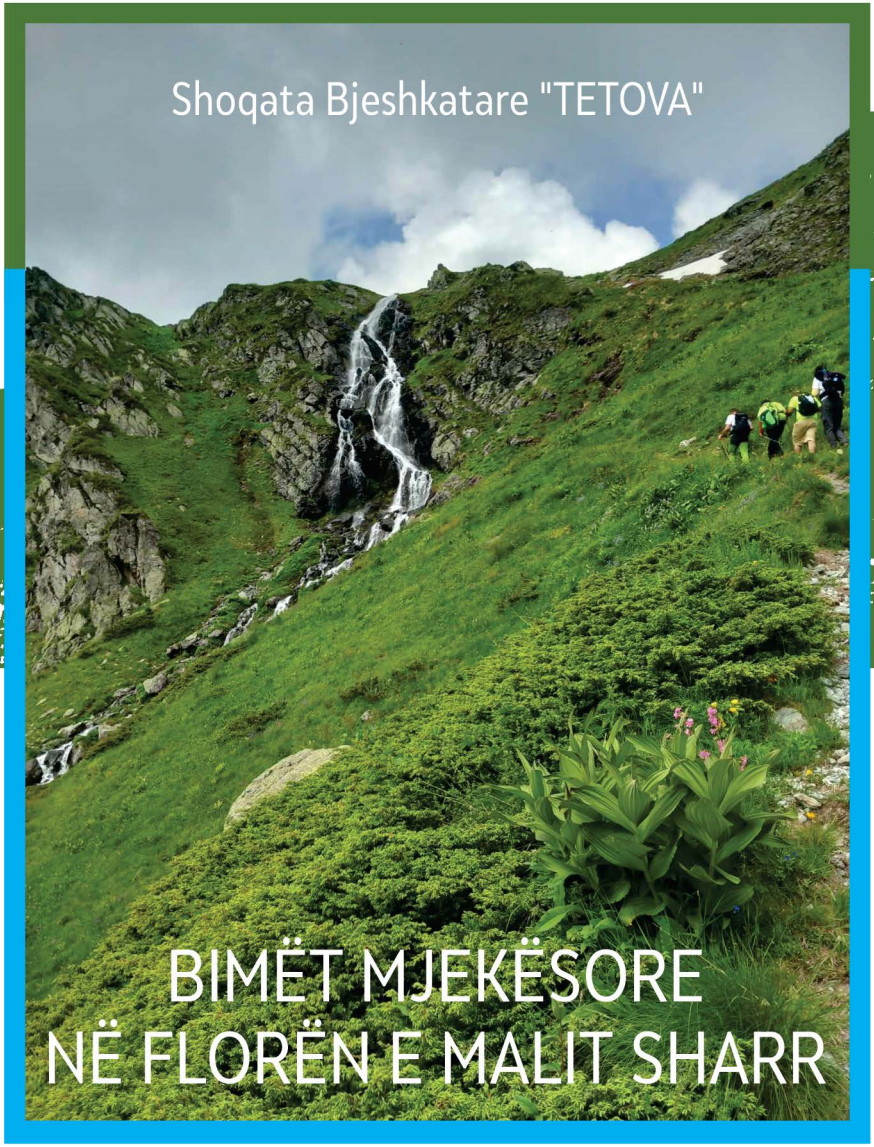
Shoqata Bjeshkatare "TETOVA"



BIMËT MJEKËSORE NË FLORËN E MALIT SHARR

CNVP
Building a Greener Economic Environment

SH.B. TETOVA

PONT | PRESPA OHRID NATURE TRUST

Tetovë | 2024

Shoqata Bjeshkatare “TETOVA”

BIMËT MJEKËSORE NË FLORËN E MALIT SHARR



prof. Nasuf Abdii

Tetovë, 2024

Botues: Shoqata Bjeshkatare “TETOVA”

Redaktor: Mislim Hasipi

Lektor: Florent Bajrami

Shtypshkronja: BoroGrafika-Shkup

Tirazhi: 100 copë

CIP - Каталогизација во публикација
Национална и универзитетска библиотека “Св. Климент Охридски”, Скопје

581.9(23.0)Шар планина
502.2:581.9(23.0)Шар планина

BIMËT mjekësore në florën e malit Sharr / [redaktor Mislim Hasipi].
- Tetovë : Shoqata Bjeshkatare “TETOVA”, 2024

Фусноти кон текстот. - Библиографија: 24 стр.

