

LE ERBE MEDICINALI DI FRATE ATANASIO



Padre ATANASIO CRISTOFORI
cappuccino - erborista

Srauno: 24 luglio 1885 Rovereto: 11 giugno 1961

La V edizione del libro di P. Atanasio Cristofori «Erbe medicinali di frate Atanasio» vede la luce a quarantadue anni dalla precedente e alle soglie dell'anno 1985 che segna il centenario della nascita dell'Autore. Nonostante il passare del tempo pensiamo però che l'apparire del volume nelle librerie e speriamo anche e soprattutto – nelle case delle nostre valli trentine, sia salutato come il ritorno di un amico, come l'affacciarsi alla porta di casa della veneranda e bonaria figura del frate che ne è l'Autore: una figura ieratica sull'altare e sul pulpito, ma buona, affabile, umile e accostabile negli incontri personali e nella vastità e tenacia delle amicizie. Così intima e affettiva era infatti ritenuta universalmente la connessione fra l'uomo, il frate sacerdote, e la sua opera di raccoglitore e distributore di erbe medicamentose, tra la parola viva e parlata che sapeva accostare l'uomo a Dio, e quella scritta nel suo libro che sapeva indicare nella natura la manifestazione della bontà e provvidenza di Dio, da divenire universalmente conosciuto e chiamato «il frate delle erbe». Crediamo pertanto che non sarà discaro a quanti lo hanno conosciuto e a quanti ne hanno sentito parlare, premettere a questa edizione postuma un breve profilo dell'Autore, perché la sua memoria rimanga ancora unita alla sua opera.

Sacerdote cappuccino

Padre Atanasio Cristofori – Angelo al battesimo – nasceva a Grauno, minuscolo centro della Valle di Cembra il 24 luglio 1885. A sedici anni scendeva a Trento, accompagnato da mamma Cecilia, per chiedere di essere ammesso tra i frati cappuccini. Aveva frequentato con profitto le tre classi elementari esistenti nel paese: possediamo l'attestato della III classe del 1899, nel quale la brava maestra Speranza Balduzzi lo giudicava «molto buono» in tutte le materie: solo in storia naturale e fisica lo gratificava con appena un «sufficiente». Un po' poco veramente per un futuro naturalista!... Un certificato del parroco di Grumes dichiara che il giovinetto era stato istruito da lui «per due anni nella lingua italiana e latina specialmente, non trascurando la storia, la geografia e la letteratura, nelle quali materie dimostrò grande diligenza e non mediocre capacità».

Non gli mancava quindi una preparazione scolastica, sia pure rudimentale, ma sufficiente per essere ammesso agli studi conventuali.

Ma quando il giovinetto, imbarazzato e tremante (lo raccontava lui, da vecchio, sorridendo) si trovò davanti alla figura austera del Provinciale dei cappuccini, allora P. Ignazio Zanol da Rovereto, e si sentì dire: «siete troppo gracile per la nostra vita austera: dovete mangiare ancora due some di polenta», si sentì perduto. Intervenne mamma Cecilia col coraggio e l'autorità materna: «el varda, padre, che l'è ben semplizot (in dialetto, piccolo, mingherlino) ma l'è san, salo?». E fu accettato.

Entrò nel noviziato a Condino il 24 settembre 1901 ed ebbe l'abito di San Francesco. Compì e terminò gli studi ginnasiali nel convento di Arco, la filosofia a Terzolas e la teologia a Rovereto e Trento. Fu ordinato sacerdote il 14 febbraio 1909. Ma non ancora predicatore e confessore: terminò gli studi di teologia nel 1912 ed iniziò il suo lungo itinerario nei vari conventi e nelle parrocchie che vi facevano capo. Incominciò a Rovereto, poi a Trento e finalmente, nel 1940 approdò a Terzolas, da dove non si mosse più, se non per morire, nell'infermeria di Rovereto l'11 giugno del 1961.

Possediamo un libriccino in cui, fino al 1924 annotò diligentemente le sue prediche: titolo, data, luogo «dove le singole prediche furono recitate». Aveva quindi un repertorio che, almeno nei primi anni mandava a memoria, come del resto era consuetudine di tutti i predicatori popolari. Poi l'esperienza gli insegnò a conservarne il materiale catechistico e l'ossatura della predica, adattandolo però ai luoghi, alle circostanze e all'ambiente, vivacizzandolo con bozzetti e aneddoti dell'esperienza quotidiana. Predicazione eminentemente ed esclusivamente popolare, dunque. Lo aiutava a farsi ascoltare anche il suo aspetto prestante, dalla barba fluente del profeta e la voce tonante: raccontava, compiacendosene, di quel prete di montagna (Ruffré, per l'esattezza), che temeva per le vetrate della piccola chiesa!

Così per cinquant'anni: quaresime, missioni popolari, sagre di paese, con lunghissime ore di confessionale, con lunghe camminate da un paese all'altro, sempre pronto a rispondere a chi lo richiedeva e a chi lo mandava. E lungo la strada trovava anche i suoi «Nicodemi» che lo aspettavano per «fare la Pasqua», per i quali non c'erano «tempi stabiliti», ma tutto l'anno era aperto alla misericordia di Dio che P. Atanasio portava con sé.

Durante la prima guerra mondiale fu anche cappellano militare al Tonale e sulla Presanella, ma solo per qualche mese, perché la vita militare non era fatta per lui e la divisa gli era più pesante e ingombrante del saio francescano. «Il frate delle erbe»

All'interno della sua vocazione francescana ne nacque ben presto un'altra, in piena armonia e sintonia con la prima: quella dell'interesse per la natura, gli animali, le erbe, i funghi: anch'essi creature di Dio, dono di Dio agli uomini. Come san Francesco avrebbe voluto cantare e cantò di fatto con la sua vita e con il suo entusiasmo:

«Laudato si, mi Signore, per sora nostra matre Terra,
la quale ne sustenta e governa

e produce diversi fructi con coloriti fiori et erba».

Fu certamente una vocazione innata, un'inclinazione tutta personale. Forse portò con sé dal piccolo borgo natio l'amore alla natura e qualche nozione attinta alle conoscenze popolari, ma è certo che in convento trovò un clima adatto alla sua crescita e la possibilità di apprendere e approfondire ciò che già sentiva nell'anima. In ogni convento francescano c'è sempre un giardino per i fiori, un claustro ingentilito di corolle. Francesco stesso, come narrano i suoi primi biografici «consigliava all'ortolano di adattare a giardino una parte dell'orto, dove seminare e trapiantare ogni sorta di erbe odorose e di piante che producono bei fiori, affinché al tempo della fioritura invitino tutti quelli che guardano a lodare Dio, poiché ogni creatura sussurra e dice: «Dio mi ha fatto per te, o uomo»» (Legg. perugina).

È quanto P. Atanasio stesso ci conferma nella sua Prefazione alla prima edizione del suo libro: «La causa che mi spinse a dare alle stampe questo modestissimo libretto è doppia: remota e prossima. La prima risale alla mia giovinezza, e fu l'amore di predilezione alla Botanica. Quest'amore, crescendo sempre con gli anni, mi diede occasione, in convento e fuori, di dedicare tutti i ritagli di tempo disponibili a questo studio, mediante mezzi didattici, esperimenti e conversando con persone competenti. Da qui lo studio applicato alla Fioricoltura, alla Frutticoltura ed alla Terapeutica della nostra superba e lussureggiante Flora».

Chi sono le «persone competenti» che lo aiutarono a formarsi la cultura botanica?

P. Atanasio non poté conoscere di persona il suo confratello cappuccino e conterraneo P. Placido Giovanella da Cembra che fu micologo e naturalista e avviò alla conoscenza dei funghi l'abate Giacomo Bresadola, perché questi moriva nell'infermeria del convento di Rovereto nel 1903, mentre fra Atanasio era alle prese con i latinucci nel vicino ma allora irraggiungibile, convento di Arco. Ne conobbe però i molti discepoli e visse nel desiderio di raccogliergli l'eredità culturale, anche per diritto di patria.

Più tardi, ormai sacerdote, conobbe e fu amico del Bresadola stesso: benché applicato, più che alla micologia, alla fitologia e alla fitoterapia, conosceva a fondo, l'opera bresadoliana, tanto da poterne citare a memoria le pagine dei due volumi più diffusi, per ogni fungo che gli fosse mostrato: è la testimonianza di un suo collaboratore. Molti altri sono gli amici «competenti» che l'hanno aiutato a crescere nella conoscenza della botanica: egli stesso ne nomina qualcuno nella citata prefazione, come il Comm. Giovanni Pedrotti, il maestro Biasioni, il Comm. Osvaldo Orsi, direttore dell'Istituto Agrario Provinciale di S. Michele, Guido Sette, farmacista di Cembra, ecc. Non possiamo tacere il nome del Prof. Guido Rovesti del Ministero dell'Agricoltura e Foreste, Medaglia d'Oro della Cultura, suo grande amico e ammiratore al quale si deve la Prefazione alla IV Edizione del libro di P. Atanasio.

In seguito, nel 1936-37, a oltre cinquant'anni, ebbe modo di frequentare i Corsi di Erboristeria presso l'Università di Padova, dove trovò nuove cognizioni e altre conferme ai suoi studi autodidattici. Il Prof. Giuseppe Gabrielli,

dell'Università di Ferrara, solandro e erborista, commemorando P. Atanasio nel XV anniversario della morte presso il convento di Terzolas, diceva: «A questo proposito (di P. Atanasio, «studente universitario») ebbi occasione di attingere chiari ragguagli dallo stesso direttore dei corsi, il Prof. Felice Gioelli, che, divenuto in seguito ordinario di questa disciplina, quindi rettore dell'Università di Ferrara, il caso volle fosse anche mio maestro, e che con lui sostenessi la tesi di laurea. Ricordava distintamente il Gioelli del nostro frate la partecipazione diligente e appassionata alle lezioni, nonché le spiccate qualità di cui aveva dato prova nelle esercitazioni e nei riconoscimenti». Di questa partecipazione diligente alle lezioni è

testimonianza un piccolo blok di appunti, scritti con meticolosa pazienza, come da uno scolare diligente, durante l'insegnamento e gli esperimenti dei maestri, dei quali ben presto divenne più che discepolo, amico e collaboratore, mantenendosi in frequente corrispondenza. Il notes è molto sciupato e porta i segni di una continua e diuturna consultazione.

Frutto di questi studi, ma soprattutto della sua consumata esperienza, della sua innata intuizione e della conoscenza dei luoghi, e dietro sollecitazione dei molti amici e ammiratori, è il suo libro «Piante ed erbe medicinali della nostra Regione Tridentina», vero vademecum della medicina pratica popolare, che ebbe nelle nostre valli ma anche fuori, una insperata diffusione. Si proponeva di scrivere per il popolo: «Il libretto è scritto in modo semplicissimo per essere alla portata di tutti. Per questo ho evitato la terminologia medica, ho tralasciato quasi tutte le piante velenose' (nella I Edizione), perché nella cura delle malattie, non si avesse a sorpassare arbitrariamente le dosi...» (prefaz. alla I Edizione). Il libretto andrà poi arricchendosi e rimpolpandosi nelle successive edizioni. Basta osservare la data e il progressivo aumento delle pagine per farsi un'idea della diffusione del libro e della cura meticolosa con cui l'Autore lo ha curato e seguito.

Ecco l'elenco delle varie Edizioni:

I EDIZIONE: P.A.C. (Padre Atanasio Cappuccino) - «Piante ed Erbe Medicinali della nostra Regione Tridentina» - Ardesi, Trento 1931 - pag. 72.

Prefazione dell'Autore - duplice indice alfabetico: delle piante descritte nel libro e delle malattie e corrispondenti cure.

II EDIZIONE: Padre Atanasio da Grauno - Cappuccino - «Piante ed Erbe Medicinali della nostra Regione Tridentina» - II Edizione migliorata, ampliata e illustrata con figure colorate». Ardesi - Trento - 1934 - pag. 150.

