lehelaba ääred on kärbitud, leherootsud hõlmalised. Õied, mis 15—20 sm pikkuse õierao otsa lihtsarikaks koondatud, on rebukollased, hästi lõhnavad. Õieputke alusel on 5 ruuget täppi. Arstirohuks tarvitatakse kogu taime, mis õitsemise ajal tuleb korjata ja vilus kuivatada.

Nurmenukutee — 12 g 1 liitri vee kohta, iga päev 1 tass juua — on rahva seas tuntud abinõuna köha ja teiste rinnahaiguste, närvivalu ja pääpöörituse vastu, samuti ka neerusid puhastava vahendina.

## Nõmmeliivatee.

(*Thymus serpyllum* L.)

Nõmmeliivatee on väike roomav põõsastaim. Ta kasvab liivaseil künkail, nõmme nõlvakuil, kõrgeil liuhka kaldail jne. Lehed on tal väikesed, kuni 15 mm pikad, terveservased, lühikeserootsulised, vastaspäarena varsil seisvad ja alumises osas koredade karvadega kaetud. Õied on kas kahvatupurpurilised või

roosakaslillad huulõied ja seisavad varte otsas ülemiste lehtede kaenlais.

Korjata tuleb kogu taime maapäälset osa (Herba



Joon. 32. Nurmenukk. (*Primula officinalis* Jacq.)

Thymi), mis vilus tuleb kuivatada. Kuivatatud nõmmeliivatee taimist aetakse pääle hariliku teeks tarvitamise veel ka nõndanimetatud tüümianiõli (*Oleum Thymi*).

Nõmmeliivatee-tee on rahvas seas tuntud abinõu läkatuskõha vastu ja ka krampliku kuuhaiguse ja altkeha krampide vastu.

Kange tee lapid on ka päävalu vastu.

## Ohulill.

(*Gratiola officinalis* L.)

Ohulill on mailaseliste sugukonnast pärit, mitmeaastane taim. Kasvab niiskel heinamaal, ojade, jõgede ja kraavide ääres jne. Kasvab kuni 30 sm pikaks.

Juurikas on roomav, ja et see kujutab endast maapäälse varre jätku, siis on ta sõlmiline nagu varski.

Vars on sirge, lehed seisavad vastaspaaridena ja on rootsunud. Alumised lehed on nürid ja peagu teravaservalised, ülemised aga saagjad. Äärmised õied on üksikud, lehe süles seisvad ja kaunis pika-varrelised. Õiekarikas on viieleheline, õie kroonlehed on torru kasvanud, alumises osas kollakad, ülemises osas aga valged.

Arstirohuna tarvitatakse kogu taime (*Herba, Radix Gratiolae*), mis õitsemise ajal tuleb korjata ja kiirelt kuivatada.

Ohulilletee ja -keedis on rahvas seas kui abinõu kõhu kinnioleku vastu tuntud; ohulilletee ja -keedis virgutavad ühtlasi ka neere kiiremale tegevusele.

## Orashein.

(*Triticum repens* L.)

Orashein on tuntud kõige harilikuma umbrohuna põldudel. Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse orasheina kõrvaljuurtest ja mullast puhastatud juuri-

kaid (vinde), mis kevadel aprillikuu lõpul tuleb korjata ja kuivatada.

Orasheina juurikad sisaldavad eneses iseseletsi suhkrullust ja ollust tritsitiini (3%).



Joon. 33. Ohulill.  
(*Gratiola officinalis* L.)

Kõrgel, liivasel kohal kasvanud taime juurikad loetakse madala maa pääl kasvanud taimede juurikaist paremaks.

Orasheina juuretee on higistama ajava ja neerusid kiiremale tegevusele virgutava abinõuna tuntud.

# Paiseleht.

(*Tussilago farfara* L.)

Paiseleht on tuntud umbrohuna savisel põllul. Lehed on tal suured, südajad; lehelaba on päält tumeroheline, alt hall, viltjas. Õied on kollased või punakaskollased ja korvikuks koondatud.



Joon. 34. Paiseleht.  
(*Tussilago farfara* L.)

Arstirohuks tarvitatakse taime õisi (*Flores Farfarae*) kuivatatult.

Paiselehe värsked lehed on hää abinõu haadunud kehaosade, põletikuliste paisete ja roosi vastu; lehed tuleb pisut mahlale kloppida ja siis haigele kohale pääle panna.

Paiselehetee, 4—6 g tassi vee kohta, pulber (1 kuni 2 nootsatit päevas) ja mahl mee või piimaga on kopsu puhastavad abinõud ja seepärast kopsuhaigeile (hingeldamine, tiisikus jne.) soovitatav tarvitada.