ISBN 978-608-67258-0-8

а) Фитогеографија -- Планинска флора -- Шар планина б) Проучување на природата -- Планинска флора -- Шар планина

COBISS.MK-ID 64314117

Disclaimer: Mbështetja e CNVP-it ndaj këtij publikimi nuk përbën miratim të përmbajtjes, pasi përmbajtja është përgjegjësi e autorëve. CNVP nuk mbanë përgjegjësi për informacionet e këtij publikimi.

PËRMBAJTJA

5 BIMËT MJEKËSORE NË FLORËN E MALIT SHARR

7 GENTIANA LUTEA L. – Sanëza

9 ÇAJ I MALIT (bar)

10 SALVIA OFFICINALIS L

12 BORONICA (fryte dhe gjethe)

14 ÇIKORE (gjethe dhe rrënjë)

15 HUDHRA E ARIUT

17 TRËNDAFILI I EGËR

19 MJEDHRA

21 MANAFERRA

BIMËT MJEKËSORE NË FLORËN E MALIT SHARR

Bimë mjekësore quhen të gjitha bimët që përmbajnë substanca vepruese, të cilat parandalojnë, lehtësojnë ose shërojnë sëmundje të ndryshme.

Bimët mjekësore mund të mblidhen ashtu siç janë ose mund të merren nga ato vetëm pjesët e veçanta (si lulet, gjethet, rrënjët, frytet, farët, lëvoret, degët, sythet etj). që janë më të pasura me substance vepruese, si bima e tërë mjekësore, ashtu edhe pjesët apo organet e saj, në gjendje të tharë, quhen droga mjekësore bimore[1]. Foto 1,2,3.



Foto 1.Boronica www google images



Foto 2. Trëndafili i egër, foto N. Abdii



Foto 3. Hudhra e ariut www google images

[1] Bimët mjekësore në familje Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zef Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo







Fshati Bozofcë, foto 4,5. Vjelja e fryteve të kaçave. foto N. Abdii

GENTIANA LUTEA L. – Sanëza

Droga (ilaçi) përbëhet nga rrënjët e thara të sanzës (*Gentiana lutea* L. familja Gentianaceae), foto 6. e cila është bimë barishtore shumëvjeçare e livadheve të zonave malore 800 deri 2500 m 42⁰.084584, 20⁰.824572 (Jellak). Sanëza ka kërcell të drejtë deri 1,5 m të lartë, gjethe të kundërta buzë plota, lule të verdha, në gjysmë vile në sqetullat e brakteve të sipërme; lulëzon qershor-gusht.

▶ VETITË

Kjo bimë e bukur e malësive tona , që mban emrin e mbretit ilir Genti, është e njohur që në kohën e vjetër si mjet që nxit dhe përmirëson funksionet tretëse të organizmit. Rrënjët e sanëzës përmbajnë kryesisht substanca glukozidike me shije të hidhura (gentiopikrinë, gentiamarinë dhe gentinë) etj., në sajë të cilave përdoret edhe në mjekësi si mjet që shton sekretimin e lëngut gastrik dhe që gjallëron veprimin e organizmit. Droga nxit shumëzimin e rruazave të kuqe dhe të bardha të gjakut, duke ndihmuar, në këtë mënyrë, vetëmbrojtjen e organizmit; rekomandohet veçanërisht pas sëmundjeve të rënda, në anemi etj. Rrënja e sanëzës njihet edhe si mjet që ul temperaturën e lartë. Gentiopikrina kalon edhe në qumësht duke i dhënë këtij shije të hidhur; kjo gjë duhet patur të merret parasysh për nënat me fëmijë në gji.

▶ PËRGATITJA E PËRDORIMI

Merren 10 g drogë e grimcuar, hidhen në 1 litër ujë dhe zihen për 15-20 minuta; pihen 2-3 filxhanë me çaj në ditë, para buke. Po në dozat e mësipërme, droga përdoret edhe në katarret dhe dobësitë e stomakut. Droga mund të përdoret edhe në formë pluhuri 3 herë në ditë nga një majë thike, gjithnjë para buke.

▶ RUAJTJA

Në vende të thata dhe të ajrosura droga ruan veprimin për 2 vjet[2].