Vi è aggiunto un Atlante in 12 Tavole a colori, con nome delle piante in italiano e latino. L'Atlante è stampato ad Esslingen in Germania dalla J.F. Schreiber Verlag come appendice al libro di Christiansens A. «Taschenbuch einheimischer Pflanzen». Munchen, 1916.

III EDIZIONE: Padre Atanasio da Grauno - cappuccino - «Piante ed Erbe Medicinali della Regione Tridentina» - Ardesi - Trento 1937 - XV - pag. 253.

IV EDIZIONE: Padre Atanasio da Grauno - cappuccino - «Piante ed Erbe Medicinali d'Italia con speciale riguardo alla Regione Tridentina» - Ardesi - Trento 1942, pag. 281.

IV Edizione riveduta, ampliata con nuovo ricettario. La pubblicazione porta tutti i segni del tempo di guerra: carta, stampa e soprattutto la mancanza dell'Atlante illustrativo, che si poté avere solo in un numero limitato di copie per la difficoltà dell'importazione. Porta la prefazione del Prof. Guido Rovesti, Consigliere Superiore del Ministero dell'Agricoltura e delle Foreste. Alla fine di questa forse troppo lunga enumerazione mi sembra di poter dire che due sono principalmente i meriti dell'opera di P. Atanasio, prescindendo dal suo valore scientifico: quello di essere riuscito a volgarizzare e rendere elementare ed accessibile a ogni classe di persone una scienza che non è delle più facili, illuminando soprattutto i più sprovvisti ad apprezzare la ricchezza che li circonda nella natura; e lo spirito di carità e di fede da cui tutto il libro è animato.

Scriveva nella Prefazione alla II Edizione del 1934: «Possono queste pagine istruire, consolare e sanare tanti esseri sofferenti ed irrequieti, e dire a tutti: Nel vostro corpo sano, sana sia pure la vostra mente: "mens sana in

corpore sano": affinché, essi commossi alla considerazione di questo dono di Dio, nel grande e svariato mondo delle piante, lodino e glorifichino il Divino Creatore».

Ma l'attività scientifica di P. Atanasio non si ridusse alla composizione del libro, a correggere, aggiungere, chiarire meglio le procedure pratiche per la preparazione delle erbe medicinali, lavoro riservato ai mesi invernali lunghi e solitari nel convento di Terzolas, ma appena si apriva la stagione e i primi fiori e le prime erbe comparivano sulle montagne circostanti, incominciavano anche per il frate le lunghe escursioni nei boschi, solo o con amici e collaboratori e al ritorno, il sacco da montagna era sempre pieno e fragrante di mille odori e colori.

Intensa anche la sua collaborazione al Consorzio Erboristico Regionale di cui era membro della Commissione scientifica fino dal 1929 e la partecipazione sua sempre entusiastica alla fondazione e alla manutenzione dell'orto botanico alle Viotte di Monte Bondone. Continua e appassionata anche l'opera di divulgazione con conferenze e lezioni a gruppi botanici e in particolare ai maestri elementari. Con questi in particolarmente faceva opera di educazione ecologica. Proprio in una conferenza ai maestri si augurava di «non vedere più quelle frotte promisque e incoscienti di gitanti e di turisti, salire e scendere dai nostri monti con la testa nel sacco, calpestare e distruggere vandalicamente quanto di bello e di autentico il Signore ci ha regalato nelle nostre stupende montagne...».

Uomo tra gli uomini

La lunga carrellata nella vita e tra gli scritti di P. Atanasio probabilmente non è ancora riuscita a darci la sua fisionomia umana verace e autentica, come l'hanno conosciuta le genti della Valle di Sole e di Non che lo incontravano sulle loro strade nelle sue scorribande pastorali e scientifiche. Chi non lo conosceva? L'apparire della sua figura ieratica di patriarca dalla barba fluente e dal sorriso ilare di bambino rimasto tale anche se cresciuto e invecchiato, era sempre una
sulle piazze dei paesi, nelle baite di montagna, nelle chiese e case.

P. Atanasio fu veramente un semplice, un umile, un buono: come San Francesco voleva i suoi figli.

Per questo amò la natura con ammirazione ed entusiasmo, nelle sue espressioni più semplici e più belle: i monti, i fiori, le erbe, gli alberi, le acque, gli uccelli, i cervi e i camosci, che ospitò in convento per salvarli dalla rigidità dell'inverno: tutte le creature del buon Dio. Per questo amò gli uomini, senza eccezione e senza distinzione. Credo non abbia mai avuto non solo nemici, ma neppure avversari, competitori, invidiosi o malevoli. Avvicinava tutti con la medesima confidenza e sicurezza. Per tutti i mali del corpo aveva il suo pizzico profumato di erbe aromatiche, accompagnato da una benedizione e da un ammonimento morale; per tutte le occasioni gioiose e tristi aveva il suo fiore e la sua partecipazione umana e francescana; per ogni incontro l'aneddoto arguto, la battuta caustica, le caratteristiche «rimele» eco di un mondo di fiaba, ingenuo e buono, sereno e semplice, tipicamente francescano. Con la medesima confidenza e disinvoltura dava e chiedeva, ammoniva, rimbrottava e lodava, lasciando sempre tutti con l'animo pacato e contento.

Ci auguriamo che il ritorno di P. Atanasio attraverso le pagine del suo libro valga non solo a portare sollievo a quanti soffrono nel corpo e nello spirito, ma anche a ricordarci che Dio ci vuoi bene e che le creature che ci ha messe vicine sono l'attestazione concreta della Sua bontà e della Sua Provvidenza.

BREVE NOZIONE DI FITOTERAPIA

Sarà sempre cosa difficile anche per l'uomo studioso il poter valutare adeguatamente i beni immensi apportati all'uomo dalle piante medicinali, tanto nell'uso profilattico, che in quello terapeutico: il loro uso si può dire abbia avuto principio all'apparire del primo uomo sulla terra.

Purtroppo però questi mezzi di cura che la divina Provvidenza ci diede a larga mano e gratuitamente, col progresso di tempo e con l'avvento di nuovi sistemi, andarono in disuso, fino a essere addirittura disprezzati.

Anche gli stessi sanitari, abbandonando i fitofarmaci, formatisi sotto l'influsso di quel potente reattivo chimico, che è il sole, prestarono volentieri l'orecchio alle interessate lusinghe di quei fabbricanti stranieri, che riversavano continuamente sul nostro mercato, sotto diversi nomi reboanti, la loro produzione di materie coloranti, spacciate per medicinali di ammirabile efficacia.

Già sullo scorcio del secolo passato un discreto numero dei nostri medici italiani studiarono e seppero valutare i benefici apportati dalle piante ed erbe medicinali, all'umanità sofferente; e nel 1882 il professor Oreste Mattiolo propose alle sfere governative un progetto di legge a tutela del patrimonio costituito dalla nostra flora medicinale.

La guerra mondiale poi fu quella che aumentò in modo straordinario lo studio dell'Erboristeria, per la mancanza di quei prodotti e sottoprodotti di materie coloranti che non si potevano più ritirare dall'estero belligerante, preoccupato a preparare con esse gli esplosivi e i gas asfissianti.

Nel dopoguerra questo studio delle piante medicamentose s'intensificò sempre più, finché arriviamo alla legge Acerbo del 1930.

Con questa legge, approvata il 6 gennaio 1931, Giacomo Acerbo, Ministro dell'Agricoltura e Foreste, riuniva una Commissione di agronomi, chimici, medici industriali per uno studio serio, destinato allo sfruttamento razionale della nostra flora officinale.

A questa legge, che disciplina la coltivazione e la raccolta delle piante officinali, fecero seguito due altre disposizioni importanti: quella che si riferisce all'autorizzazione per raccogliere le piante, e quella che riflette il conseguimento del Diploma di Erborista, ovviando così all'ignoranza o ingordigia di certi raccoglitori, poco coscienti, i quali, strappando radici o togliendo alle piantine i mezzi di riproduzione, fecero sì che alcune di esse scomparissero dalla flora di certe regioni.

Frutto di questa legge provvidenziale fu lo studio appassionato in seno a tutte le classi e in tutta la nazione; il programma dell'Erboristeria introdotto nelle scuole; il ritorno di tanti medici all'uso dei semplici; l'istituzione di parecchi Consorzi Erboristici Regionali, di Istituti Chimici per la preparazione di medicinali a base di puro vegetale e di interessantissimi Corsi Erboristici tenuti nelle diverse Regie Università per il conseguimento del Diploma di Erborista legale specializzato.

Frutto di questa provvida legge sull'Erboristeria furono le belle e interessanti opere edite da valenti uomini nostri, quali: un dottor Negri con il suo: Erbario figurato; un dottor Fidi con le sue: Erbe e Piante medicinali; un dottor Alessandro de Mori con le sue: Piante officinali e il chiarissimo dottor Carlo Inverni con le sue opere riflettenti questo vago, utilissimo e redditizio campo dell'Erboristeria.

NB – Ma forse il più grande studioso in questa materia è il chiarissimo professor Guido Rovesti con le sue interessanti monografie sul «Ginepro», sul «Lauro», sulla «Ginestra», sull'«Autarchia italiana attraverso i secoli nel campo delle piante officinali».

CONOSCENZA E UTILIZZAZIONE DELLE PIANTE OFFICINALI

Non occorre dirlo che per dedicarsi di proposito all'erboristeria è assolutamente necessario non solo conoscere le piante ed erbe medicamentose così in generale, ma di saper discernere secondo la diversità del clima, del terreno, dell'altitudine e della località le piante d'una stessa specie. Giacché è provato che la forma, il colore e le dimensioni, come pure la potenzialità terapeutica dipendono da questi fattori. Così pure l'Erborista deve porre grande attenzione per non confondere una pianta medicamentosa con altra di specie affine, il che è molto facile ad avverarsi non solo con piante d'una stessa famiglia, ma anche con quelle di famiglia e generi diversi.

E questa precauzione oculata deve aversi sempre presente, trattandosi di piante velenose (p. es. Veratrum album e Gentiana lutea, ecc.).

L'Erborista deve usare questa pratica specialmente con le piante o erbe già essiccate, perché, in tale stato, rappresentano forme e colori diversi dallo stato verde. Quindi l'obbligo di tenerle separate le une dalle altre, e mettervi per tempo a ciascuna la propria etichetta.

Di qui anche la necessità di conoscere le parti utilizzabili della pianta, se si debba cioè raccogliercela intera, o le foglie, o i fiori, o le sommità fiorite o la corteccia, radici, rizomi, semi, bacche, libro, o una o più di queste parti combinate insieme.

EPOCA DELLA RACCOLTA

La raccolta si deve iniziare allorché la pianta o le parti di essa che interessano contengono il massimo dei principii attivi. L'epoca della raccolta varia secondo le diverse piante, e secondo le diverse parti d'una stessa pianta che si vuole utilizzare. Per avere un raccolto più o meno abbondante, più o meno ricco di principii attivi, si deve fare attenzione alla qualità del terreno, al clima, al luogo e anche alla coltivazione. In quanto alla coltivazione si fa notare che le piante spontanee sono più ricche di principii attivi che non quelle coltivate, a meno che la coltura si faccia in un ambiente voluto dall'attitudine e dal terreno delle piante spontanee. Nella raccolta delle foglie, dei fiori e sommità fiorite si deve fare attenzione di non danneggiare le piante. Le radici, i tuberi, i bulbi e i rizomi devono essere interi, ben puliti e ben conservati. Ogni raccolta deve farsi in giornate serene o almeno asciutte.

Le radici, i tuberi, i bulbi e i rizomi si raccolgono preferibilmente in primavera, quando incominciano a spuntare le foglie, o in autunno, dopo la caduta delle foglie o del caule, se la pianta è biennale. Generalmente però si preferisce l'autunno, perché in tale stagione le radici sono più ricche di succo. Per il medesimo titolo si raccolgono pure d'autunno le cortecce e le parti legnose: anzi, per queste, è preferibile l'inverno.

