



STAROČESKÉ OKÉNKO 11. 01. 2021

Hojení ran bude účinné a rychlé s těmito dary přírody

Hojení ran se v jednadvacátém století dostalo na excelentní úroveň. Hojící procesy jsou díky moderním postupům i produktům efektivnější a také rychlejší. Mnoho lidí však v tomto ohledu nezapomíná na lidové léčitelství a babské rady. Příroda nám totiž přináší nevyčerpatelné množství, jak pomoci zhojit oděrky, ranky, rány či jizvy.

Přirozený **proces hojení ran lze podpořit nejrůznějšími bylinkami**. Zcela jistě jste si někdy opatřili například **mast z měsíčku lékařského**, která je na hojení jizev, nebo oděrek velmi účinná. Inspirujte se těmito **čistě přírodními metodami**, které vás vlastně nebudou stát nic víc než jen trochu toho času.

Hojení ran pomocí jitrocele

Jitrocel kopinatý je doslova zázrakem přírody. Jeho účinky na lidské tělo **jsou širokospektré**. Nejen, že si z něj vyrobíte chutný a **léčivý sirup na kašel**, ale efektivní je s ním i **hojení ran**. Pokud

tedy zaznamenáte výskyt této rostlinky na své zahrádce, můžete vlastně zajásat. A jak tedy použít samotný jitrocel k **podpoření hojících procesů**? Je to velice jednoduché. Drobné řezné ranky, menší popáleniny, nebo podlitiny **kryjte důkladně omytými jitrocelovými listy**, které předtím promnete v ruce či naklepete (aby se uvolnila šťáva). Lístky **přichytíte například obinadlem** a za několik hodin vyměníte za jiné. Rány se brzy zacelí.

Hojení ran pomocí jetele

Jetel nebývá příliš oblíbený mezi zahrádkáři. Vlastně je považovaný z větší části za plevel. Přitom má **mnoho léčivých vlastností**. Kromě toho, že dokáže posílit imunitní systém, pomůže **urychlit rekonvalescenci při nachlazení**, kašli či jiných respiračních nemocech. Také je perfektním **detoxikantem**. K hojení ran je ideální. Zkuste si připravit **mast** tímto způsobem: **natrhejte si na zahradě čerstvý jetel** a ten nechte ležet při pokojové teplotě asi 24 hodin. Poté vložte zavadlé rostliny **do skleněné misky** a přelijte **olivovým olejem**. Tuto směs musíte zahřát po dobu několika minut **ve vodní lázni**. Jetel v oleji ponechte zchladnout, přecedte, a nakonec ještě přidejte do výluhu **včelí vosk**. Vzniklou mast přeneste do uzavíratelných misek a uchovávejte v chladu. Aplikujte dle potřeby na oděrky, jizvy, či drobné ranky.



Hojení ran a další babské rady

K hojení ran se před lety nepoužíval jen jitrocel a jetel. Existuje celá řada dalších babských rad, které mohou pomoci. Inspirujte se jednou z nich:

- **Odvar z přesličky:** i přeslička rolní dokáže s rankami a odřeninami zázraky. Připravte si odvar z půl litru vody a sto gramů čerstvé rostliny. Doba varu se odhaduje na patnáct až dvacet minut. Až voda zchladne, opláchněte pomocí ní poraněné místo na těle a přiložte gázu

namočenou v léčivé tekutině. Obvažte obinadlem a nechte několik hodin působit.

- **Oblíbený aromatický heřmánek:** k hojení ran a zklidnění pokožky se od pradávna používal i heřmánkový odvar. Ten si připravíte snadno z asi čtvrt litru vody a 13 gramů sušené bylinky. Po zchladnutí rány omyjete. Hodit se bude odvar i na obklady.
- **Obklady z komonice lékařské:** tato protizánětlivá rostlinka není příliš známá, avšak zkušení bylinkáři ji určitě mají ve svém hledáčku. Hojení ran podpoříte odvarem z jedné lžice sušené [komonice](#) a čtvrt litru vody. Po zchladnutí namočíte do roztoku gázu, tu přiložíte na ránu a obvážete obinadlem.
- **Čerstvá šťáva z šalvěje:** tu si připravíte tak, že několik čerstvých lístků [šalvěje lékařské](#) vymačkáte v elektrickém odšťavňovači. Tekutinu je možné ještě doplnit o malé množství medu, který hojení ran také urychluje. Tento roztok použijte k obkladům na inkriminovaná místa.
- **Olej z měsíčku lékařského:** na závěr zde máme onen blahodárny [měsíček lékařský](#), který je při hojení ran velice populární. Připravit si můžete doma léčivý olej. Natrhejte si několik čerstvých kvítků měsíčku, vložte je do čisté a suché sklenice, přelijte extra panenským olivovým olejem (rostlina musí být zcela ponořena), důkladně zavíčkujte a nechte při pokojové teplotě stát na slunném místě po dobu 3 týdnů. Po scezení uchovávejte olej na chladnějším místě a použijte dle potřeby na podporu hojení ranek, jizev či podlitin. Skvělá bude olejová směs i na popraskané rty a suchou pokožku rukou a nohou.

Autor článku: [Iveta Berezkinová](#)