[2] Bimët mjekësore në familje Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zef Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo



Foto 6. *Gentiana Lutea*, google images

ÇAJ I MALIT (bar)

(*Sideritis herba*)

Çaj i malit përbëhet nga pjesa mbitokësore e bimës Sideritis roeseri Bois. Et Heldr., familja Labiateae. Foto 7. Rritet: E rrallë në kullota e livadhe të larta. (Luboten 42⁰169487"21⁰138896")

▶ VETITË

Çaj malit, në sajë të esencës me erë të këndshe, tanineve, substancave të hidhura etj., në vendin tonë përdoret si pije familjare.

Bima mund të rekomandohet edhe si bar kundër ftohjeve që shoqërohet ose jo me temperaturë.

▶ PËRGATITJA E PËRDORIMI:

Një lugë e vogël çajit të malit grimcohet dhe hidhen në një enë ku shtohen 1 gotë me ujë që valon; ena mbulohet me kapak, lihet të qëndrojë për 15-20 minuta duke e përzier herë pas here; lëngu kullohet, ëmbëlsohet sipas dëshirës me sheqer ose me mjaltë dhe pihet; merren disa doza të tilla në ditë.

▶ RUAJTJA:

Në vende të thata droga ruan veprimin për 18 muaj [3].



foto 7. *Sideritis scardica* Bois. Et Heldr, foto N. Abdii

[3] Bimët mjekësore në familje Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zef Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo

SALVIA OFFICINALIS L. Shërbela

Droga përbëhet nga gjethet e thara të sherbelës (Salvia officinalis L., familja Labiateae, foto 8), e cila është shkurre deri 1 m e lartë, shumë e zakonshme tek ne, nga zonat e ulëta deri në zonën e ahut (Jellovjan $41^0960037,20^0893400$). Sherbela i ka gjethet me bishta, vezake ose heshtake, të gjëra, të trasha, të mbuluara me qime ngjyrë gri dhe me erë të rëndë karakteristike: lulet i ka në majë të bisqeve, të bashkuara nga 3-4 në sqetull të disa gjetheve të vogla dhe me ngjyrë manushaqe. Lulëzon nga maji në korrik.

Gjethet e sherbelës, në sajë të esencës, tanineve, substancave të hidhura etj., kanë veti të pakësojnë djersitjen (ky veprim shfaqet dy orë pas pirjes së çajit dhe zgjat disa ditë) dhe të pakësojnë qumshtin te gratë me fëmijë në gji. Për të pakësuar djersitjen përdoret, në radhë të parë, në rastet e djersitjes së tepruar gjatë natës, në klimakterium, pubertet dhe në sëmundje të mushkërive. Droga është e efektshme kundër heqjes së barkut, veçanërisht kur diarreja shoqërohet me një dobësim të muskulaturës së traktit tretës. Në formën e çajit rekomandohet në trazira nervore, në të marramendje, e në gjendje ligështimi. Në sajë të hormoneve që përmban, droga ka tek femrat veprim oestrogjen. Sherbela rekomandohet edhe si mjet që rregullon dhe lehtëson menstruacionet dhe fekondimin. Droga këshillohet edhe për të normalizuar çrregullime të tretjes dhe në sëmundje të fshikëzës së tëmthit dhe të mëlçisë.

Çaji i sherbelës pengon zhvillimin dhe rritjen e mikroorganizmave (antiseptik), prandaj përdoret në formë gargare dhe koluteresh në acarimin e zgavrës së gojës dhe në hemorragjitë e mishrave të dhëmbëve. Në formën e ekstraktit alkoolik përdoret për t'i bërë masazh kokës në rastin e rënies së flokëve.

▶ PËRGATITJA E PËRDORIMI:

Një lugë gjelle me drogë të grimcuar zhytet në një gotë me ujë të valuar; ena mbulohet me kapak, lihet në qetësi 15 minuta, pastaj përmbajtja kullohet dhe çaji pihet në masën deri 2 doza të tilla në ditë.

Po ky çaj mund të përdoret nga jashtë për qëllime të ndryshme (të përshkruara në vetitë).

Shënim: Meqenëse përmbajnë sasi të lartë tujoni (që është lëndë helmuese), gjethet e sherbelës nuk duhet të përdoren në doza të pakontrolluara dhe për një kohë të gjatë.

