

Gysločių lapų arbata



Gysločių lapų arbata ir sultys gydo viduriavimą, skrandžio ir dvylikapirštės žarnos opaligę, gastritą, aterosklerozę, viršutinių kvėpavimų takų infekcijas, mažina vidurių spazmus, gydo enteritą, enterokolitą, aktyvina skrandžio sekreciją. Gysločiuose gausu glikozidų, saponinų, vitaminų K ir C, kalio, flavonoidų ir kt. Šviežius nuplautus gysločių lapus galima dėti ant pažeistos sumuštos odos, vabzdžių įgeltų vietų – dezinfekuoja, stabdo kraujavimą, mažina uždegimą. Prieš dėdama patrinkite tarp pirštų, kad išsiskirtų sulčių.

Gysločiai – daugiamečiai gyslotinių šeimos žoliniai augalai, paplitę mūsų šalyje. Lietuvoje aptinkamos keturios gysločių rūšys: plačialapiai, siauralapiai, trumpakojai (plaukuotieji) ir smiltyniniai. Jie auga pakelėse, palei takus, ant pylimų, pievose, miškuose, daržuose. Pasak liaudies medicinos žinovų, vertingiausi vaistai yra plačialapių gysločių lapai ir sėklos. Gysločiai žydi nuo gegužės mėnesio iki vėlyvo rudens. Lapai skinami augalo pumpurų fazės pabaigoje ir žydint, sėklos – kai subręsta.