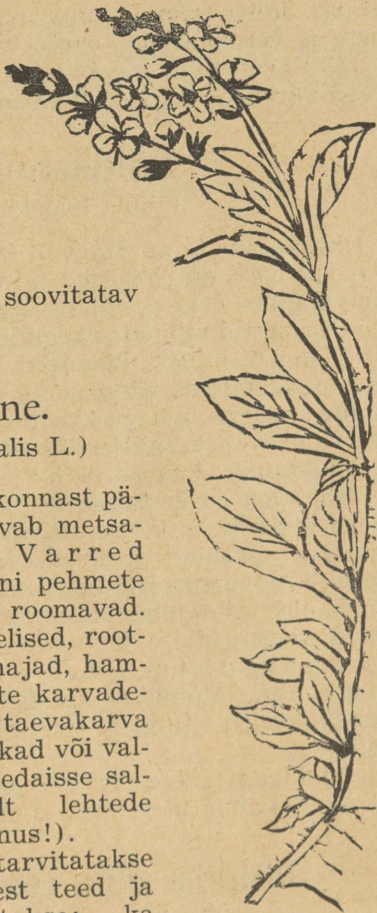
## Pärismailane.

(*Veronica officinalis* L.)

Mailaseliste sugukonnast päritolev taim. Ta kasvab metsades põõsaste vahel. Varred on tal harulised, üleni pehmete karvadega kaetud, roomavad. Lehed on lühivarrelised, rootsulised, äraspidi-munajad, hambulised ja villpehmete karvadega kaetud. Õied on taevakarvasinised (harva roosakad või valged) ja seisavad tihedaisse salkakadesse koondatult lehtede kaenlais (tähtis tunnus!).

Arstirohuks tarvitatakse õitsvaid taimi, millest teed ja tinktuuri valmistatakse; kahl on tarvitatav.

Pärismailasetee on rahva seas abinõuna astma (hingeldustõve), lahtiste haavade (pesta kange teega ja tinktuuri lapid pääle panna), kopsu-



Joon. 35. Pärismailane. (*Veronica officinalis* L.)

katarril, köha, lämmastuse, nahahaiguste, rinnahai-  
guste ja verekusumise vastu tuntud.

Päris mailase tinktuuri lapid parandavad värsked, lahtised haavad.

## Põldkannike.

(*Viola tricolor* L.)

Üheaastane taim. Kasvab 10—15 sm pikaks. Õie-  
tupelised on rohelised ja moodustavad allapoole  
rippuva niba. Õied, mis üksikult lehekaenlaises ase-  
tatud, seisavad pikkade raagude otsas. Õiekroon-  
lehti on 5, millest ülemised lillakad, küljepäälsed,  
mis on ülemisest väiksemad, enam valkjamad, ja  
alumine, suurim, nibaga kroonleht, kollane, lillajoone-  
line; vahest on ka küljepäälsed kroonlehed kollakad.

Põldkannike kasvab põllul, mägede külgedel jne.

Tahetakse seda taime kultiveerida, siis valitagu  
selleks otstarbeks kerge, liivaka mullaga ja hästi  
väetatud maatükid. Külvata tuleb kas kevadel või  
sügisel, kuid sügiskülvi tuleb siiski paremaks lugeda,  
sest et siis taim juba juunikuus hakkab õitsema ja  
taimed kasvavad ise ka suuremad ja mahlakamad.

Arstirohuna tarvitatakse kogu  
taime, ilma alumiste jämedate varte ja juurteta.  
Korjata tuleb taime õitsemisajal; kuivatamine  
harilik.

Põldkannikesetee on kosutava joogina  
nõrkadele, kahvatutele lastele soovitatav.

## Põldosi ehk põldkuusk.

(*Equisetum arvense* L.)

Põldosi ehk põldkuusk on tuntud kõigile.

Arstirohuliseks otstarbeks korjatakse taime maa-  
päälsel osa (*Herba Equiseti arvenses*).

Korjata tuleb juulikuus.

Põldosjatee ja -vannid on abinõuna jooksvahaiguse vastu tuntud. Ka kiirendab põldosjatee neerude tegevust.

## Raudrohi ehk verihein.

(*Achillea millefolium* L.)

Korvõieliste sugukonnast päritolev kaheaastane taim. Kasvab väljavahepeenrail, tee- ja kraavide kaldail, aedade ääres ja hoonete ümber. Esimesel aastal võrsub seemneist ainult kimbuke lehti. Õitseb teisel aastal juuli- ja augustikuus. Õied on valkjaspunased või valged ja seisavad 25—40 sm pikkuste püstiseisvate õieraagude otsas salgas.

Arstirohuks tarvitatakse raudrohu õisi, õitsemise ajal korjatud lehti ja kogutaime (*Flores et Folia Millefolii*).

Kõrgel maal ja päikese käes kasvanud taimed on niiske maa pääl ja vilus kasvanud taimist paremad.