▶ RUAJTJA:

Në vende të thata droga e ruan veprimin për 18 muaj.[4]



Foto 8 *Salvia officinalis*, goooogle images

[4] Bimët mjekësore në familje Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zef Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo

BORONICA (fryte dhe gjethe)

Vaccinium myrtillus L. Thrashegra mërsinëz (Boronica).

Familja: Ericaceae - Shqopore

Shkurre gjetherënëse, 15 – 35 (60) cm. kërcejtë të ngritur, të degëzuar

Droga përbëhet nga frytet e pjekura dhe të thara të boronicës ose thrashegrës, ose qershiglës së egër *(Vaccinium myrtillus* L., familja Ericaceae), e cila është shkurrëz deri 0,6 m e lartë, e zakonshme në pyje dhe në livadhe të zonave malore të vendit tonë. Boronica i ka gjethet vezake dhe me buzë të dhëmbëzuara, lulet të vetmuara në sqetullat e gjetheve, me ngjyrë roze në të gjelbër; frytet baka të zeza me lëng vjollcë; lulëzon në maj-korrik; futifikon në korrik-shtator.

Rritet në zonat alpike dhe subalpike.

▶ VETITË:

Frytet e boronicës që janë të pasura me tanine, acid malik, citrik e benzoik, vitamin C dhe A etj., merren nga goja kundër heqjes së barkut, në infeksionet e zgavrës së gojës dhe të fytit, kundër majasëllit etj. Kohët e fundit është provuar se antocianozidet e boronicës kanë veprimin e vitaminës P dhe si pasojë janë të dobishme në trajtimin e çrregullimeve të gjakut që cijnë nga rritja e çarjes së kapilarëve veçanërisht në hemorragjitë e retinës (të tipit diabetik dhe hipertensiv). Gjethet e boronicës përdoren deri diku në sëmundjen e sheqerit.

▶ PËRGATITJA E PËRDORIMI

Frytet merren nga goja në varësi të moshës (mesatarisht 5-10 gram), përtypen dhe gëlltiten. Përdoren edhe në formë çaji duke zhytur në një gotë me ujë sasinë e fryteve të mësipërme, të cilat pasi mufaten, zihen lehtë.

Gjethet përdoren gjatë ditës në formë çaji, i cili përgatitet duke zier 2 lugë kafeje me drogë të grimcuar në një enë që përmban një gotë me ujë.

▶ RUAJTJA:

Në vende të thata, frutat e thara ruajnë veprimin për 18 muaj[5].

[5] Bimët mjekësore në familje Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zef Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo



Foto. 9. *Vaccinium myrtillus* L. (Boronica), foto 1: google images

ÇIKORE (gjethe dhe rrënjë)

(*Cichorium intibus*)

Droga përbëhet prej gjetheve dhe rrënjëve të çikores (Cichorium intybus L., familja Compositae), të cilat mblidhen përkatësisht në pranverë dhe në vjeshtë. Çikorja është bimë barishtore shumëvjeçare deri 1 m e lartë, me gjethe të bazës të vrigulluar pendore dhe me gjethe të sipërme vizake; lulet i ka në ngjyrë blu të gjallë të renditura në kaptina që dalin nga sqetullat e gjetheve; lulëzon në korrik deri në shtator.

▶ VETITË:

Gjethet dhe rrënjët e çikores përmbajnë mucilagje, sheqerna, rrëshirë, tanine, inulinë, një glukozid me shije të hidhur të quajtur cikorinë etj. Në sajë të këtyre lëndëve që përmbajnë, drogat përdoren si mjete që gjallërojnë organizmin, duke përtërirë forcat, që nxitin tretjen dhe urinimin, duke përmirësuar nganjëherë ekzemën, zbrazjenn e fshikëzës së tëmthit dhe të dalët jashtë, pa acaruar aparatin tretës.



Foto 10. *Cichorium intybus.*
foto www. Google images

▶ PËRGATITJA E PËRDORIMI:

Zihen 1 lugë gjelle me rrënjë ose me gjethe të grimcuara në një xhezve të madhe me ujë dhe çaji kullohet; pihen 2 deri 3 doza të tilla në ditë.

▶ RUAJTJA:

Në enë të mbyllura mire droga ruan veprimin për 2 vjet[6].

[6] Bimët mjekësore në familje, Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zerf Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo

HUDHRA E ARIUT
(Allium ursinum L.)

