

## KANTARION (HYPERICUM PERFORATUM)



Prema narodnom verovanju, naročitu snagu ima kantarion ubran na livandan, koji je simbol svetlosti i toplote.

**Lekoviti deo biljke** : cvetovi i listovi. Beru se vrhovi biljke, sa cvećem i lišćem. Suše se u hladu. Precvetale biljke ne treba brati. Cveti od juna do avgusta.

**Nalazište** : Raste na sunčanim livadama, pustim i neobrađenim zemljištima, krčevinama i drugde.

**Lekovite materije** : Etarsko ulje do 0,3%, hipericina do 0,4% (bojena materija, od koje kada se cvet protrlja, koža se boji u crvenu boju) i flavonoidi i tanini.

**Lekovita dejstva** : Ulje od kantariona je lek za rane, jer ima dejstvo da umiruje bolove i da steže (pospešuje zarastanje rane), opekotine, napukline kože, suhu kožu i drugo. Ulje se koristi za masažu, kod neuralgije nerva lica (nervus trigeminus), krstobolje (lumbago), gihta i reumatizma. Ulje se uzima i iznutra, i to 10-15 kapi na pola kašičice vode (ne na šećeru), kao lek kod bolova u trbuhu, grčeva, nekontrolisanog mokrenja kod dece i odraslih i prekomerne sluzi u plućima.

Čaj se primenjuje kod ulkusa (čira) na želudcu, dvanaestopalacnom crevu i gastritisa.

Čaj od kantariona je izuzetno koristan kod depresije, anksioznosti, stresa, nervoze u menopauzi i pubertetu. Povoljan uticaj na jetru ima čaj od kantariona sa dodatkom aloje.

**Napomena** : Dugotrajna upotreba kantariona može dovesti do osjetljivosti kože na dejstvo sunčevih zraka, kod nekih osoba.

**Pripremanje čaja** : Punu čajnu kašiku suve biljke preleti šoljom ključale vode, poklopiti i ostaviti 15 minuta.

Piti ujutru, na gladan stomak i uveče, pre spavanja.

**Pripremanje ulja** : Sveže ubrane cvetove staviti u bocu sa širokim grlom, preleti sa tri puta većom količinom maslinovog ulja. Bocu začepiti i staviti na sunce 6-7 nedjelja, uz češće mućkanje. Ako je leto kišno, ostaviti bocu na toplo, blizu šporeta. Iscediti preko čiste gaze.