Raudrohutee on abinõuna altkehavealude, hüsteeria, kõhukrampide, kõha, krampliku kuuhaiguse (raudrohutee, 3 tassi päevas, hõlbustab üldse kuuhaigust), kuuma paistetuse (tee lapid pääle!) ja päävalu vastu, ja on verd puhastava ja kosutava vahendina kõigile, eriti verevaeseile, soovitatav juua.

Raudrohutee mõjub hästi ühtlasi ka maksa tegevusele.

## Soolikarohi ehk reinvars.

(*Tanacetum vulgare* L.)

Mitmeaastane, kange lõhnaga taim. Varrad on 60—100 sm pikad. Lehed suured, pikergused, kahelisulglohised, lehelaba osad on pikergused, ham-

bulised. Õied on kuldkollased, korvikuks koondatud putkõied. Korvikud asetsevad õieraagude otsas, sünnitades tasase kilbi.

Kasvab põldudel, kivihunnikute ja võsastikkude ääres, põllupeenrail jne.



Joon. 36. Soolikarohi ehk reinvars.  
(*Tanacetum vulgare* L.)

Arstirohuna tarvitatakse õitsemise ajal korjatud lehti, õisi ja seemneid (Herba, Flores, Semen *Tanaceti*).

Soolikarohutee, 3—4 g 1 liitri vee kohta, mitte enam, mõjub hästi krampide ja kõhuusside vastu. Veel paremini teest mõjub kõhuusside vastu soolikarohu õie pulber, mida lastele nende vana-

dust arvesse võttes, 1—5 g mee või toiduga sisse antakse.

Soolikarohutee on ühtlasi neerude tegevust takistav rohi ja seepärast tuleb tarvitamisel olla mõõdukas.

## Takjas.

(Lappa Lmk.)

Meil kasvab kolme seltsi takjaid, nimelt suur takjas (Lappa tomentosa Lmk. ehk Arctium Lappa L.) villtakjas (Arctium tomentosum Schrn.) ja väike takjas (Arctium minor DC). Esimene neist on suur, 1—1½ meetri kõrgune haruline taim. Lehed on tal suured, südajad; lehelaba on päältpoolt tumeroheline, altpoolt valkjaskollane. Õied on purpurilised, kaunis suuriks (3—3½ sm risti läbi mõõtes) korvikuiks koondatud. Korvikulehesed on hambulised, haagilised, mistõttu korvikud jäävad hõlpsasti riiete ja loomade külge (tähtis abinõu seemnete levitamiseks!). Õitseb suvel.

Villtakjas eraldub suurest takjast, nagu nimetus juba aimata laseb, sellega, et ta korvikud on kaetud pehme karvaga, villvõrguga.

Väikese takja õiskorvikud on ka pisut villased, suure takja korvikuist tunduvalt väiksemad ja seisavad varsil salgana.

Kõik nimetatud takjad on kaheaastased taimed. Nad kasvavad rammusal ja kobeda mullaga maal, aia ja prügihunnikute ääres. Arstirohuna tarvitatakse nende juuri (Radix Bardanae), mida sügisel, õienuppude ilmumisel, millal juur kõige mahlakam, tuleb korjata. Õitsenud taime juured on alaväärtuslikud. Kuivatada tuleb juuri tervelt.

Takja juurtest valmistatud tee puhastab verd, ja et ta ajab higistama, siis on soovitatav seda ka külmetuskorral juua; kiirendab neerude

tegevust ja on rohuks pääkõõma ja sammaspoolikute vastu, kaotab paised kõhust — hommikul ja õhtul juua —, aitab põletiku paranemisele kaasa (2 korda päevas 3 supil.-täit ilma suhkruta), mõjub parandavalt jooksvahaigusele ja on juukseid kasvatava abinõuna tuntud.

Kange takjatee parandab rakud suus ja kurgus (kuristada!), parandab kurjad paised (niisked lapid pääle!) ja mädanevad haavad (niisked lapid pääle!).

Takja seemneist valmistatud tee on hääks abinõuks halva seedimise tagajärjel tekkinud päävalu vastu.

## Tedremaran.

(Potentilla Tormentilla Neck.)

Tedremaran on kõige harilikuma taimena meie maal tuntud. Ta kasvab heinamaal põõsaste vahel, metsatukkade ääres jne. Iseäranis hästi kasvab ta aga kõrgeil mullarikkail soomail.

Roosõieliste sugukonnast päritolev mitmeaastane taim. Juurikas on tal jäme, puine, südamest punakas ja lõppotsast kõdunev. Varred on kuni 40 sm pikad. Lehed — kolme- või viiejaolised sõrmlhed, alumised rootsudega, ülemised, varsil seisavad — rootsudeta. Õied on kollased, neljalehelised ja seisavad pikkade rootsude otsas. Õitseb terve suve.