Gli steli e le foglie si raccolgono in principio di fioritura, perché prima le piante sarebbero troppo pregne di acqua; più tardi invece, i principii attivi passerebbero nei fiori. I fiori vengono raccolti al tempo della fecondazione, cioè quando si aprono.

Le foglie e i fiori delle labiate si raccolgono quando le piante sono in piena fioritura. Per quanto riguarda la raccolta dei frutti e dei semi si consiglia di prenderli a perfetta maturità, fatta eccezione delle piante ombrellifere i cui semi devono raccogliersi prima della maturazione, perché non avendo la maturazione simultanea, andrebbero perduti i semi più sviluppati. I ritardatari si possono maturare con l'essiccazione. E questi semi, perché di maturazione irregolare, devono essiccarsi al sole. Le foglie, specialmente se sono destinate al commercio, devono essere monde, cioè senza picciolo.

ESSICCAZIONE

In via generale l'essiccazione delle foglie, dei fiori e delle piante erbacee si fa all'ombra, in ambienti arieggiati e difesi dall'azione diretta dei raggi solari. Le piante aromatiche possono, in un primo tempo, esporsi al sole, mai a bagnomaria o al forno; tutt'al più, in via eccezionale, si possono essiccare in una stanza riscaldata.

Le radici, i tuberi, i rizomi devono essiccarsi al sole, o nelle stufe, o nei forni, badando bene però che nei forni non vengano cotti o addirittura abbruciati. Per l'essiccazione sia all'ombra che al sole o al forno, è necessario che la pianta, o i fiori, o le radici siano bene distese; e prima di mettere a fissa dimora la parte di pianta che si vuoi utilizzare, deve essere talmente secca, che stropicciandola, si possa polverizzare. Perché le piante, le foglie e i fiori possano mantenere, nel miglior modo possibile, il colore, e quindi renderle commerciabili, non si devono mai pressare nello stato verde in ceste o altro, ma praticare subito l'essiccazione giusta le norme qui prescritte.

Per l'essiccazione di radici, bulbi, rizomi, tuberi e cortecce, è necessario siano tagliati in pezzetti orizzontali o verticali, secondo le prescrizioni farmacologiche. L'essiccazione di piante minute o acquose si fa legandole a mazzetti e sospendendole in aria a una corda.

Prima dell'essiccazione delle piante è necessario prati-care accuratamente la pulitura, la lavatura, se occorre, e lo scarto delle parti marce o deteriorate.

MODO DI PREPARARE LE DROGHE

Già dopo la prima edizione di questo mio libro, alcuni de' miei lettori si lamentarono di non aver trovato in alcune piante la dose specifica da adoperarsi per ogni singolo preparato. Altri mi domandarono la distinzione che passa tra thè o infuso e decotto, come pure la spiegazione delle parole estratto, tintura, succo, tisana, ecc.

Cercherò di accontentare tutti nel miglior modo possibile, sempre persuaso, però, di non arrivarvi, perché so che certuni sono un po' troppo esigenti e capricciosetti come scattanti bambini.

Dirò, primieramente, che la dose per ogni thè o infuso ordinariamente è di 8-10 gr. quando, in questolibro, non è indicato altrimenti e anche quando non fosse indicata dose alcuna. Questa dose può essere aumentata o diminuita a piacimento dell'individuo, secondo la propria costituzione fisica e l'effetto che produce. Tutto questo per le piante ed erbe non venefiche, perché per le venefiche è necessario stare all'indicazione o consultare il medico.

THE, INFUSO, INFUSIONE

Il thè, o infuso, o infusione consiste nel versare ac-qua bollente (un quarto di litro) in un recipiente nel quale sia stata messa in precedenza la pianta sminuzzata, avendo cura di coprirlo subito per impedire l'evaporazione. Dopo circa 15 minuti si filtra e si zucchera, o meno, secondo i gusti. In via generale però si ha fretta di gustare il preparato, e io consiglierei a far bollire per 2 minuti la droga, tenendola sott'acqua con una forchetta e lasciandola sedare, come sopra, per soli 5 minuti. Per certe piante, specialmente amare, è consigliabile usare una seconda volta, aggiungendovene metà di nuove.

DECOTTO O DECOZIONE

Il decotto o decozione, l'indica la stessa parola, si fa con il bollire la pianta o le piante a completa cottura, ossia dai 20 ai 40 minuti, notando che se per un decotto si adoperano piante molli e dure (ad esempio: rizomi, radici), queste devono esser bollite prima delle molli (foglie e fiori), riuscendo così più efficace il decotto.

ESTRATTO

Si ha l'estratto di una pianta, quando si adoperano dei solventi, che possono essere acquosi, idroalcolici, alcoolici ed eteri, conforme se si adopera acqua distillata, o alcool diluito, o solo alcool, o etere.

TINTURA

La tintura si ottiene mettendo a macerazione la pianta ridotta in polvere nell'alcool. Questa operazione si compie in due volte, e precisamente: si mette la droga nella metà dell'alcool che si vuoi adoperare per 4-5 giorni, poi si versa in un recipiente, immettendovi l'altra metà di alcool per altri 5 giorni; indi si versa, si sprema il residuo, si uniscono insieme i due liquidi, e poi si filtrano.

SUCCO

Il succo si ottiene spremendo la pianta verde in un torchietto o in un mortaio, badando che la pianta sia ben lavata e sufficientemente tagliuzzata. La pasta ottenuta si sprema in un sacchetto di tela. Il succo così ottenuto, si deve chiarificare con il metterlo in un vaso di vetro e immergerlo in acqua quasi bollente, finché sia chiarificato. Quando poi è raffreddato, si filtra, si imbottiglia, mettendovi sopra un piccolo strato di olio d'olivo, si tappa ermeticamente e si pone in luogo fresco e asciutto. Mancando l'alcol, specialmente alla gente povera, si procede alla stessa operazione con vino generoso ad alta gradazione. Per piante e radici mucillagginose, viscoso è necessario pestarle, inumidirle con acqua e lasciarle per qualche tempo in macerazione prima della spremitura.

TISANA

La tisana è una pozione nella quale il principio attivo è in piccola quantità, e si può prendere senza alcun inconveniente.

SPIEGAZIONI DI ALCUNI TERMINI MEDICI CHE SI RISCONTRERANNO NEL LIBRO

AMENORREA : ritardo o mancanza delle mestruazioni. **AMARO**: che aumenta l'appetito, facilita la digestione, rinforza.

ANALETTICO: che ristabilisce le forze, specialmente nei convalescenti.

ANESTETICO: che priva della sensibilità.

ANTIDOTO: Contravveleno.

ANTIHELMINTICO: che scaccia i vermi.

ANTIPIRETICO: rimedio contro la febbre.

ANTISETTICO: contro la putrefazione tanto dei liquidi che dei tessuti.

ANTISPASMODICO: medicamento contro le contrazioni involontarie dei muscoli.

APERITIVO: che eccita l'appetito, ristabilendo le funzioni dello stomaco.

ASTRINGENTE: che diminuisce o arresta la secrezione con il suo contatto.

BECHICO: contro la tosse.

CARMINATIVO: che espelle i gas intestinali.

CATARTICO: purgante blando.

CAUSTICO: che brucia.

CEFALICO: che combatte i dolori di testa.

COLAGOGO: che serve a espellere la bile.

DEPURATIVO: che serve a purificare il sangue. **DETERSIVO**: che pulisce le ferite e le cicatrizza. **DIAFORETICO**: eccitante il sudore.

DIURETICO: che provoca abbondanza di urina. **DRASTICO**: purgante energico.

EMETICO: che provoca il vomito.

EMMENAGOGO: che provoca i mestruai.

EMOLLIENTE: atto a rammollire le parti irritate o in-fiammate.

EMOSTATICO: che arresta le emorragie.

ESPETTORANTE: che fa espellere le materie contenute nei bronchi.

FEBBRIFUGO: che allontana la febbre.

IPNOTICO: che eccita il sonno.

LASSATIVO: purgante che non irrita.

LEUCORREA: perdite bianche delle donne. METRORRAGIA: perdita di sangue dall'utero.

NARCOTICO: che produce torpore, sonno, stupore. PETTORALE: atto a curare le malattie della respirazione.

REVULSIVO: che serve a deviare verso l'esterno una secrezione morbosa, portando la parte malata allo stato di prima.

RUBEFACENTE : che porta maggiore quantità di sangue alla superficie della pelle.

SINERGICO: rimedio simile a un altro.

STIMOLANTE: che eccita l'attività organica, ravvivandone la circolazione sanguigna.

STOMACHICO: che fortifica lo stomaco.

STOMATICO: che serve per le malattie della bocca. SUDORIFERO: eccitante il sudore.

TENIFUGO: rimedio contro il verme solitario.

Tossico: che eccita e fortifica in modo durevole le funzioni dei tessuti.

TOPICO: rimedio che si applica all'esterno, come: empiastri, cataplasmi, unguenti, ecc.

VERMIFUGO: che scaccia i vermi dall'intestino.

VULNERARIO: atto a curare le ferite.

1 PARTE
PIANTE ED ERBE MEDICINALI

SPIEGAZIONE DELLE ABBREVIAZIONI

H.: Habitat. P.: Parti.

R.: Raccolta. F.: Famiglia.

NOMI BOTANICI

Allioni: ALLIONI CARLO (1725 - 1804) botanico italiano.

D.C.: DE CANNELLE AUGUSTIN (1778-1841) - botanico svizzero, professore in Montpellier, contribuisce alla sistematica con «Teoria elementare della botanica». Inoltre è autore di molte altre opere di fisiologia e organografia vegetale.

DE CANNELLE•ALFONSO (1806-1893) - figlio di Augustin, botanico, termina l'opera «Padronus» del padre e prosegue con «Monografia sulle fanerogame».

Ehr.: EHRENBERG CHRISTIAN (1795-1876) - zoologo, botanico, medico, è al seguito della spedizione asiatica con Humbled.

Gaert.: JOSEPH GAERTNER (1732-1791) a Pietroburgo - Fondatore della morfologia moderna, 'autore di «Morfologia dei frutti e semi». Il figlio continua la sua opera.

Koch: WILLHELM DANIEL KOCH (1771-1849) - botanico ed entomologo.

L.: KARL VON LINNE (1707-1778) - medico svedese - ricercatore botanico - eccezionale classificatore. Il suo erbario con oltre 7000 specie è in possesso della «Linean Society London».

Mónch: MONCH KONRAD (1744-1805) - Professore di botanica in Kassel - Specializzato nella flora di Hessen.

Neck.: NECKED HEDWIG insieme a Schimper autrice di «Sistematica dei licheni».

Pers.: CHRISTIAN HENDRICK PERSON (1755 Città del Capo - 1837 Parigi) - medico, per primo tentò di classificare i funghi. Autore di «Micologia europea».

Schimper: SCHIMPER KARL FRIEDRICH (1803-1867) - Scopritore della nuova morfologia delle piante. Il figlio ed il nipote Willhelm (1856-1901) proseguono la sua opera. Autore di «Sistematica delle fanerogame».

Schr.: FDNZ VON SCHDNK (1747-1835) e Paola von Schrank. Direttore dell'orto botanico di Monaco - Studiosi della Flora Bavarese.

Spr.: SPRENGEL CHRISTIAN (Berlino 1750, Brandeburgo 1816) - «Sistemologia della impollinazione con insetti».

Abete bianco

Abies pectinata, D.0

NOMI DIALETTALI: Avéz, Avéc, Avézzo, Paghèra, Avéo, Avédin, ecc.

DESCRIZIONE: Albero che può raggiungere l'altezza di 25 metri, con fusto a rami quasi orizzontali; foglie persistenti, piegate in due serie opposte, lineari e percorse di sotto da due righe bianche; pinne erette con squame caduche.