HUDHRA E EGËR – SI DUKET

Nuk duket aspak si hudhra e zakonshme dhe nuk ka thelpinj. Hudhra e ariut (foto 11) ka gjethe të ngrënshme heshtak, me përmasa përafërsisht. 30 cm. Pikërisht në gjethe gjenden të gjitha lëndët ushqyese të tij të vlefshme. Lulëzimet janë të bardha, në formë sferike dhe rriten në kërcell të gjatë gjysmë metri. Llastarët e hudhrave të egra shfaqen në fund të marsit dhe prillit (Bozofcë).

HUDHRA E EGËR – VETITË SHËRUESE

Hudhra e egër ka veti shëruese të ngjashme me hudhrat e zakonshme, por nuk e rëndon mëlçinë si kjo e fundit. Për më tepër, konsumimi i saj nuk e lë gojën me aromën intensive karakteristike të hudhrës së zakonshme të lartpërmendur. Hudhra e egër përmban vitamina A, B dhe C, ka veti antibakteriale dhe virucide dhe forcon sistemin imunitar. Ai gjithashtu siguron vitaminë E dhe ka një efekt të dobishëm në lëkurë, flokë dhe thonjtë.

Hudhra e egër përmban shumë më tepër komponime squfuri sesa hudhra e zakonshme. Konsumimi i tij mbështet punën e sistemit kardiovaskular dhe të tretjes dhe ndihmon në luftimin e viruseve, baktereve dhe Candida albicans, të cilat shkaktojnë mykozë të sistemit tretës që është e vështirë për t'u shëruar. Hudhra e egër eliminon në mënyrë efektive krimbat e gjirit, krimbat e rrumbullakët dhe shiritat nga sistemi tretës.

Falë efektit të fortë baktericid, është perfekt për trajtimin e infeksioneve të rrugëve të sipërme të frymëmarrjes. Përveç kësaj, shkatërron bakteret dhe stimulon sekretimin e mukusit në bronke. Hudhra e egër gjithashtu stimulon tretjen, mbështet trajtimin e arteriosklerozës dhe hipertensionit. Konsumumi I rregullt I bimës do të jetë I dobishëm për njerëzitnë dietë reduktuese.[7]

[7] FLORA EKSKURSIONISTE E SHQIPËRISË; MUSTAFA DEMIRI; www Google images



Foto 11. *Allium ursinum* L. (Hudhra e ariut) google images

TRËNDAFILI I EGËR (fryte)

(*Rosa canina L.*)

Droga përbëhet nga fryte të thata dhe të situra të trëndafilit të egër (Rosa canina L. Familja Rosaceae), i cili është një shkurre deri 2-3 m e lartë, e shpeshtë në vendin tonë nëpër gardhe etj., nga zonat e ulëta deri 1600-2200 m. Trëndafili i egër ka gjethe teke pendore, me gjethëza vezake ose vezake eliptike, lulet rozë ose bardhoshe; frytet kanë formë vezake, ngjyrë të kuqe, me bërthamë vezake të majëzuara, të forta; lulëzojnë në qershor-korrik, dhe frytifikon në vjeshtë.

▶ VETITË:

Frytet e trëndafilit të egër përmbajnë sasi të mëdha vitamine C. Vitaminë P, provitaminë A, acide organike, sheqer të invertuar, taninë, esencë etj. Në sajë të kësajë përmbajtjeje të larmishme, droga është përdorur shumë kohësh si medikament dhe si pije freskuese. Përdoret si mjet rrudhës kundër heqjes së barkut te fëmijët, kundër skorbutit (dobësi, anemi, prirje për hemoragji në lëkurën e mukozës nga mungesa e vitaminës C) dhe për rritjen e rezitencës së organizmit ndaj disa sëmundjeve infektive si p. sh. gripit etj. Frytet e trëndafilit të egër janë ndër burimet më të pasura të vitaminës C dhe rekomandohet si drogë vitaminike veçanërisht në pranverë. Droga është e efektshme edhe në pezmatime të rrugëve urinare të sipërme dhe të poshtme. Çaji që përgaditet nga bërthamat përdoret më shspesh si mjet diuretik.