Arstirohuks tarvitatakse tedremarana juurikaid, millest valmistatud pulber, tinktuur ja viin on hääks rohuks kõhu lahtioleku ja pasatõve vastu.

Tedremarana juurikaist valmistatakse ka veel hambapulbrit, kuna piiritustinktuur on hääks haavarohuks.

# Teeleht.

(*Plantago maior* L.)

Kõige harilikuma taimena kõigile tuntud. Kasvab teede ääres, kõrgeil arumail ja mahajäetud kohtadel. Lehed on pikarootsulised, laiad, munajad, terveservalised või pisut hambulised, rööpsoonelised. Õied, mis 15—30 sm pikkuse ümmarguse õierootsu otsa pikaks, peeneks pääks koondatud, on väikesed, pruunikad. Vili on kahepesaline kaunake.

Kasvatada võib seemneist, mis tuleb sügisel teede kaldaile või kõrgemaile mahajäetud maatükele maha külvata.

Mitmeaastane taim.

Arstirohuliseks otstarbeks tarvitatakse seemneid, lehti ja juuri.

Teelehe seemneist ja juurtest valmistatud tee on rahva seas abinõuks palaviku, kopsu verejooksu, köha, närvetuse, nõrga põie, läbijooksu, maolimastuse, kõhuvähjatõve, hambavalu (kange teega suud loputada või juuri närida) vastu tuntud.

Lõmaksi rõhutud lehed on mesilase nõelamise ja põletikuliste paisete vastu.

# Tõnnike ehk peetrihein.

(*Betonica officinalis* L.)

Huulõieliste sugukonnast päritolev mitmeaastane taim. Vars on tal lihtne, hargnematu, 30—60 sm pikk. Lehed on munajad, võrdlemisi pikad, tipust nürid ja alt südamekujulised. Lehelaba ääred on kärbitud. Alumised, maapinnal seisvad lehed on pikarootsulised, varre lehtede rootsud (lehti varrel on aga

ainult 3—5 paari) jäävad aga ülespoole tõustes lühemaks, nii et ülemine paar lehti pea on rootsutud.

Õied on varre otsa ebapääks koondunud, üksikute eemaldunud männastena; kroon väljast karvane, punane.

Kasvab heinamail ja hõredais metsades.

Tõnnikesete, -mahl ja -siirup on rahvas seas kõha- ja rinnarohuna tuntud.

Juurepulbrit tarvitati varem ajal arstiteaduses okseleajava ja kõhtu lahtitegeva vahendina.

## Toomingas.

(*Prunus Padus* L.)

Toomingas on meil üldiselt tuntud.

Kevadel mähjaajal korjatud noor toomingakoor teena on tuntud rahvas seas kui abinõu kõhuvalu ja kõhutõve vastu.

## Ubaleht.

(*Menyanthes trifoliata* L.)

See on taim, mida küll vist igäüks tunneb. Ta kasvab hulgana meie soisil heinamail ja raibus. Õied on tal väga ilusad, valged



Joon. 37. Tõnnike.  
(*Betonica officinalis* L.)

ja tuletavad hüatsinti meelde. Lehed on sõrmilised, kolmiklehed. Juurikas on pikk, roomav.

Arstirohuna tarvitatakse lehti (Folia Menyanthes, Folia Frifolii fibrini seu aquatici), mis õitsemise ajal tuleb korjata ja korralikult kuivatada, nii et loomulik roheline värv jääks püsima.

Sagedasti tarvitatakse ka värskeid lehti.

Ubalehetee mõjub hästi seedimisteggevusele ja on rahva seas tuntud rohuna külmetamise ja rinnahaiguste vastu.

## Valge iminõges, piimnõges.

(Lamium album L.)

Iminõgeseid on mitut seltsi olemas, mis üksteisest erinevad peamiselt ainult õite värvuse poolest. Arstirohuliseks otstarbeks kõlbab ainult valgete õitega iminõges, valge iminõges. See on 30 kuni 60 sm pikkune mitmeaastane taim. Varred on neljatahulised, lehed kaunis pikad, südajad, sügavalt saagjad. Arstirohuks korjatakse ainult õisi.

Valge iminõgese tee, 9 g 1 liitri vee kohta, 1—2 tassi päevas, on rahva seas abinõuna hingeldamise (võib kõrvenõgese teega segatud olla), kuse takistuse, kõhutõve, kõrvavalu (kange tee aur), nahahaiguste, valgete vooluse, verejooksu, skrofuloosi ja verevaesuse vastu ja on kuuhaigust kergendava abinõuna tuntud.

## Üheksavägine ehk üheksamehevägi.

(Verbascum thapsus L.)

Üheksavägine on 30—120 sm pikkune kaheaastane taim. Kasvab mäekünkail, teede ääres, üldse kõrgeil liivaseil kohil.