Habitat: comune nella zona montana e subalpina.

Parti usate: le gemme e le foglie, come pure la resina.

Raccolta: le gemme in primavera, le foglie in pieno sviluppo.

Famiglia: Conifere.

Le foglie (500-1500 gr.) bollite fortemente nell'acqua (3-4 litri) e poi versato il tutto in un bagno con dentro acqua calda, giovano assai nell'artrite, reumatismo, asma, etisia iniziale, scorbuto e malattie della pelle.

Le gemme bollite servono quale stimolante sudorifero, urinifero, nelle debolezze di ventricolo, idropisia, sifilide cronica e impetigini. La resina produce la trementina di Strasburgo, che serve a fare empiastri. Dalle pine si estrae olio per ferite; così pure la trementina che si estrae dalle piccole cellule che sporgono dal tronco liscio.

Abete rosso

Abies excelsa, D.0

NOMI DIALETTALI: Péc, Pazzi, Piec, Pièci, Dasa. H: la zona montana e subalpina.

P: la trementina con i residuati. R: preferibilmente in autunno. F: Conifere.

DESCRIZIONE: Albero (25-35 m.) con fusto irregolarmente ramoso; i rami orizzontalmente arenati e ramettipendenti; foglie persistenti, solitarie, rigide, sottili, quasi tetragone, acute, volte per ogni verso sui rami, affatto verdi; pine pendenti con le squame persistenti.

La trementina, detta anche Acqua ragia, si ottiene incidendo il tronco; l'olio dalla distillazione e il residuo è la pece bianca o di Borgogna. Tanto la trementina che la pece, specialmente se unita a cera vergine, servono per uso esterno come empiastro o unguento nelle suppurazioni, reumatismi, lombaggini e negli ascessi.

Per uso interno nei catarri cronici delle vie respiratorie, urinarie e dell'intestino; si usa prenderne da 1 a 4 grammi al giorno, a diverse riprese, in capsule o in altro modo. Le gemme si usano contro i catarri bronchiali e della vescica, come pure nella blenorragia e nella cistite. Dose: 30 grammi in infusione in un litro d'acqua.

Per chi soffre di petto (tossi, catarri o predisposizione alla tubercolosi o è in stato di convalescenza) troverà grande sollievo passeggiando o riposando all'ombra delle conifere. Per chi non ha tale possibilità, si faccia portare un fascio di rami verdi di conifere (piceo, abete, pino); li collochi nella sua stanza e di quando in quando li agiti. Così si sprigionano le sostanze balsamiche; una volta al mese li sostituisca con nuovi rami.

Achillea atrata

Idem, L.

DESCRIZIONE: Fusto ascendente o eretto, brevemente pubescente (10-12 cm.); foglie bislunghe, pennatofesse, con lacinie lineari, mucronulate; capolini piccoli in corimbo terminale, con brattee involucrali orlate di nero.

Achillea moschata

Idem, Wulf.

DESCRIZIONE: Fusto ascendente o eretto (10-15 cm.); foglie sparse sul caule, sessili, glabre con lobi lineari, paralleli; capolini piccoli, in corimbo terminale, bianchi, con le squame involucrali orlate di rossastro o nero.

Achillea nana

Idem, L.

DESCRIZIONE: Fusto ascendente, semplice (6-15 cm.); foglie bianco-tomentose, bislunghe, pennatosette, con segmenti lineari interi, dentati o incisi; capolini piccoli, bianchi, in corimbo terminale compatto, sferico; squame involucrali ottuse e brune nel margine.

Tutte e tre queste composte di alta montagna, unite all'«Artemisia mutellina» danno il Genepì o thè svizzero che giova assai nell'atonìa del basso ventre, nella digestione ritardata, nelle conseguenti flatulenze; usati pure quale vulnerario. amabile, stomatico e giova anche nei raffreddori e mal di montagna.

Acetosella

Oxalis acetosella, L.

NOMI DIALETTALI: Pan e vin, Pan de cuco, Pan del ciel, Pan de oro, ecc.

DESCRIZIONE: Rizoma sottile con squame carnose, embricate, rossicce; foglie tutte basali cuoriformi e picciuoli assai lunghi; stipole lungamente vellutate, picciolari; peduncoli basali uniflori con una brancola nel mezzo; sepali ovali, bislunghe; petali obovali, bianchi o rosei convengono più cariche. H: luoghi umidi e ombrosi, specialmente nei boschi di conifere. P: tutta la pianta. R: estate e autunno. F. Ossolidacee.

Questa graziosa pianticella è efficace nelle febbri intermittenti, nelle costipazioni, nei tumori, nelle piaghe. Si prepara il decotto con una manata di foglie in 500 gr. di acqua. Per tumori si preparano i cataplasmi con le foglie cotte nel grasso di maiale; anche il succo, plasmato su piaghe ulcerose, è assai efficace. Per le costipazioni si mangiano le foglie crude con sensibile giovamento; però occorre non abusarne per l'acido ossalico che contengono.

Aconito

Aconitum Napellus, Stoerk.

NOMI DIALETTALI: Mapèl, Radis del diaol, Fior dalla mort, Luc, Ludo.

DESCRIZIONE: Aconito, dal greco acòne = roccia per la stazione della pianta.

Rizoma con due tubercoli allungati, fusto eretto, un po' angoloso; foglie 5 partite e segmenti cuneati a ventaglia, divisi in lacinie lineari; fiori violaceo-azzurri in racemo; elmo emisferico, rostro del nettario breve, carpelli appressati all'asse; semi solcati in una sola faccia. H: nei luoghi umidi e al

marginie delle rocce e dei boschi della zona montana e subalpina. P: i tuberi. R: all'epoca della fioritura e da essiccarsi all'aria aperta. F: Ranunculacee. Questa pianta velenosissima in tutte le sue parti, serve nelle nevralgie, nei dolori reumatici e gottosi, nella sciatica, nell'angina, nel mal di cuore e nelle congestioni polmonari. Per l'uso si deve sempre interrogare il medico.

Actea spicata, L.

NOMI DIALETTALI: Barba de capra, Barba de bech.

DESCRIZIONE: L'Actea ha un rizoma grosso, nerastro; foglie bi-tripennate, con foglioline ovate incisoseghettate; fiori in racemo denso; petali spatolati, bianchicci; bacca nera, lucida. H: luoghi ombrosi della zona montana e subalpina. P: la radice. R: estate, autunno. F: Ranunculacee.

La radice di questa pianta ha proprietà purgative e sudorifere; venne pure adoperata nel gozzo e nell'asma, e anche nelle malattie della pelle. Essendo velenosa, deve essere adoperata con prudenza e in piccolissime dosi.

Agarico bianco o Fungo del larice

Polyporus officinalis, Fries.

Questo fungo si sviluppa sul tronco delle conifere e specialmente del larice nelle foreste della zona montana subalpina. Ha forma di zoccolo o mensola, sugheroso, coperto di crosta dura, segnata da zone di diverso colore. Si può raccogliere in qualunque stagione. Si raschia la parte superficiale, per liberarlo dalla parte legnosa. Contiene una resina speciale. Bollito nella dose di 4-5 gr. è purgante violento e anche vomitivo. Nella dose di 1 gr. si adopera con successo nei sudori dei tisiaci. Serve pure nelle emorragie, come anche nella fabbricazione di certi liquori, quali, a esempio, il Fernet.

Agave americana

Idem, L.

Pianta vivace della famiglia delle Amarillibacee, con rizoma grosso dal quale hanno origine le foglie carnose e lunghe fino a un metro. Essa è originaria dall'America, ma è acclimatata anche da noi. Lungo le coste del Mediterraneo cresce spontanea. Si usa il succo che si estrae dalle foglie e dal rizoma. Esso è rinfrescante, depurativo, diuretico. Come rinfrescante interno si usa l'infuso di 50 gr. di foglie in 1 litro d'acqua che si addolcisce con miele. Si prende a tazzine.

Per uso esterno giova assai quale lavaggio nelle infiammazioni degli occhi. Le foglie secche, polverizzate, in dose di una cucchiata al giorno, servono contro l'itterizia e i mali di fegato. Da non confondere, come fanno taluni, l'Agave con ll'Aloè.

Aglio

Allium sativum, L.

H: ignoto allo stato spontaneo; viene comunemente coltivato negli orti. F: Liliacee.

Preso per bocca è considerato quale stimolante delle vie respiratorie e digestive; è ottimo preservativo nelle malattie infettive; bollito nel latte (meglio ancora nel vi-no) è potente vermifugo; pestato si applica come cataplasma nei dolori reumatici; pestato e unito a grasso di maiale e olio si ha la cosiddetta «Senape del diavolo» che si usa quale unguento nei tumori freddi,

contro la tigna e la scabbia, come pure nelle paralisi e nei reumatismi cronici. Quest'unguento deve essere usato caldo. Contro l'artrite e reumatismo è di grande effetto anche la tintura che si prepara con 20 gr. di aglio pestato messo in infusione per 20 giorni in 100 gr. di alcool; se ne prendano 10 gocce al giorno sullo zucchero, aumentando giornalmente di una goccia fino a che la tintura è finita, e se occorre, si ripeta la cura.

Aglio orsino

Allium ursinum, L.

DESCRIZIONE: Bulbo inserito sopra un rizoma obliquo od orizzontale; foglie piane larghette; tepali lineari, lanceolati; stami lunghi, acuti; ovario con caselle a due ovoli. H: prati umidi e lungo i margini dei boschi dalla collina alla zona alpina. P: le foglie. F: Liliacee.

Questa pianticella compare in principio di primavera. Ha proprietà depurative, e si può cuocere, a tale scopo, in grande quantità, nella minestra o in insalata. Ha il sapore e la forma simile al porro. Non vi è forse pianta più salutare per purificare lo stomaco, gli intestini e il sangue.

Aglio serpentino

Allium victorialis, L.

DESCRIZIONE: Bulbo bislungo. scapo foglioso fino alla metà, angoloso in alto; fiori' bianco-verdognoli in ombrello globoso; stami lunghi il doppio del perigonio; cassula globosa-trigona. H: luoghi umidi e ombrosi e nei margini dei prati di montagna. P: il bulbo. F: Liliacee.

Il bulbo ha virtù fortemente astringente e si usa quale empiastro nei dolori reumatici, artritici, gottosi, come pure sui flemoni e sui tumori. Nel mal di denti, di orecchi e delle articolazioni si applicano i bulbi contusi, e i dolori spariscono.

Agrifoglio

Ilex aquifolium, L,

NOMI DIALETTALI: Vialòr, Lassimistar, Spèrgil, Laurano, Spina Christi.

DESCRIZIONE: Arboscello sempre verde; foglie alter-ne, coriacee, ovali o ellittiche con margine ondulato o irregolarmente dentato, spinoso; fiori in corimbi ascellari o solitari; drupa globosa, rossa. H: località fresche e riparatrici, specialmente fra le querce e castagni. P: foglie e corteccia. R: tutto l'anno. F: Aquifoliacee.

Le foglie di questo arbusto servono contro l'artrite e reumatismo in dose di 30-40 gr. in un litro d'acqua; la corteccia rammollita con l'acqua unita a trementina, cera, burro e miele dà un sapone giovevole contro tumori ed enfiagioni; il decotto serve contro la febbre e isteria; la corteccia pesta, unita ad acqua, dà un buon vischio per gli uccellatori.

Agrimonia

Agrimonia eupatoria, L,

DESCRIZIONE: Agrimonia da agros = campo e mone = abitazione. Pianta irsuta, fusto eretto (30-50 cm); foglie pennatosette, a segmenti ovali grossolanamente seghettati; fiori gialli in racemo terminale a forma di spiga; achenio unico. H: frequente nei luoghi erbosi, nelle siepi lungo il margine dei sentieri, dal

piano fino alla zona montana. P: sommità fiorite e foglie. R: all'epoca della fioritura; F: Rosacee.

