

Jeste li znali za ova ljekovita svojstva proljetne ljubičice?

Osim svojim mirisom, svojom "osobnošću" cvijeta koji je mali, diskretan, a opet tako uočljiv i upečatljiv na zelenim livadama, ljubičica me je osvojila i svojim ljekovitim svojstvima kojih ima zaista puno

Livadna ljubičica, jedan od prvih proljetnih cvjetova i ja povezane smo na puno čudnovatih, lijepih i emotivnih načina od mog ranog djetinjstva, pa sve do današnjih dana. Zbog tih zaista predivnih poveznica s ljubičicom svoj sam obrt i svoj sadašnji posao nazvala "Viola", jer latinski naziv za proljetnicu, livadnu ljubičicu glasi - Viola odorata.

Osim svojim mirisom, svojom "osobnošću" cvijeta koji je mali, diskretan, a opet tako uočljiv i upečatljiv na zelenim livadama, ljubičica me je osvojila i svojim ljekovitim svojstvima kojih ima zaista puno.

Tako pripravci od ljubičice jako dobro djeluju kod akutnog i kroničnog bronhitisa, astme i svih infekcija dišnog sustava, **djeluje umirujuće, pa se koristi kod nesаница, tahikardija i glavobolja**. Osim toga, pripravci od ljubičice djeluju i protiv bolova zbog prisustva salicilne kiseline koja djeluje kao analgetik. Također, **pospješuje znojenje, mokrenje i stolicu, pa je izvrsna za detoksikaciju organizma**.

Pripravke od ljubičice možete raditi na razne načine. Najčešći način korištenja je **priprema čaja koji je i iznimno ukusan i koji treba piti kroz cijeli dan u malim gutljajima. Ljubičice možete samljeti, pa umiješati u med, napraviti macerat u biljnom ulju, napraviti sirup, staviti u ocat**.

Jedan od vizualno efektnijih načina korištenja ljubičica mogu biti i kandirane ljubičice kojima možete jako lijepo ukasiti razne slastice, a možete ih jesti i sirove kao dodatak raznim proljetnim salatama. Vjerujte, okus ljubičica će vas jako ugodno iznenaditi, a salate će izgledati vrlo primamljivo.

Nažalost, eterično ulje cvijeta ljubičice se u pravilu ne radi (ili vrlo rijetko), jer u tom malom i nježnom cvijetu ima svega 0,003% eteričnog ulja, pa bi bila potrebna zaista velika količina cvjetova da bi se dobila jako, jako mala količina eteričnog ulja.

Ali zato na tržištu postoji eterično ulje koje se dobiva od lista ljubičice, a budući da su cvijet, list i korijen jednako ljekoviti, možemo to ulje koristiti u ljekovite svrhe.

U ovom eteričnom ulju nažalost ne očekujte niti tragove mirisa ljubičica, ali da je djelotvorno, sasvim sigurno je.

Budući da sam isprobala ljubičice u svim varijantama koje sam navela i apsolutno mogu potvrditi djelotvornost svega navedenog, mogu vam samo poželjeti da ovo proljeće uberete što više ovih predivnih cvjetića i sačuvate ih do sljedeće sezone na vama najprihvatljiviji način.

Iskoristite sunčane dane koji dolaze, uživajte u šetnji prirodom, branju i izradi pripravaka od ljubičica.

Viola, aromaterapeutske usluge i savjetovanja po pozivu i dogovoru s klijentima

www.aromaterapijaviola.com

mob: 091-180-15-92

mail: katica.wolf@gmail.com