V a r s on üksik, hargnematu. L e h e d on piker-  
gused, teravatipulised, laskuvad; l e h e l a b a  
ä ä r e d kärbitud. Õ i e d on kollased, kahehuulelised,  
kuid paistavad pääliskaudsemal vaatlemisel korra-  
päraliste viieleheliste õitena (3+2); õiekrooni rist-  
läbimõõt 2—4 sm. T o l m u k a i d — 5, millest kolme



Joon. 38. Valge iminõges.  
(*Lamium album* L.)

ülemise niidikesed on valkjad ja viltjad. Õied on varre otsas pikaks (kuni 30 sm) pääks koondatud. Õitseb juuni-, juuli- ja augustikuus.

Arstirohuliseks otstarbeks korjatakse taime õielehti (õiskorvikuid mitte hulka võtta!), mis peab kohe hästi läbitõmbavas kohas, soovitav kuivatuskastis, kuivatatama. Et kuivatatult õitele nende loomulik värvus alles peab jääma, siis ei tohi neid kor-

jates ja kuivatamisele pannes mitte rõhuda ega kuidagi moodi vigastada; pruuniks läinud õied on alaväärtuslikud.

Korjamisel tuleb hoolega tähele panna, et kogemata teiste sama liiki taimede, eeskätt musta vägiheina (*Verbascum nigrum* L.) õisi, mille tolmukate niidikeseid lillaka villaga kaetud, hulka ei satuks.

Põllukultuuri juures valitagu üheksavägiliste taimede alla kõrged, kuivad, kuid mitte just lahjad, hästi päikesepaistelised maatükid. Külvata tuleks seeme lavadesse, kust taimed sügisel koha päale, igale taimele vähemalt 30 sm vahet jättes, istutatakse. Pikeerimine on tarvilik.

Üheksavägise õite pulber parandab visalt paranevad ja mädanevad haavad.

Üheksavägise õite tee on rahva teadmisel hääks rohuks hingeldamise ja köha vastu ja hõlbustavat kuuhaigust, tee ajab higistama, ja seepärast on soovitav külmetuskorral juua.

Üheksavägise õite tee salveiteega segatult on soovitatav teelehe- ja kadakamarjateega vaheldamisi soetõvehaiguse ajal juua.



Joon. 39. Üheksavägine.  
(*Verbascum thapsus* L.)

# Juhend

arstirohtude hõlpsamaks ülesleidmiseks  
haiguste järgi.

Et rohtude ülesleidmist hõlbustada, selleks siinkohal haiguste nimestik tähestiku järjekorras ühes rohtude loendamisega; rohtude tarvitamise õpetus on iga taime kirjelduse juures ja rohtude valmistamise õpetus — üldjuhises.