▶ PËRGATITJA E PËRDORIMI

Çaji përgatitet duke valuar 5-10 minuta në një gotë me ujë një lugë gjelle me fryte të copëtuara. Këshillohet që frytet të hidhen në ujë në çastin kur ai fillon tyë ziejë (në enë cingoje) dhe zierja të bëhet e ngadalshme, sepse në këtë mënyrë ruhet pa u prishur deri në një farë shkallë vitamina C. Pas ftohjes çaji kullohet nëpër një copë nape dhe pihet menjëherë.

Doza të tilla çaji mund të merren 2-3 herë gjatë ditës.

Shënim: përmbajtja e vitaminës rritet derisa fryti të fillojë të piqet, kur ai ngjyroset

plotësisht dhe forcohet; krahas pjekjes së tij, pakësohet edhe sasia e vitaminës C, e cila vazhdon të humbasë. Frytet e vjela para kohe nuk kanë sasinë e duhur të vitaminës C; kjo nuk shtohet më gjatë pjekjes së fryteve, por pakësohet dhe gjatë ruajtjes së tyre, për një vit humbet rreth 50 % e saj.

Përdoren fryte të plota ose të copëtura dhe të pastruara nga bërthamat (akenet) dhe qimet. Çaji që përgatitet nga fryte të copëtuara (të cilat kanë shumë qime) duhet kulluar me kujdes nëpër një copë nape të ngjeshur (dendur).

▶ RUAJTJA: Në vende të thata droga ruan veprimin për 18 muaj.[8]



Foto 12. Rosa canina L. Foto N. Abdii

[8] Bimët mjekësore në familje, Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zerf Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo

AGULIÇJA (lule e rrënjë)

Droga përbëhet nga lulet dhe rrënjët e thara të aguliçes ose të zgorofetës (Primula veris L., familja Primulaceae) e cila është bimë barishtore shumëvjeçare, e zakonshme tek ne në kullota dhe livadheve subalpine e alpine. Aguliçja të gjitha gjethet pranë rrënjës i ka në formë vezake të zgjatur, lulet e mëdha të verdha, të renditura në ombrellë të thjeshtë; lulëzon prill-qershor.

▶ VETITË:

Drogat përmbjanë kryesisht saponine dhe esencë, glukozide (primverinë dhe primulaverinë) etj. Në sajë të kësaj përmbajtjeje, drogat përdoren kundër të ftohtit, si nxitës të nxjerrjes së gëlbazës nga rrugët e frymëmarrjes, kundër enfizenës së mushkërive si dhe bronkiteve akute dhe kronike.

▶ PËRGATITJA DHE PËRDORIM:

Një lugë gjelle me drogë lule hidhen në një enë ku përvlohen me një gotë ujë që zien; ena mbulohet, lihet 15-30 minuta; pastaj përmbajtja kullohet dhe lëngu ëmbëlsohet sipas dëshirës dhe pihet i ngrohtë; merren 2-3 doza të tilla në ditë, kryesisht si mjet që lëngëzon dhe largon sekrecionet e bronkiteve në bronkite e pneumoni, si dhe si mjet qetësues në pagjumësi, në shqetësime nervore, në dhembje koke, në të marrët e mendve si dhe në çrregullime të traktit tretës, në sëmundje të veshkëvë dhe të fshikëzës urinare. Po për të njëjtat qëllime përdoret edhe droga rrënjë në formë çaji, i cili përgatitet si vijon:

Një lugë gjelle me drogë rrënje të grimcuar hidhen në një enë, ku shtohet 1 gotë me ujë; ena mbulohet me kapak dhe përzierja zihet për 10 minuta, lihet të ftohet dhe pastaj kullohet dhe lëngu ëmbëlsohet sipas dëshirës; pihen 3-4 lugë gjelle në ditë.

▶ RUAJTJA:

Në vende të thata dhe të ajrosura drogat ruajnë veprimin për 18 muaj.[9]

[9] BIMËT MJEKËSORE NË FAMILJE Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zef Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo



(Primula flos et Radix)

MJEDHRA (gjethe e fryte)

(Rubus idaeus L.)

Droga përbëhet nga gjethet dhe frytet e thara të mjedhrës (maline, dredhëzë), manaferrë e butë), *Rubus idaeus L.*, familja Rosaceae), e cila është shkurrre e rëndomtë në lartësi 800-1800 metra, në pije të çiltërta në vende gurishtore. Mjedhra është 1-2 metra e lartë, me gjethe të këmbyera tek pendore me 3-7 gjethëza, të sipërmet trishe; gjethet poshtë janë me push të imët dhe kanë ngjyrë gri, kurse përsipër janë të gjelbra; lulet shumë të vogla, të gjelbra në të bardha: fryti është një manëzë me ngjyrë të kuqe mjedhre shumë aromatike, lulëzon në maj-qershor; frytet piqen në korrik-gusht.

