



Ceai de coriandru 50 gr STEF MAR

Coriandru face parte din familia Apiaceae, fiind o planta erbacee, anuala, cultivata si sporadica, cu frunze glabre, lucioase, de culoare verde-deschis. Florile sunt mici, albe, roz sau violete, grupate in inflorescente, iar fructele se gasesc sub forma de globulete, fiind bogate in uleiuri volatile. Originar din Asia si Orient, coriandrul este cunoscut si folosit in medicina traditionala din vremuri indelungate. Istoria utilizarii acestei specii medicinale are mai mult de trei mii de ani, semintele extrem de parfumate ale coriandrului, cu o aroma undeva intre cea de citrice si cea a lacramioarelor, fiind intens utilizate in scopuri medicinale si magice de catre egipteni, greci si mai apoi romani. Se mai numeste

buruiana pucioasa, coleandra, iarba puturoasa, piper alb, pucioasa, puturoasa, etc.

Actiuni:

INTERN: tonic digestiv, stomahic, carminativ, antispastic, bactericid, fungicid, sedativ, anxiolitic, afrodisiac, antiinflamator, vermifug.

EXTERN: antimicrobian, antiinflamator.

Indicatii:

INTERN: se utilizeaza ca adjuvant in: anorexie, dispepsii, indigestie, meteorism (balonare), colite, colici abdominale la copii, anxietate, artrite, reumatism, helmintiaze (viermi intestinali).

EXTERN: se utilizeaza ca adjuvant in: artrite, reumatism, plagi (impiedica suprainfectarea ranilor).

Contraindicatii: sarcina, alaptare, alergii la coriandru.

Precautii:

A se evita expunerea la soare sau la radiatii UV pe perioada tratamentului, datorita fenomenului de fotosensibilizare.

EFECTE ADVERSE: fotosensibilitate, alergii cutanate.

ADMINISTRARE:

INTERN:

-pulberea - planta se macina fin cu o rasnita electrica. Se ia o lingurita rasa de 4 ori pe zi, inainte de mese. Pulberea se tine sub limba timp de 10-15min., dupa care se inghite cu apa.

-maceratul la rece - se prepara dintr- o lingura cu planta adaugata la 250ml de apa, se mentine timp de 6-8 ore la temperatura camerei, apoi se strecoara si se bea pe stomacul gol. In scop terapeutic, se beau 2-3 cani cu macerat pe zi, cu 30min. inainte de mese.

-infuzia - se prepara dintr-o lingura cu planta adaugata la 250ml de apa clocotita, se mentine timp de 15min. la temperatura camerei, apoi se strecoara si se bea pe stomacul gol. In scop terapeutic se beau 2-3 cani cu infuzie pe zi, cu 15-30min. inainte de mese.

In cazul viermilor intestinali se bea o cana cu macerat sau cu infuzie dimineata, pe stomacul gol si nu se mananca pana la orele 12.

EXTERN:

-in caz de plaga se fac spalaturi cu macerat sau infuzie de planta;

-in artrite si reumatism se administreaza sub forma de cataplasme, care se obtin astfel: 2-3 linguri cu pulbere fin macinata se amesteca cu apa calda, astfel incat sa formeze o pasta care sa poata fi aplicata extern. Deasupra se aplica un pansament care sa poata mentine cataplasma la locul afectat minim 3 ore.

COMPOZITIE CHIMICA:ulei volatil (alcatuit din linalool, α si β -pinen, γ -terpinen, camfor, geraniol, acetat de geranil), ulei gras, steroli (β si γ -sitosterol), flavone (selinona), cumarine (umbeliferona), izocumarine (coriandrona A si B), furanocumarine (bergapten), acid cafeic, acid clorogenic, pectine, mucilagii.