---

**Allakusemine:** naistepuna.

**Altkeha krambilid:** arnika, nõmmeliivatee, palderjan, raudrohi.

**Altkeha puhutused:** kadakas, koirohi.

**Altkeha valud:** maasapp, münt, palderjan.

**Arg veri** — vt. närvlikkus.

**Astma ehk hingeldustõbi** — vt. hingeldustõbi.

**Emaka verejooks:** koeranaeris.

**Emaka krambilid:** kummel, münt.

**Haavad, mädanevad:** arnika, kirburohi, takjas, tedremaran, üheksavägine.

**Haavad, lahtised:** hiirekõrv, mesikas, näär, pärismailane, tedremaran.

**Haavad, visalt paranevad:** kummel, tedremaran, üheksavägine.

**Halb söögiisu** — vt. isupuudus.

**Halb õhk suus:** kadakas, münt.

**Halvatus:** arnika, kadakas.

**Hambapaise:** kummel.

**Hambavalu:** kummel, teeleht.

**Higistama ajavad:** vaarikad, kummel, orashein, pärn, takjas, üheksaväGINE.

**Hingeldamine:** maasikas, nõges, paisuleht, valge iminõges, üheksaväGINE.

**Hüsteeria:** palderjan, puju, raudrohi.

**Hemorroid:** nõges, tedremaran.

**Jalad haudunud:** kirburohi, paiseleht.

**Jalad higistavad:** tamm, heinapebrevannid.

**Jooksva:** arnika, kailud, käoking, merisalat, naistepuna, põldosi, sinep, takjas, mädarõigas, valge upsujuur.

**Igemed valusad, lahtised:** kalmus, kukerpuu.

**Isupuudus:** kalmus, koirohi, köömned, maikellukas, maasapp harilik, punand.

**Juuste kasvule mõjub hästi:** kask, nõges, takjas.

**Juuste väljalangemise vastu:** nõges, takjas.

**Inglishaigus:** kalmus, köömned, tamm.

**Kahvatõbi (verevaesus):** kalmus, koirohi, pärn, raudrohi.

**Kahepoolsed:** salvei.

**Kirpude vastu:** kailud.

**Kihvtitus:** käpad.

**Kontikasvatavalt mõjub:** tamm.

**Kollatõbi:** hiirekõrv, kadakas, koirohi, kukerpuu, maasapp.

**Koide vastu:** kailud, koirohi.

**Konnasilmad:** verehurmarohi.

**Kopsutiisikus:** islandi samblik, mänd, pärismailane, ubaleht.

**Kopsupõletik:** arnika, paiseleht, sinep.

**Kopsupaised:** paiseleht.

**Kopsukatarr:** pärismailane, paiseleht, varemerohi, kaetisrohi.

**Kopsu puhastavad röga ja limastuse korral:** heinputk, paiseleht, pärn, varemerohi.

**Kopsu limanaha põletik:** koeranaeris.

**Kopsu verejooks:** hiirekõrv, teeleht.

**Kosutavalt mõjuvad:** kummel, raudrohi.

**Kõhubaiguse järele:** koirohi, kibuvits.

**Krambid laste juures kõhuusside tagajärjel:** palderjan, soolikarohi.

- Krambid:** arnika, heinputk, koerapöörirohi, koirohi, kukerpuu, kummel, münt, palderjan, reinvars.
- Kusele ajavad:** arnika, kalmus, kukerpuu, ohulill, orashein, põldosi, takjas, verehurmarohi.
- Kusi kinni:** koldade tinktuur, kirburohi, valge iminõges.
- Kurgu limanaha paistetus:** salvei.
- Kõhutõbi:** palderjan, tamm, valge iminõges, toomingas.
- Kõhuvalu:** heinputk, hiirekõrv, kalmus.
- Kõhuvähjatõbi:** heinputk, kirburohi, koirohi, tamm, teeleht.
- Kõhuussid:** koirohi, soolikarohi ehk reinvars.
- Kõhukrambid:** kummel, palderjan, raudrohi, münt.
- Kõhupaised:** arnika, kirburohi, takjas.
- Kõhu teeb lahti kergelt:** hapuoblikas, ohulill, tõnnike, türnpuu.
- Kõhu teeb lahti ägedalt:** lina, paakspuu.
- Kõht lahti:** käpad, mustikad, tedremaran, tamm, varemerohi.
- Kõhupõletik:** arnika, kirburohi, takjas.
- Kõhukatarr laste juures:** käpad.
- Kõrvakatarr:** köömned.
- Kõrvavalu:** münt, valge iminõges.
- Kõõm:** arnika, takjas.
- Kõhnus:** maasapp, raudrohi.
- Kõha:** aedvaak, nurmenukk, paiseleht, koeranaeris, pärismailane, raudrohi, teeleht, tõnnike, üheksaväginine, mesikas.
- Kõha — vananenud:** paiseleht, tõnnike.
- Läkakõha:** nõmmeliivatee, paiseleht, islandi samblik, tõnnike.
- Kähisemine:** arnika, islandi samblik, näär, tõnnike.
- Külmad liikmed:** kadakas, tamm.
- Külmavärinad:** mõru kirburohi.
- Külmtõbi:** kalmus, koirohi, tamm.
- Külmetuskorriil:** kadakas, kummel, vaarikad, raudrohi, takjas, ubaleht, üheksaväginine.
- Kuuhaigust kergendavad:** kalmus, nõges, puju, koirohi, köömned, näär, valge iminõges, üheksaväginine.
- Krampliku kuuhaiguse vastu:** koirohi, nõmmeliivatee, raudrohi.
- Kuuhaigust takistavad:** hiirekõrv.