▶ VETITË:

Gjethet e mjedhrës, në sajë të tanineve, flavoneve, acideve të ndryshme organike (malik, tarik, citrik, formik e salicilik), vitaminës C etj., kanë veti të mbledhin dhe të rrudhin mukozën e zorrëve, prandaj përdoren kundër heqjes së barkut. Droga përdoret si adstrigjente dhe si diuretik dhe kolagoge e lehtë. Çaji i gjetheve të mjedhrës përmban substanca që stiulojnë muskulaturën e lëmuar (utero-tonike), substanca me veprim spazmolitik dhe antikolinesterazik.

Frytet përmbajnë acid salicilik, malik, citrik, tatrik dhe kripëra të tyre, sheqerna, pektina, vitamina C etj.; përdoren si mjet që nxit djersitjen në rastet me tempe-raturë që vijnë nga të ftohtit.



Foto 13. Rubus idaeus www google images

▶ PËRGATITJA E PËRDORIMI:

Një lugë supe me gjethe të thata të grimcuara hidhen në një enë ku shtohet një gotë me ujë dhe zihet 15 minuta. Lëngu që fitohet pas kullimit pihet.

Merren 1 deri 3 doza të tilla në ditë. Çaji i fryteve përgatitet ashtu si ai i gjetheve.

▶ RUAJTJA: Në vende të thata drogat ruajnë veprimin për 2 vjet.[10]

[10] Bimët mjekësore në familje, Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zerf Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo

MANAFERRA

(*Rubus fruticosus*)

Droga përbëhet nga gjethet e thara të manaferrës. (*Rubus fruticosus* L., familja Rosaceae), e cila është shkurre shumë e përhapur gjithandej në vendin tonë.

▶ VETITË

Gjethet e thara të manaferrës që përmbajnë taninë, inozit, acide organike etj., përdoren në formë çaji kundër hemorragjive të brendshme, heqjes së bashku dhe hemorroideve. Çaji që përgatitet me gjethet e manaferrës përdoret në formë gargare kundër mahisjes së fytit, faringjitit, aftës dhe acvarimit të nishrave të dhëmbëve.

▶ PËRGATITJA DHE PËRDORIMI:

Dy lugë kafeje me drogë të grimcuar zihen 15 minuta në një gotë me ujë; çaji lihet tnë qetësi për një farë kohe, pastaj kullohet; pihen 2-3 doza të tilla në ditë.

Shënim:

1. Është vënë re se në mjekimin e heqjes së barkut te fëmijët e gjirit gjatë periudhës së verës rezultate të mira kanë dhënë gjethet dhe veçanërisht, majat e degëve të njoma të manaferrës, të cilat përgatiten në formë çaji në këtë mënyrë:

Dhjetë gr maja të degëve të njoma zihen 15-30 minuta në gjysmë litër ujë; çaji lihet në qetësi për njëfarë kohe, pastaj kullohet; ky lëng, me ngjyrë të verdhë, u jepet fëmijëve me lugë kafeje.

2. Majar e degëve të manaferrave rekomandohen nga mjekësia popullore si ndihmëse në mjekimin e sëmundjes së sheqerit: 10 g maja të këqrcenjve në 1 litër ujë; çaji pihet me gota brenda ditës.[11]

[11] Bimët mjekësore në familje, Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zerf Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo



Rubus fruticosus- Foto 14. N. Abdii

LITERATURA

1. FLORA EKSKURSIONISTE E SHQIPËRISË; MUSTAFA DEMIRI; Tiranë, Nëntor 1981
2. BIMËT MJEKËSORE NË FAMILJE, Doc. Petrit Kokalari, Prof. Zerf Sima, Ph. Mr. Pavli Xinxo; Tiranë, mars 2007
3. www google images
4. ATLAS I BIMËVE TË KOSOVËS; Prishtinë, 2021
5. FLORA NA REPUBLIKA MAKEDONIJA; Kiril Micevski; Shkup 2005



BIMËT MJEKËSORE NË FLORËN E MALIT SHARR

ISBN 978-608-67258-0-8