

---

# Jałowiec pospolity

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2617 razy.

Właściwości lecznicze jałowca były znane już w średniowieczu. Surowcem leczniczym są głównie owoce, czyli szyszkogody. Zbiera się je od listopada do lutego, strącając delikatnie grabkami na rozłożone płachty. Jeżeli jagody nie chcą opadać, oznacza to, że jeszcze nie są dojrzałe. Zebrane szyszkogody suszymy początkowo bez ogrzewania, układając je cienką warstwą i często przesypując. Potem trzeba dosuszyć je w suszarni - w temperaturze nie przekraczającej 35 st. C /wysoka temperatura likwiduje właściwości lecznicze/. Szyszkogody jałowca zawierają dość dużo olejku eterycznego i mają działanie wzmacniające, odkażające i moczopędne. Są stosowane przy depresjach, kłopotach z oddychaniem, trądziku, owrzodzeniu skóry, bólach mięśni, w chorobach wątroby jako lek żółciopędny i żółciotwórczy oraz w chorobach nerek jako środek moczopędny. Zbyt duże dawki są niewskazane, gdyż mogą uszkodzić nerki i powodować nadmierne wydzielanie moczu. Oiewskażane jest stosowanie wyciągów jałowca w ostrych chorobach zapalnych przewodu pokarmowego, w zaostrej chorobie wrzodowej, w ciężkich chorobach nerek oraz wątroby, a także w ciąży. Wyciąg z jagód jałowca znajduje także zastosowanie zewnętrzne. Leczy owrzodzenia, trądziki, usuwa bóle stawowe, korzonkowe, nerwobóle. Przy artretyzmie, reumatyzmie i wypryskach skórnych zalecana jest kąpiel z młodych gałązek jałowca. Szyszkogody można także wykorzystać w kuchni jako przyprawę do mięs, szczególnie dziczyzny i drobiu. Szyszkogody można dodawać do pasztetów, nadzienia, do wieprzowiny, a szczególnie do kapusty.