**Langetõbi:** palderjan.

**Luujoosva:** kalmus, koirohi, naistepuna, nõges.

**Luuvalu:** mädarõigas.

**Läbijooks:** islandi samblik, kalmus, koirohi, naistepuna, palderjan, teeleht.

**Lämmatus:** pärismailane.

**Mao limanemine:** maasapp, teeleht.

**Naha alla kiskuv abinõu:** näsiniin.

**Nahahaigused:** heinputk, kask, pärismailane, takjas, valge iminõges.

**Nikastus:** arnika, naistepuna.

**Närvivalud:** münt, nurmenukk, palderjan, puju.

**Närvipõrutus:** käoking.

**Närvlikkus:** maasikas, palderjan, puju, münt.

**Nina verejooks:** hiirekõrv.

**Neeruhaigus:** kalmus, kibuvits, kukerpuu, naistepuna.

**Ummistunud neere puhastab:** kadakas, nurmenukk, võilill.

**Neerukivid:** näär.

**Neerude verejooks:** leesikas.

**Närvetus:** kadakas, kalmus, näär, teeleht.

**Nõelamine (mesilase, herilase, vapsika):** arnika.

**Nõrgad, kahvatud lapsed:** kolmisruse, põldkannike.

**Nõrgad silmad:** koirohi.

**Oksendamine:** arnika, koirohi, münt, palderjan.

**Oksele ajab:** tõnnike.

**Paistetud:** kummel, lina, raudrohi.

**Paised:** lina, paiseleht, mesikas, takjas, teeleht.

**Veripaised:** arnika, paiseleht.

**Vähjasarnased paised:** kalmus.

**Paeluss:** maarjasõnajalg.

**Palavik:** teeleht, leedripuu, kummel.

**Palavus, sisemine:** kummel.

**Pigistused:** arnika.

**Puhutused:** heinputk, kalmus, kikkaputk, kummel, münt, raudrohi.

**Põiekatarr:** leesikas.

**Põiekrandid:** palderjan.

- Põiehaigused üldse:** hiirekõrv, kadakas.  
**Põiekivid:** hiirekõrv, kibuvits.  
**Põletamise tagajärjel tekkinud rakud:** naistepuna, palderjan.  
**Pääkärnad:** kask (rahva seas tarvitatav abinõu).  
**Pääpööritus:** nurmenukk.  
**Päävalu, äge:** münt, naistepuna, nõmmeliivatee.  
**Päävalu ühekülgne:** münt.  
**Päävalu:** takjas.  
**Rakud suus:** takjas.  
**Rinnahaigused:** islandi samblik, mänd, nurmenukk.  
**Sapihaigus:** kadakas, kalmus.  
**Seedimine nõrk:** kikkaputk, köömned, maasapp, ubaleht.  
**Skorbuut:** koirohi.  
**Skrofuloos:** koirohi, valge iminõges.  
**Südameklõppimine:** kalmus, maikelluke, palderjan.  
**Soolatüükad:** verehurmarohi.  
**Soolte katarr:** käpad.  
**Soetõbi:** üheksavärgine.  
**Tulehaavad:** lina, naistepuna.  
**Täisajamine:** köömned.  
**Ummuksus:** kukerpuu, lina, maasapp, paakspuu, võilill, verehurmarohi.  
**Valgete voolus:** valge iminõges.  
**Veetõbi:** kadakas, kalmus, näär, nõges, pärn.  
**Veiti tants:** palderjan.  
**Verejooks, sisemine:** mõru kirburohi, nõges, valge iminõges.  
**Vereoksendamine:** münt.  
**Verevaesus:** koirohi, kummel, leesikas, jõhvikad, valge iminõges.  
**Verekusemine:** naistepuna, pärismailane.  
**Verd puhastavad:** kadakas, raudrohi, takjas.  
**Voolmed:** koirohi.
-

# Sisukord.

	Lk.
Üldjuhised . . . . .	3
Arstirohutaimede kuivatamisest üldse . . . . .	6
Kuivatuspaparaatidest . . . . .	7
Kuivatamine kuivatuspaparaatide abil . . . . .	10

## Taimed, mis arstiteaduse poolt on tunnustatud.

Aedvaak ( <i>Inula Helenium</i> ) . . . . .	12
Arnika ( <i>Arnica montana</i> ) . . . . .	14
Islandi samblik ( <i>Cetraria islandica</i> ) . . . . .	17
Kadakas ( <i>Juniperus communis</i> ) . . . . .	19
Kalmus ( <i>Acorus Calamus</i> ) . . . . .	20
Mõru kaetisrohi ( <i>Polygala amarella</i> ) . . . . .	22
Koerapöörirohi ( <i>Hyosciamus niger</i> ) . . . . .	23
Koirohi ( <i>Artemisia Absinthium</i> ) . . . . .	25
Kollad ( <i>Lycopodium</i> ) . . . . .	26
Koeranaeris ( <i>Bryonia alba</i> ) . . . . .	28
Kummel ( <i>Matricaria chamomilla</i> ) . . . . .	29
Käoking ( <i>Aconitum Napellus</i> ) . . . . .	32
Käpad ( <i>Orchis</i> ) . . . . .	34
Köömned ( <i>Carum Carvi</i> ) . . . . .	36
Leedripuu ( <i>Sambucus</i> ) . . . . .	38
Lodjapuu ehk koer-õispuu ( <i>Viburnum</i> ) . . . . .	39
Leesikas ( <i>Arbutus Uva ursi</i> ) . . . . .	40
Lina ( <i>Linum usitatissimum</i> ) . . . . .	41
Maarjasõnajalg ( <i>Aspidium Filix</i> ) . . . . .	42
Maasapp harilik ( <i>Erythraea Centaurium</i> ) . . . . .	43
Maikellukas ehk piibelehk ( <i>Convallaria maialis</i> ) . . . . .	45
Mesikas kollane ( <i>Melilotus officinalis</i> ) . . . . .	47
Mänd ( <i>Pinus silvestris</i> ) . . . . .	47
Näär harilik ( <i>Pimpinella Saxifraga</i> ) . . . . .	48
Näsiniin ( <i>Daphne Mezereum</i> ) . . . . .	49
Nõges ( <i>Urtica</i> ) . . . . .	50
Paakspuu ( <i>Rhamnus Frangula</i> ) . . . . .	51
Palderjan ( <i>Valeriana officinal</i> ) . . . . .	52
Puju ( <i>Artemisia vulgaris</i> ) . . . . .	54
Punand harilik ehk juushein ( <i>Fumaria officinalis</i> ) . . . . .	54
Pärn ehk niinepuu ( <i>Tilia grandifolia</i> ) . . . . .	55
Sinep — valge ja must ( <i>Sinapis alba, Sinapis nigra</i> ) . . . . .	56
Surmpuuk ( <i>Conium maculatum</i> ) . . . . .	59
Tamm ( <i>Quercus pedunculata</i> ) . . . . .	60
Tungaltera ( <i>Secale cornutum</i> ) . . . . .	61
Türnpuu ( <i>Rhamnus cathartica</i> ) . . . . .	62
Harilik varemerohi ( <i>Symphytum officinale</i> ) . . . . .	63
Valge upsujuur ( <i>Veratrum album</i> ) . . . . .	64