Questa pianta contiene un olio etero e una certa quantità di tannino. Essendo astringente si prescrive il thè di foglie e sommità fiorite nel principio di angina, di faringiti croniche delle persone obbligate a parlare o cantare in pubblico. Il succo e il decotto (10%), da prendersi 3-4 volte al giorno, giovano per i medesimi mali, come pure nella dissenteria, diarrea, nelle affezioni del fegato, della milza, dei reni, nelle glandole mesenteriche e intestinali. Esternamente si suole usare quale cataplasmo nei tumori, piaghe e vene varicose.

Alchimilla

Alchemilla vulgaris, L. TAV. 4 - N. 31

NOMI DIALETTALI: Foie dala bruma, Erba stela.

DESCRIZIONE: Radice grossa, legnosa; fusto eretto o ascendente (5-20 cm); foglie basali picciolate, reniformi, divise fino a $\frac{1}{5}$ dal margine in 5-9 lobi semicircolari, dentati in tutto il contorno, piegate a ventaglio; fiori in corimbi terminali, verdognoli; calice con lembo a 8 denti ovali, quasi uguali.

Alchimilla alpina

Alchemilla alpina, L. TAV. 4 - N. 32

DESCRIZIONE: Radice grossa, legnosa; foglie basali palmeto partite in 5-7 lacinie lanceolate, seghettate all'apice, serico-argentine di sotto; fiori quasi verticillati in corimbo allungato; calice con lembo a 4 divisioni, 3-4 volte più larghe dei lobi del calicetto.

Tutte e due queste piante hanno proprietà vulnerarie e astringenti e si adoperano in infuso contro le diarree e flussi sanguigni in dose di 60 gr. in 1 litro d'acqua. Esternamente si usa nelle contusioni. Vi ha pure chi l'adopera quale afrodisiaco per le bestie.

Queste due specie cotte nell'acqua e bevute a caldo servono per tutti i dolori di testa, specialmente per indigestione di acqua nella stagione estiva, nei raffreddori, nelle infiammazioni degli occhi e nel mal di denti, facendo gargarismi. È salutare l'una o la seconda nelle rotture o ernie, facendo degli impacchi. H: prati umidi di montagna. P: foglie. R: estate. F: Sanguisorbacee.

Alloro

Laurus nobilis, L,

DESCRIZIONE: Lauro dal celtico Lauer = verde, perché pianta sempre verde; foglie bislunghe-lanceolate; coriacee e a margine ondulato; frutto drupa. H: da noi coltivato nella regione Vezzano-Riva. P: le foglie e le drupe. R: a maturazione. F: Lauracee.

Le foglie di alloro, oltre che adoperate come condi-

mento, si preparano in infusione quale stomachico, sudorifero e carminativo. Dalle drupe si estrae un olio per frizioni nel reumatismo e nell'emorroidi. Tale olio si adopera pure in veterinaria.

L'infuso delle foglie si fa con 5-10 foglie in una tazza di acqua bollente. Esso giova anche nelle flatuosità, nella debolezza di stomaco e nelle gastralgie, eccitando l'appetito, facilitando la digestione. Nella paralisi si danno 8 gocce dell'essenza delle bacche.

Altea officinale

Althaea officinalis, L

DESCRIZIONE: Pianta cinerino-tomentosa; fusto eretto, (60-120 cm.); foglie quasi ovali più o meno angolose, crenato-dentate con stipole lesiniformi, caduche; peduncoli con 1-3 fiori, calicetto con 7-9 divisioni lineari-lanceolate; carpelli molti reniformi a margini ottusi, rugosi sul dorso. H: assai rara come spontanea; si trova invece coltivata ed è di facile coltura. P: principalmente le radici e anche le foglie e i fiori. R: autunno per radici; le foglie e i fiori a maturazione. F: Malvacee.

Le radici sono lassative, calmanti, diuretiche, emollienti, espettoranti. Si usa l'infuso di 20-30 gr. in tutte le infiammazioni acute, nella diarrea, dissenteria, nelle malattie delle vie respiratorie, nei bruciori d'orinare, nella leucorrea, e in fomenti nei foruncoli, nelle erisipole e nelle piaghe.

L'infuso di foglie e fiori (10-15 gr.) in 1 litro di acqua è rimedio nelle tossi ribelli; le foglie si applicano sui tumori come emollienti.

Amarella

Artemisia vulgaris, L.

NOMI DIALETTALI: Erba legn, Erba per la fever, Medemaistro mat.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (70-110 cm.); foglie verde-cupo di sopra, bianco-tomentose di sotto, le inferiori picciolate, le superiori sessili, tutte pennato partite con segmenti larghi inciso-dentati; capolini ovoidi piccoli biancastri in racemo composto stretto; squame involucriali. H: comunissima nei luoghi incolti, aridi, lungo le siepi. P: le foglie e le sommità fiorite. R: in pieno sviluppo delle foglie e prima che sboccino interamente i fiori..F: Composte.

Il thè si prepara con 30 gr. in un litro d'acqua, quale stimolante nei disturbi gastrici, nelle regole sopresse o dolorose come emmenagogo, nelle metrorragie e nelle difficili mestruazioni (un bicchiere la mattina alcuni giorni precedenti). Viene pure adoperata per le bestie nelle cosiddette «engropade» e nel «mal del sangue».

Anemone dei boschi

Anemone nemorosa, L.

DESCRIZIONE: Erba rizomatosa con foglie radicali si-

mili alle bratte dell'involucro, brevemente picciolate, ternate con segmento medio generalmente trifido e bifidi i due laterali, tutti dentati; fiore solitario bianco o roseo con peduncoli curvati a maturità; achenio pubescente, terminato da una punta glabra. H: comune nei boschi della zona montana e subalpina. P: le foglie e i fiori. R: primavera. F: Ranunculacee.

La pianta fresca pestata viene adoperata come cataplasma contro la tigna e quale vescicatorio, producendo sulla pelle eritema più o meno grande a seconda della durata dell'applicazione.

Angelica

Angelica silvestris, L.

-TAV. 1 N. 3

NOMI DIALETTALI: Angelica, Sambughi mati, Carò.

DESCRIZIONE: Dal greco angelos = angelo per le sue proprietà medicinali. Fusto eretto, grosso, cavo ramoso in alto, foglioso (50-150 cm.); foglie triangolari grandissime, tripennatosette con segmenti discosti, bislungo-lanceolari, acuminati, inegualmente seghettati; fiori bianchi; ombrelle con 20-30 raggi; frutto ellittico con coste dorsali ottuse.

Arcangela

Angelica Archangelica, L.

DESCRIZIONE: Radice grossa, aromatica; fusto grosso, cavo (100-120 cm.); foglie basali assai grandi, tripennatosette, con segmenti ovolo-bislunghi inegualmente seghettati; il terminale trifido; ombrelle grandi con molti raggi; frutto con coste sporgenti, acute a vallicelle, senza canaletti. H: tutte e due nei luoghi umidi e nei fossi della pianura alla zona subalpina. P: la radice (raccolta dopo la fioritura) le foglie e i frutti. F: Ombrellifere.

La radice in dose da 3-4 gr. sola o con zucchero in decozione giova nella gonfiezza del basso ventre, nei disturbi gastrici e nei catarri di petto; messa in infusione per otto giorni nel vino bianco, serve nelle coliche prodotte da bibite fredde o da freddo ai piedi; masticata serve quale preservativo nelle malattie contagiose.

Facendo l'infuso di 15-30 gr. in 1 litro d'acqua, si ottiene un delizioso stomachico, eccitante l'appetito, facilita l'espettorazione; è indicato contro l'isteria. L'infuso di foglie e di fiori è anticatarrale e depurativo del sangue.

Anice

Pimpinella Anisum, L.

DESCRIZIONE: Fusto glabro, ramoso (30-50 cm.); foglie basali cuoriformi, rotonde, lobate, inciso dentate, le medie pennato-lobate a lobi cuneati o lanceolati; frutti pubescenti con pochi peli sparsi. H: d'ordinario coltivato

negli orti. P: il seme. F: Ombrellifere.

I semi assai profumati di questa pianticella sono carminativi, sudoriferi, sedativi, espettoranti e si usano in infusione (15 gr. in 1 litro d'acqua). Il thè (un cucchiaino di semi in una tazza di acqua bollente) è eccellente nelle difficili digestioni, nelle ventosità, negli spasmi nervosi delle vie respiratorie, nei dolori di ventre dei bambini, nel mal di capo. Per gli asmatici giova assai fumare i semi.

Antennaria

Gnaphalium dioicum, L.

TAV. 6 N. 49

DESCRIZIONE: Pianta con stoloni radicanti; fusto eretto, semplice (5-15 cm.); foglie lanceolato-lineari verde-cinerine e tomentose di sotto, le basali obovato-spatolate assai ottuse, le superiori acuminate quasi uguali; capolini mediocri in piccolo corimbo di color bianco o roseo.

H: nei luoghi aridi e boschi chiari della zona subalpina e alpina. P: la pianta intera. R: in fioritura. F: Composte.

Questa pianticella simile nella sua forma alla Stella alpina, si trova assai spesso associata a questa. Si usa l'infuso nelle malattie di petto in dose di 20 gr. in 1 litro d'acqua. Ma, oltre che espettorante, è sudorifera, antielmintica e vulneraria. Vi è pure chi asserisce come detta pianta, posta negli armadi, scacci insetti nocivi. Lavandosi, con il decotto la testa, fa morire altri insetti schifosi.

Arnica

Arnica montana, L.

- TAV.1 - N. 5

DESCRIZIONE: Erba perenne con foglie radicali a rosetta, 5-nervate; fusto eretto (20-40 cm.), con 1-2 coppie di foglie lanceolate opposte; il caule verde e peloso al vertice termina con una infiorescenza a capolino color giallo; achenio cilindrico, coronato da un papo di setole bianche uniseriate. H: comune nei prati di alta montagna. P: fiori e radici. R: i fiori in luglio, ben distesi ed essiccati all'ombra, le radici in ottobre ed essiccate all'aria aperta. F: Composte.

Anche questa bella e graziosa pianta delle nostre Alpi ha parecchie virtù medicamentose, tanto per uso interno che esterno. Internamente si prepara l'infuso nel quantitativo di 10-12 gr. in 250 di acqua. Se ne prende un cucchiaino ogni due ore negli assalti nervosi, nel principio della gotta, negli avvelenamenti, nella gonfiezza al basso ventre e contro le perdite sanguigne emorroidali. Giova pure nelle peritoniti, nelle febbri intermittenti ostinate con infiammazioni ai piedi e idropisia. Esternamente si usa il decotto nelle lividure, slogature, piaghe, tagli, punture, accessi freddi, cadute, punture.

Per fanciulli idrocefali si usano 15 gr. di fiori d'arnica in 90 gr. di aceto bollente e 150 gr. di acqua pure bollente, mettendo la miscela sul capo del malato quale impacco e cambiandola spesso. Fare attenzione, perché una dose troppo elevata per uso interno potrebbe cagionare nausea, vomiti, oppressione, vertigini.

Nelle paralisi, frizioni con lo spirito sulla spina dorsale.

Aro

Arum maculatum, L. TAV. 1 N. 6

DESCRIZIONE: Rizoma a tubero; foglie grandi astate, con macchie brune, donde il nome, con infiorescenza a spadice di color rosso. H: sporadico nella zona montana in luoghi ombrosi e freschi (Folgaria, Bondo, Giustino, ecc.). P: il rizoma. R: dopo la fioritura. F: Aracee.

Il rizoma si usa come antielmintico e antireumatico; schiacciato si applica con buon esito sulle piaghe, paterecci, porri e calli.

Per uso interno si raccomanda molta prudenza (4 gr. in polvere pro dose) perché rimedio pericoloso.

Asparago

Asparagus officinalis, L.

