

Ceai de nalba mare 50 gr STEF MAR



Sub denumirea de nalba se cunosc mai multe plante care se deosebesc între ele. Este vorba de *Althaea officinalis* L, numita popular nalba-mare, nalba-alba, de la care se folosesc florile, frunzele și radacinile; *Althaea rosea*, numita popular nalba-de-gradina, nalba-rosie, rujalina, trandafiri-negri, de la care se utilizează florile; *Malva glabra* Desv. - nalba-de-cultura; *Malva silvestris* L. - Nalba-de-padure, colaceii-babei, malaga, de la care se folosesc florile și frunzele; *Malva neglecta* Wallroth, numita popular casul-popii, cas, nalba-marunta, nalba-mica, de la care se intrbuintează numai frunzele.

Utilizare ceai nalba mare: Actiune internă secretolitică pulmonară, emolientă, expectorantă, antiinflamatoare a aparatului respirator, renal și gastro-intestinal (datorită substanțelor mucilaginose și produsilor de hidroliză ai acestora).

Intern, sub formă de ceai (macerare la rece), la inflamațiile căilor respiratorii (tuse, bronșită, laringită) precum și în infecțiile renale și tulburări gastro-intestinale. Extern: acțiune emolientă și antiinflamatoare.

Frunzele și florile se utilizează extern sub formă de cataplasme, ca emolient și calmant. Se recomandă în laringite, traheite, spalături vaginale, ten uscat.

Frunzele de nalba în amestec cu flori "de muștel" și cu capsule de mac dau o bună gargară pentru amigdalite și abcese dentare.

Sub formă de clisma se folosesc în hemoroizi.

Pe tenul uscat și cu riduri se folosesc comprese care se țin timp de 10-15 minute. Radacinile ținute în gura înlătură răgușeala, iar la copii se folosesc pentru a favoriza apariția dentitiei.

Intern: macerare la rece o lingură de rădăcină în 200 ml apă, la temperatura camerei, timp de 25 minute; după strecurare se adaugă un varf de cutit cu bicarbonat de sodiu, pentru a nu se produce iritații stomacale. Cantitatea se bea fracționat, în 4-5 reprize în decursul unei zile, îndulcit.

Extern: infuzie - 2 linguri de frunze în 200 ml apă clocotită; se utilizează în furunculoză.

Decoct: 20 g rădăcină la 100 ml apă rece; se fierbe timp de 20 minute; se utilizează sub formă de gargară, în afecțiuni ale gâtului (laringite, traheite) și în spalături vaginale.

Decoct (în cosmetică): 30 g rădăcină mărunțită la 450 ml apă rece; se fierbe 15 minute; se utilizează sub formă de comprese pentru tenul uscat și riduri.