Verehurmarohi ( <i>Chelidonium majus</i> ) . . . . .	Lk.	64
Võilill ( <i>Taraxacum officinale</i> ) . . . . .		67

**Arstiteaduse poolt tunnustatud taimed, mida  
ainult aias võib kasvatada.**

Kikkaputk ( <i>Angelica Archangelica, Angelica officinalis</i> )	68
Münt ( <i>Mentha</i> ) . . . . .	70
Salvei ( <i>Salvia officinalis</i> ) . . . . .	74
Seebilill ( <i>Saponaria officinalis</i> ) . . . . .	74

**Taimed, mis küll arstiteaduse poolt pole tunnustatud, kuid mis rahva seas on tarvitusel.**

Hapuublikas ( <i>Rumex Acetosa</i> ) . . . . .	76
Heinputk ( <i>Angelica Silvestris</i> ) . . . . .	77
Hiirekõrv ( <i>Capsella Bursa</i> ) . . . . .	77
Kailud ( <i>Ledum palustre</i> ) . . . . .	79
Kask ( <i>Betula alba</i> ) . . . . .	80
Kibuvits ( <i>Rosa canina</i> ) . . . . .	80
Kirburohi ( <i>Polygonum Persicaria</i> ) . . . . .	81
Kurgirohi ( <i>Borrago officinalis</i> ) . . . . .	83
Kolmisruse ( <i>Bidens tripartita</i> ) . . . . .	84
Kukerpuu ( <i>Berberis vulgaris</i> ) . . . . .	85
Merisalat ( <i>Cochlearia officinalis</i> ) . . . . .	86
Mesikas kollane ( <i>Melilotus officinalis</i> ) . . . . .	87
Mädarõigas ( <i>Cochlearia armoracia</i> ) . . . . .	88
Mõru kirburohi ehk mõruhein ( <i>Polygonum Hydropiper</i> ) . . . . .	88
Naistepuna ehk viinalill harilik ( <i>Hypericum perforatum</i> ) . . . . .	89
Nurmenukk ehk kikkapüks ( <i>Primula officinalis</i> ) . . . . .	90
Nõmmeliivatee ( <i>Thymus serpyllum</i> ) . . . . .	90
Ohulill ( <i>Gratiola officinalis</i> ) . . . . .	92
Orashein ( <i>Triticum repens</i> ) . . . . .	92
Paiseleht ( <i>Tussilago farfara</i> ) . . . . .	94
Pärismailane ( <i>Veronica officinalis</i> ) . . . . .	95
Põldkannike ( <i>Viola tricolor</i> ) . . . . .	96
Põldosi ehk põldkuusk ( <i>Equisetum arvense</i> ) . . . . .	96
Raudrohi ehk verihein ( <i>Achillea millefolium</i> ) . . . . .	97
Soolikarohi ehk reinvars ( <i>Tanacetum vulgare</i> ) . . . . .	97
Takjas ( <i>Lappa</i> ) . . . . .	99
Tedremaran ( <i>Potentilla Tormentilla</i> ) . . . . .	100
Teeleht ( <i>Plantago maior</i> ) . . . . .	101
Tõnnike ehk peetrihein ( <i>Betonica officinalis</i> ) . . . . .	101
Toomingas ( <i>Prunus Padus</i> ) . . . . .	102
Uvaleht ( <i>Menyanthes trifoliata</i> ) . . . . .	102
Valge iminõges, piimnõges ( <i>Lamium album</i> ) . . . . .	103
Üheksavägine ehk üheksamehevägi ( <i>Verbascum thapsus</i> ) . . . . .	103
<b>Juhend</b> arstirohtude hõlpsamaks ülesleidmiseks haiguste järgi . . . . .	106



A-9730

**Hind 1 kroon**