DESCRIZIONE: Pianta erbacea perenne che ci dà in primavera il noto eccellente ortaggio. Della famiglia delle liliacee, qua e là inselvaticato, ma più comunemente coltivato. La radice ha proprietà diuretica, calmante del cuore. Si fa il decotto con 50 gr. di radici in 1 litro di acqua da prenderne tre bicchieri al giorno tra i pasti. Questo decotto è pure indicato nell'idropisia e nella pinguetudine.

Assenzio

Artemisia absinthium L. TAV. 12 N. 86

NOMI DIALETTALI: Medemaistro, Mèdech, Erba bianca, Erba bona, ecc.

DESCRIZIONE: Pianta bianco tomentosa; fusto eretto ramoso (60-80 cm.); foglie ovali le inferiori tripennatosette con lacinie lanceolate, ottuse, le superiori pennatosette; capolini gialli mediocri in pannocchia fogliosa, volti da un lato. H: luoghi incolti, asciutti, sui muri e ai margini delle strade. P: foglie e sommità fiorite. R: in fioritura. F: Composte.

Il thè si prepara con le foglie e le sommità fiorite nella dose di 8 gr. in un litro di acqua bollente che si lascia riposare per un'ora. È indicato contro il mal di mare, come diuretico, digestivo, antielmintico, antiitterico e stomachico. Da prendersi in piccole dosi (tre-quattro cucchiaini alla volta); come vermifugo da prenderne una tazza la mattina a digiuno per gli adulti, per i bambini in quantità minore. Non abusarne, perché l'abuso potrebbe portare a gravi disordini.

Avena

Avena sativa, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (60-120 cm.); foglie lineari piane; pannocchia grande, ramosa in tutti i sensi; spighe biflore, aristate; gemette glabre. H: coltivata. P: i semi. R: a maturità. F: Graminacee.

I semi sono nutritivi, aumentano le forze vitali, sono antiemorroidali e rinfrescanti. Contro le costipazioni ed

emorroidi si prendono ogni mattina due o tre tazze di caffè preparato con avena torrefatta. Contro l'idropisia ribelle si usa il decotto di un litro di avena in 2 litri d'acqua fino a ridurla a 1 litro che si beve tutto durante il giorno. Per catarri di petto, nelle infiammazioni del tubo digerente, delle vie urinarie, nei calcoli vescicali e nella renella si fa il decotto di avena mondata in dose di 25-30 gr. in 1 1/2 di acqua fino a ridurla a un litro. Si beve in giornata tra i pasti. Anche la farina di avena cotta bene nell'acqua con un po' di burro riesce eccellente e nutritiva minestra per gli anemici, deboli, vecchi, per le nutrici e per i convalescenti di malattie contagiose.

Con una manata di paglia d'avena, ben tritata, messa a bollire per 25-30 minuti in un litro d'acqua si ottiene una bevanda ottima contro gli acidi urici cagionanti la gotta, la podagra, l'artrite, la calcolosi e la renella. Se ne bevono 2-3 bicchieri al giorno. In ogni cura però bisogna procedere con fiducia e costanza!

Barbaforte

Cochlearia armoracia, L.

Nomi DIALETTALI: Crèm, Ravanada, Crèn, Ròdech.

DESCRIZIONE: Radice grossa, fusiforme, carnosa; fusto eretto, ramoso (40-60 cm.); foglie basali ovato-bislunghe, crenulate; le cauline inferiori pennatofide, le superiori lanceolate; fiori bianchi; siliquette ellittiche gonfie. H: coltivata. P: le radici. R: a preferenza autunno, inverno. F: Crocifere.

La radice di questa pianta ha proprietà depurative, antiscorbutiche e anticatarrali, e grattugiata con aceto e zucchero serve quale companatico. Eccedendo nella quantità, produce ritenzione di urina od urina sanguigna. Giova nel mal di denti, nei crampi di stomaco, in caso di asfissia, congestione cerebrale, capogiro, mal di testa e simili. Per questi casi si fa l'empastro di radici grattugiate sulla parte dolorante. Messa in acquavite o alcool, dà un liquore giovevole per l'artrite e reumatismo, fregando fortemente. Per facilitare la digestione, nei catarri di petto o intestinali, nell'idropisia e nella ritenzione di urina si fa l'infusione di 80-120 gr. di radici tagliuzzate in 2 litri di vino o birra; da prendersi a bicchierini. La radice grattugiata e posta nell'aceto, spirito o latte serve a levare le macchie (lentiggini) dal viso e dalle mani, passandovi sopra con un po' di ovatta inzuppata nel liquido.

Barbabetola

Beta vulgaris, L.

La radice di questa pianta da tutti conosciuta, perché coltivava, oltre essere ottimo alimento, specialmente per il bestiame, è pure medicinale. Essa conviene a preferenza alle persone irascibili, biliose, irrequiete. Con essa furono guariti molti individui affetti da gastro-enterite cronica. Le foglie, cotte e condite con molto olio e poco sale, giovano nella stitichezza. Il decotto di foglie (40-50 gr. in 1 litro d'acqua) è eccellente nelle infiammazioni intestinali, nei bruciori d'orinazione, nelle emorroidi e nelle malattie della pelle.

La pianta appartiene alla famiglia delle Chenopodiacee.

Bardana

Lappa maior, Gaertn.

Nomi DIALETTALI: Petolara, Baldana, Slavacioni, ecc.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, striato, ramoso (100-150 cm.); foglie grandi, cuoriformi, quasi tomentose di sotto, tutte picciolate; capolini rosei, grandi tutti in racemo basso cuoriforme; squame involucriali tutte più lunghe dei fiori; disco epigino con orlo ondulato. H: assai comune vicino alle case, negl'incolti, lungo le strade, presso depositi di rifiuti. P: la radice e le foglie. R: autunno e primavera per le radice, per le foglie in pieno sviluppo. F. Composte.

La Bardana, usata da tutti i medici e farmacisti fino avanti mezzo secolo, ha proprietà sudorifere, diuretiche, depurative e cicatrizzanti. Il decotto di radice in dose di 60 gr. in 1 litro d'acqua, fino a ridurlo a metà è purificante, risolvente, rinfrescante; giova quindi come sudorifero, nei disturbi d'orinazione, nelle ulcere, nella gotta, nella podagra, nell'artrite, nella pietra e nella renella: giova ancora nei catarrhi polmonari, e in tutte le malattie della pelle. Con le foglie fresche pestate, unite a chiaro d'uovo, si fanno impacchi sulle piaghe, sui tumori vecchi, geloni, nodi emorroidali, indurimenti e ferite. Si possono adoperare anche le foglie secche, polverizzate, ma in dose alquanto più elevata. Il sapone si prepara pestando radici e foglie, che si cuociono nel burro, filtrando il ricavato. È indicatissimo nelle scottature. La tisana si prepara con 25 gr. di radici in 1/2 litro di acqua. È risolutivo efficace ai bambini colpiti da rosolia, dandone a bere un cucchiaino ogni 5 minuti. In due ore la eruzione è completa, e il bambino, tenendolo ben caldo, in tre giorni è guarito. Un impiastro ben caldo di foglie cotte nel latte fa cessare i dolori locali ordinari, risana in breve le ferite, i tumori, le emorroidi, le croste latte e la tigna.

Per le ulcere (vene) varicose delle gambe, si unisce a un mezzo bicchiere di succo di foglie mezzo bicchiere di olio d'olivo; si agita fortemente fino a renderlo a consistenza d'unguento; si applica all'ulcera con una fascia di cotone trasparente, ricoprendo con una foglia fresca di bardana.

Mezzo per far crescere i capelli. In un litro di acqua si aggiungano tre litri di aceto; vi si cuocia insieme il quanti-

tativo di 3-4 grosse radici di Bardana per lo spazio di 15-20 minuti; si filtri e si lavi, fregando fortemente a guisa di massaggio, la testa 2-3 volte il dì, e se il bulbo non è morto, si ottiene realmente la crescita dei capelli. Ognuno deve capire che la crescita non è subito pronta, ma bisogna attendere un tempo più o meno lungo, senza stancarsi.

Basilico

(Basalicò)

Ocimum basilicum,

Questa labiata, perché coltivata negli orti, è abbastanza conosciuta, senza dover farne la descrizione. È pianticella molto aromatica, anche dopo l'essiccazione; oltre essere ornamentale e servire quale condimento nella confezione di diversi cibi, ha pure virtù medicinali stimolanti e stupefacenti. Si usa l'infuso di 10 gr. di foglie in un litro d'acqua contro la tosse, nel vomito, nella dispepsia nervosa, e quale gargarizzante nell'angina. Il succo giova nel male d'orecchia, inzuppando dell'ovatta con alcune gocce. Il decotto usasi esternamente nelle screpolature. Il sapone composto di grasso di maiale e di succo di basilico, serve per le labbra e per i capezzoli feriti. Con l'olio essenziale si fanno frizioni contro la caduta dei capelli e nelle paralisi. Per eccitare lo scolo soppresso dal naso si fiuta la polvere.

Beccabunga

Veronica beccabunga, L.

Nomi DIALETTALI: Grasson, Erba del tai, Sempreviva.

DESCRIZIONE: Fusti grossetti, cavi, radicanti alla base e rossastri (20-60 cm.); foglie ellittiche, ottuse, picciolate, superficialmente seghettate; calice quadripartito con lacinie uguali; cassula glabra quasi tonda oppure marginata o intiera. H: presso le sorgenti, lungo i rigagnoli, nei fossi e nelle paludi, quasi sempre associata al Crescione. P: foglie e germogli. R: giugno, luglio. F: Scrofulariacee.

Il succo «Succus herbae Beccabungae» è scorbutico, risolvente e giova nelle costipazioni, nelle eruzioni cutanee, nella ritenzione di urina. Dose: da 40-70 gr. al giorno. Le foglie e i germogli danno un'ottima insalata primaverile.

Belladonna

Atropa belladonna, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (50-150 cm.); foglie ovate, affatto intiere, accoppiate o solitarie; peduncoli uniformi; corolla di colore rossastro livido, campanulata; bacca nera. H: nei boschi freschi o recentemente tagliati della zona montana e subalpina. P: foglie e radici. R: le foglie dopo la fioritura; le radici, di 3-4 anni, in autunno o in primavera. F: Solanacee.

Questa pianta velenosissima deve essere trattata solamente dai chimici, dai medici e farmacisti. La si prescrive dagli oculisti per dilatare e immobilizzare l'iride dell'occhio e la pupilla. Le foglie, ma più specialmente le radici, vengono usate nelle nevralgie facciali, nelle gastralgie, nella tosse asinina e nell'asma.

Sia dovere preciso dei genitori e dei maestri che la conoscono di mostrarla ai loro rispettivi figliuoli e discepoli avvertendoli di non manipolarla o coglierne le bacche per mangiarle. Tre-quattro bacche bastano per dare la morte a un adulto; una sola può essere letale a un bambino! Per fortuna è rara da noi! Io la trovai abbastanza diffusa sul Monte Baldo, tra S. Valentino e Canalette, qua e là sul Pasubio, sui monti di Ala verso la Sega, in Lavarone, tra Monte Rover e Luserna e nell'anno 1936 ne vidi alcuni bei esemplari sul Monte Cengio, di qua da Asiago, in occasione dell'Escursione Erboristica fatta con i miei Professori e Colleghi durante il Corso Erboristico tenuto all'Università di Padova, ordinato dal Ministero dell'Agricoltura e Foreste, per il conseguimento del Diploma Ministeriale.

Betonica

Betonica officinalis, L. TAV. 2 N. 14

DESCRIZIONE: Fusto eretto (20-60 cm.); foglie inferiori lungamente picciolate, ovato-bislunghe; brattee ovato-mucronate; spiga bislunga, speronata alla base; calice più o meno peloso, non reticolato, venoso; corolla porporina o bianca. H: nelle radure, luoghi erbosi e incolti, ai margini dei boschi. P: tutta la pianta. R: durante la fioritura. F: Labiate.

Le foglie giovani e i germogli cotti nell'acqua salata danno un cibo saporito. Le foglie secche in dose di 8-10 gr. in 1/2 litro d'acqua offrono un thè pettorale risolvete i catarri. Sono bensì amare e sgradite, ma giovano assai nello sputo di sangue, nella debolezza di nervi e nei disturbi di respirazione. La pianta, cotta nel vino, serve, per uso esterno, a medicare ulceri varicose e piaghe infette. La radice è purgativa.

Betulla

Betula alba,

TAV. 3 N. 17

NOMI DIALETTALI: Bedól, Beól, Bogòla, Bedói.

DESCRIZIONE: Foglie romboidali-triangolari, lungamente picciolate, non reticolate nella pagina inferiore, ementi fruttiferi lungamente pedunculati. H: qua e là nella zona montana e subalpina. P: le foglie e le gemme. F: Betulacee.

Per malattie di cuore con edemi diffusi, contro i vermi, per attivare le funzioni dei reni, nella gotta e nel mal della pietra si fa l'infuso di foglie di 20-40 gr. in 1 litro d'acqua, o il decotto di 25-40 gr. in 1 litro d'acqua fino a ridurlo a metà.

Il decotto di gemme si fa con 100-150 gr. in 700 di acqua, riducendolo a 500. Tanto dell'infuso che del decotto se ne può prendere alcuni bicchieri al giorno. Per uso esterno il decotto serve contro l'erpete, sudor di piedi e artrite.

Contro l'artrite giova assai procurarsi una specie di pagliericcio riempito di foglie disseccate; vi si entra in mezzo, spogli dei vestiti; in tal modo si produce molto sudore che si continua restandovi dentro un 20-30 minuti; indi ci si asciuga, ci si veste, evitando l'aria.

Il così detto carbone vegetale, calcinato in recipiente chiuso, si usa nelle dispepsie flatulenti, nelle diarree fetide, nelle gonfiezze del basso ventre. Dose: 2-3 cucchiaini dopo il pasto in una tazza d'acqua.

Biancospino

Crataegus oxjacantha, L.

NOMI DIALETTALI: Marendelàr, Brugnolàr, Piratolèr, Amperlàr, Perletìn, ecc.

DESCRIZIONE: Da cratos = forza e agem = condurre. Arbusto con rami spinosi; foglie coriacee, fatte a ventaglio e pennatifide con 3-5 lobi inciso dentati; fiori bianchi o rosei in corimbo di pochi fiori; peduncoli glabri, sepali glabri ovati; petali obovati, quasi tondi; stili 1-2; frutto piccolo bloboso, quasi rosso corallo. H: nelle macchie e nelle siepi dalla pianura alla montagna. P: sommità in fioritura. R: in principio della sbocciatura dei fiori. F: Rosacee.

Il thè dei fiori è prezioso tonico del cuore. Dose: un buon pizzico in una tazza d'acqua da prendersi 2-3 volte il dì. La tintura è cardiotonica per le persone a sistema nervoso molto debole (15-20 gocce al giorno); come anti-spasmodico, nelle vertigini e nell'insonnia si può arrivare fino a 40 gocce, da prendere prima di coricarsi. Il biancospino è pure rimedio specifico contro l'angina.

Billeri

Cardamine amara et pratensis, L,

DESCRIZIONE: *Cardamine amara*: fusto eretto, ascendente, angoloso (20-50 cm.); foglie pennate tutte, a foglioline osavate, o bislunghe sinuate, o dentato-angolose, la terminale un poco più grande; petali bianchi, raramente violetti, lunghi 3 volte il calice; silique lineari strette.

Cardamine pratensis: rizoma corto, fusto eretto (30-40 cm.); foglie basali pennate, tondo-ovate; la più grande terminale reniforme; fiori lilla a corimbo corto; petali lunghi il triplo del calice. H: la prima lungo i fossi e le sorgenti; la seconda nei prati umidi, paludosi. P: tutta la pianta. R: dopo la fioritura. F: Crocifere.

Il succo «*Succus herbae Cardaminis S. Nasturtii pratensis*» è aperitivo, impedisce la decomposizione degli umori, migliora le funzioni del basso ventre, e si usa nelle idropi, nello scorbuto e nelle eruzioni cutanee. Dose: da 15-30 gr. da solo o con acqua.

Biondella

(*Centaurea minore*)

Erythrea centaurium, Pers. TAV. 10 - N. 77

DESCRIZIONE: Fusto eretto ramoso superiormente

(20-40 cm.); foglie basali ovato ottuse in rosetta; fiori rossi, sessili, solitari nelle dicotomie e fascicolati nell'apice dei rami, i laterali accompagnati da due bratteole; stimma bifido. H: nei pascoli e nelle radure dei boschi fino a mezza montagna. P: tutta la pianta. R: in fioritura. F: Genzianacee.

Questa simpatica ed elegante pianticella ha proprietà toniche, stomachiche, febbrifughe e leggermente purgative. Si usa il the di tutta la pianta in dose di 10-15 gr. in 1/4 di litro d'acqua.

Questo thè, assai prezioso, giova nelle debolezze di ventricolo, inappetenze, nelle febbri, nei mali di stomaco, nel catarro gastrico, nella diminuzione dell'attività digerente, nell'acidità. Esternamente si applicano fasciature del decotto nelle malattie della pelle (erpete, eczema, tigna, ascessi, ecc.).

Il vino amaro stomachico si prepara mescolando in parti uguali Biondella e Trifoglio fibrino, un po' di Assenzio, un pizzico di fiori di Camomilla e alcune scorze di Arancio in 2 litri di vino nero. Si lascia in deposito per 8

giorni al caldo; poi si filtra e il liquido filtrato e spremuto si mette in bottiglie ben chiuse. Se ne beve un bicchierino due volte al dì.

Bistorta

Polygonum bistorta, L

DESCRIZIONE: Rizoma rossastro piegato due volte su se stesso; fusto semplice (20-60 cm.); foglie inferiori ovali, bislunghe, glauche di sotto scorrenti sul picciolo, troncate o cuoriformi alla base; fiori rosei in spiga compatta a spigoli acuti. H: prati e pascoli umidi della zona montana e subalpina. P: il rizoma. R: autunno e primavera. F: Poligonacee.

La radice, che si essicca rapidamente al forno o al sole, contiene oltre ad acido tannico e gallico, un poco di acido salicilico e molto amido, e si usa in decozione di 60 gr. in 1 litro di acqua nelle infiammazioni delle mucose e sanguigne come astringente, come pure nelle diarree, febbri intermittenti e denti malfermi.

Esternamente si usa quale cataplasma nei tumori, ferite e indurimento delle gengive. Internamente si prende la polvere in dosi di 2-4 gr. in un bicchier d'acqua nei catarri gastro-intestinali. Le foglie si preparano come le spinacce.

Bonaga

(Ononide)

Ononis spinosa, L. TAV. 6 - N. 41

NOMI DIALETTALI: Malaighe, Bunaga, Bonaghe, Binaghe.

DESCRIZIONE: Fusto prostrato o eretto, vellutato da una parte, spinoso (20-60 cm.); foglie ovali bislunghe, ottuse, dentate; fiori ascellari a coppie o solitari, rosei; lacinie del calice lanceolato lineari acuminate; legume ovalo-eretto; semi tuberoso-scabri. H: pascoli aridi, sui margini delle strade fino alla zona subalpina. P: le foglie e il fittone. R: estate. F: Leguminose.

Il decotto del fittone da 20-25 gr. in 1 litro di acqua, fino a renderlo un terzo, si prescrive in tutte le infiammazioni delle vie respiratorie, urinarie, nelle cistiti e nella gotta. Essendo fortemente diuretico si usa con buon effetto nelle idropisie, nelle emorroidi e nei calcoli renali e vescicali. Per i medesimi mali si adoperano le foglie e i fiori, ma in modo più blando.

Borrana

Borrago officinalis, L.

DESCRIZIONE: Fusto grossetto, eretto (20-40 cm.); foglie grandi ovali o ellittiche, ristrette in lungo picciolo, le superiori bislunghe; racemo foglioso alla base; corolla celeste, piana, rotata. H: campi asciutti, siepi, nei ruderi. P: la pianta. R: in fioritura. F: Borrinacee.

Il the si prepara con 15-20 gr. di foglie, preferibilmente fresche, in 1 litro di acqua bollente. Giova nei reumatismi, provocando traspirazione e per curare le tossi; come sudorifera, diuretica, emolliente e depurativa si prescrive il decotto (da 50-100 gr. in 1 litro d'acqua) da prendersi molto caldo nelle infiammazioni polmonari, nella nefrite, nelle febbri esantemiche (rosolia, scarlattina, vaiolo) come pure nelle malattie della pelle. Come depurativo si cuoce la pianta nel vino che si beve a bicchierini.

Borsapastore

Capsella bursa pastoris, TAV. 6 N. 44
Mönch.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, semplice o ramoso (20-40 cm.); foglie basali a rosetta, bislunghe, intere o pennatofide, le cauline saettiformi lanceolate; fiori bianchi; siliquette triangolari, sopra peduncoli quasi orizzontali. H: ovunque nei luoghi incolti e coltivati dal piano alla zona subalpina. P: la pianta (meglio fresca). R: al principio di fioritura. F: Crocifere.

Il decotto si prepara con una manata di piante fresche in tre tazze di acqua fino a ridurla a un terzo, che si beve in due volte con qualche intervallo. Giova moltissimo nelle febbri intermittenti (malariche e terzane) nei passaggi sanguigni, nella diarrea, nell'itterizia, nelle scrofole al collo, nelle emorroidi, nell'albuminuria (morbo di Bright) e nella renella.

La Borsapastore, oltre essere prezioso astringente ed emostatico, ha pure grande proprietà radioattiva, agendo magnificamente quando si fanno applicazioni esterne per curare malattie interne. Così, a esempio, per curare le febbri malariche si applica la Borsapastore fresca bene tagliuzzata ai polsi e alla pianta dei piedi e la febbre cessa quasi subito.

Così chi porta con sè in tasca uno o due tuberi di ciclamino, pure radioattivo, si libera in brevissimo tempo dalle emorroidi più ostinate. Così si dica di altre piante radioattive: la cipolla, applicata sui reni schiacciata, contro le malattie di fegato, milza, bile, reni; la cariofillata, applicata al collo per infiammazione agli occhi, l'imperatoria, l'aglio orsino, il geranio roberziano e lo spino cervino.

Nella cura delle metrorragie di soggetti giovani o nella menopausa si fa il the di 50 gr. di Borsapastore e 50 gr. di Amarella (*Artemisia vulgaris*) in 1 litro di acqua. Si lascia sedare per 10 minuti; poi si filtra e se ne beve un bicchiere ogni ora.

Il succo gocciolato a caldo nelle orecchie, giova nelle otiti purulenti, e all'esterno giova pure, fregando, nella podagra e nei tumori infiammanti. La polvere stagna il sangue da naso e si usa anche sulle piaghe fresche. Da notarsi che la pianta, per avere un buon effetto, deve essere usata possibilmente fresca.

Lo stesso decotto è utilissimo nelle urine sanguigne, dando ottimi risultati. Dose: 30-60 gr. in un litro d'acqua.

BOSSO

Buxus sempervirens, L,

NOMI DIALETTALI: Martèl, Ardescol, Berverde, Verzòl.

DESCRIZIONE: Arboscello con rametti giovani un po' pelosi; foglie opposte, ovali, brevemente picciolate, lucide, sempre verdi (2-3 cm.), con picciolo un po' peloso ai lati. H: inselvaticchito e coltivato nei parchi e nei giardini. P: le foglie e la corteccia. R: in ogni stagione. F: Buxacee.

Questa pianta ha proprietà diaforetiche, purgative e colagoghe, e si usa per questi scopi la decozione di 40 gr. di foglie in 1 litro d'acqua, fino a ridurlo a 1/3. Il decotto della corteccia in ragione di 60 gr. in 1 litro d'acqua, serve

a provocare il sudore nelle affezioni reumatiche, erpetiche e sifilitiche. Attenzione alle dosi, perché pianta velenosa!

Brionia

Bryonia dioica, Iacq.

NOMI DIALETTALI: Zucàra selvadega, Zucàra mata.

DESCRIZIONE: Fusti gracili, erbacei, angolosi, rampicanti (2-3 m.); foglie picciolate, ruvide, palmatoquinquelo-
be e lobisinuato dentate, le superiori più lunghe e più acute; fiori in racemi ascellari con brevi peduncoli; calici più corti della corolla; bacca rossa piccola. H: nelle siepi e negli avallamenti riparati e caldi. P: la radice. R: terminata la vegetazione. F: Cucurbitacee.

Questa pianta velenosa deve usarsi con molta discrezione. La radice per essere molto grossa, deve essere tagliata a fette per ottenere più facilmente l'essiccazione: è potente vomitivo, purgativo, diuretico, antireumatico. Per dissipare tumori, umori freddi, glandole sono ottimo rimedio le frizioni fatte con la radice fresca raschiata. Nei dolori reumatici si applica la polpa fresca di questa radice. Nelle congestioni, nelle bronchiti, pleuriti, grippe, epilessia, artrite e quale purgativo si usa l'infusione di 8 gr. di polvere di radice in 1 litro di acqua. Il vino di Brionia si ottiene con 60 gr. di radici poste a macero per 24 ore in un litro di vino. Se ne prendono 2 cucchiaini prima del pranzo e della cena quale diuretico e lassativo nella cura dell'idropisia. La radice fresca pestata e cotta col sego è rimedio efficace contro la rogna. Quattro o sei frizioni bastano per ottenere la guarigione. Attenzione per l'uso interno, essendo potente veleno.

Brunella

Brunella vulgaris, L.

NOMI DIALETTALI: Morella, Moratola, Sanzuòla.

DESCRIZIONE: Pianta alta 10-30 cm.; foglie picciolate con denti divaricati e l'inferiore diviso fino a metà; corolla lunga il doppio del calice; stami con punta lesiniforme diritta. H: comune nei prati e lungo i luoghi erbosi delle vie. P: pianta intera. R: estate. F: Labiate.

Questa pianta leggermente astringente si usa in infuso da 30-40 gr. in 1 litro d'acqua, nelle infiammazioni intestinali e quale gargarismo nelle irritazioni della bocca e della gola. La pianta intera fresca, ridotta in poltiglia, si usa come cataplasma nei gavoccioli (giavizzòdi).

Buglossa

Anchusa officinalis, L.

DESCRIZIONE: Foglie lanceolate, le superiori dilatate alla base; fusto eretto (30-50 cm.); calice 5-fido; corolla porpora-violacea con tubo quasi uguale al lembo e squame vellutate; stima unico smarginato; carpelli acuti. H: nei campi e nei luoghi incolti.

Questa pianta ha le stesse qualità della Borrana.

Calamo aromatico

Acorus calamus, L.

DESCRIZIONE: Erba perenne alta da 50 cm. a un metro con rizoma grosso, cilindrico, orizzontale; foglie alterne, lunghe da 20 a 50 cm. ensiformi, guainanti, fusto la capsula con due o tre semi ovati. H: nei fossi e nelle paludi, specialmente nella valle del Po. P: il rizoma. R: primavera e autunno. F: Aracee.

Il rizoma è aromatico-stimolante, tonico e febbrifugo e si usa nei catarri gastro-enterici, nella cattiva digestione, florifero triangolare; fiori piccoli verdastri; frutto a piccolle febbri intermittenti, nell'acidità di stomaco, negli ingorghi renali e nelle palpitazioni di cuore. Si fa il decotto del rizoma tagliato a pezzettini. Da 15 a 25 gr. in 500 di acqua o vino. È usato anche per rischiarare la voce e per bagni o lozioni ai bambini rachitici o scrofolosi.

Calendola

Calendula officinalis, L. TAV, 9 N. 64

DESCRIZIONE: Pianta glandolosa-pubescente; fusto angoloso, lanceolato eretto (20-50 cm.); foglie inferiori bislungo-spatolate, le superiori lanceolato-cuoriformi abbraccianti; capolini grandi aranciati con linguette lunghe il triplo dell'invoglio; acheni tutti con margine intero, tutti curvati. H: pianta assai rara o coltivata. P: la pianta intera. F: Composte.

Foglie e fiori sono sudoriferi, aperitivi. Si usa l'infuso di 30-40 gr. in 1 litro d'acqua nei disturbi di ventricolo, della matrice, per ristabilire i mestruai impediti da debolezza. Il succo (1/2-1 gr.) si adopera nei cancri della pelle, nelle ulceri, nelle scrofole e nell'emorroidi. Da notarsi: se alla mattina i fiori non si aprono, è segno di pioggia.

Camedrio

Teucrium Chamaedris, L.

DESCRIZIONE: Pianta pubescente; fusto molto ramoso dalla base (10-12 cm.) ; foglie ovali od ovali-lanceolate, brevemente picciolate, pubescenti doppiamente dentate; fiori in racemo foglioso; calice rossastro pubescente; corolla porporina a lobo mediano concavo, obovato, cuneiforme. H: luoghi incolti sassosi, sui muri dei campi, nei luoghi secchi e ben esposti. P: l'intera pianta. R: maggio, giugno. F: Labiate.

Questa graziosa pianticella, detta anche Querciola, ha proprietà stomachiche e digestive. Si fa l'infuso di 15 gr. di foglie e sommità fiorite in 1 litro d'acqua. Se ne prendono 4 tazzine al giorno nell'inappetenza, nei mali di stomaco e nei disturbi intestinali.

Camedrio alpino

TAV. 10 N, 73

DESCRIZIONE: Fusti frutticosi, ramosissimi, prostrati (10-20 cm.); foglie ellittico-bislunghe, profondamente crenate, ottuse, picciolate, bianco-argentine di sotto; stipole lineari; fiori bianchi, grandi, solitari; petali ordinariamente 8, lunghi il doppio dei sepali; carpelli con lungo stilo piumoso. H: abbondante da formare veri tappeti sui ciglioni e pascoli della zona subalpina e alpina. P: le foglie e le sommità. R: settembre. F: Rosacee.

Anche questa simpatica pianticella delle nostre Alpi è assai preziosa per le sue virtù cardiotoniche, diuretiche e astringenti. Si fa l'infuso di 20 gr. di foglie in 1 litro d'acqua per rinforzare il cuore, per pulire il capo e facilitare l'orinazione.

Camomilla

Matricaria chamomilla, L.

Pianta nota a tutti per essere dispensato dal darne la descrizione. H: luoghi aridi e incolti, nei campi, lungo le strade, negli orti. P: i fiori disseccati all'ombra e messi in recipienti ben chiusi. R: durante la fioritura. F: Composte.

I fiori di questa pianta sono tonici, stimolanti, febbrifughi, emenagoghi, antispasmodici, sudoriferi. Con un pizzico di fiori secchi in una tazza di acqua bollente si ha un buon the giovevole nei disturbi di stomaco, nell'insonnia nervosa, nelle difficili digestioni, nell'isterismo, nelle febbri intermittenti, nei crampi di stomaco, nella tosse asmatica e nelle coliche.

Per uso esterno si usano i fiori posti nello spirito o nell'olio contro i tumori infiammati, nelle scrofole e nello scorbutto.

Sacchetti di 30 gr. di Camomilla, fiori di Sambuco e farina di Segala in parti uguali si applicano caldi e con buon esito nei reumatismi, mal di occhi, di orecchi, negli accessi e foruncoli.

Cambiare i fiori ogni anno: diversamente perderebbero della loro virtù terapeutica.

Campanelline

Leucoyum vernum, L. TAV. 10 - N. 71

DESCRIZIONE: Scapo eretto, cavo (20-40 cm.); foglie lineari, ottuse; fiore unico terminale bianco in cima, verdognolo; segmenti allungati; stilo a forma di clava. H: prati umidi di monte. P: il bulbo. F: Liliacee.

Si usa il bulbo in piccole dosi come vomitivo; esternamente si applica alla gola, dopo esser stato in composta nell'aceto, per fare scomparire il gozzo.

Canapa acquatica

Eupatorium cannabinum, L.

DESCRIZIONE: Pianta erbacea, perenne con fusto eretto alto 60-170 cm. rossiccio, striato con foglie opposte, picciolate e infiorescenza composta di numerosi capolini a fiori rossi o bianchi. H: comune nei boschi umidi, nei fossi e nelle paludi. P: sommità fiorite, foglie e radici. R: le radici in primavera, le foglie e le sommità in principio di fioritura. F: Composte.

La radice è un ottimo purgante, come il rabarbaro, senza produrre coliche o debolezza. Le foglie hanno azione tonica e si fa il thè o decotto di 30-60 gr. in 1 litro di acqua nelle debolezze generali, nell'anemia, nella clorosi e nelle cattive digestioni. Esse sono toniche, aperitive, stimolanti e purgative e danno buoni risultati nelle idropisie, nei catarri cronici e negli ingorghi di fegato e di milza.

Come purgante la radice tagliuzzata nella dose di 30-60 gr. si mette a macero in 1 litro di vino: un bicchiere la mattina a digiuno.

Canna

Arundo Donax L.

DESCRIZIONE: Pianta selvatica, comune lungo i fiumi, nei luoghi umidi, sabbiosi, nei parchi da tutti conosciuta per gli usi quale sostegno alle piante di ortaggio, o per cancelli, o bastoni da pesca, ecc.

Il suo rizoma sotterraneo è medicinale quale sudorifero e diuretico. Si usa il decotto di 40-60 gr. in 1 litro d'acqua che si beve a piccole tazze 5-6 volte al giorno.

Capelvenere

Adiantum Capillus Veneris, L.

DESCRIZIONE: Foglie molli (10-20 cm.) a piccioli neri, lucenti, sottili, bipennatosette con lobi a forma di

ventaglio sostenuti. H: sulle rupi e sui muri bagnati da stillicidi permanenti, alle pareti di cascate, e in genere nei luoghi umidi poco illuminati. P: pianta intera. F: Polipodiacee.

Tutta la pianta ha leggera azione aperitiva, pettorale, emolliente. Si usa l'infuso di 10 gr. di foglie in 120 di acqua nelle affezioni di petto, nelle tosse, nelle bronchiti e nelle difficili e scarse mestruazioni. Si usa pure nell'asma, negli ingorghi di fegato e di milza. Il decotto si usa per lavare la testa, rinvigorire i capelli e allontanare la forfora.

Caprifoglio (Madreselva)

Lonicera Caprifolium, L.

DESCRIZIONE: Fusti volubili pubescenti nei rami giovani; foglie caduche, un po' coriacee, ellittiche, quasi tonde; fiori porporini o bianco-giallastri verticillati; un capolino terminale sessile; corolla con labbro superiore a 4 lobi, lungo appena 1/3 di essa; bacche ovali rosse. H: nei boschi riparati e caldi della zona submontana; pianta piuttosto rara. P: foglie e fiori. F: Caprifogliacee.

Le foglie e i fiori sono sudoriferi e diuretici. Si fa l'infuso con un pizzico in una tazza di acqua. E gustoso e si presta quale collutorio nelle infiammazioni della bocca delle fauci. La corteccia ha azione più forte e si usa in decozione di 25-50 gr. in 1 litro d'acqua nella gotta, nell'itterizia, nella renella, negli ingorghi di fegato e di milza. Al decotto si può sostituire la macerazione di 1 litro di vino bianco in 150 gr. di corteccia.

Carciofo

Cynara Scolymus, L.

DESCRIZIONE: Pianta da tutti conosciuta, della famiglia delle Composte e coltivata negli orti. Oltre servire quale insalata, esso ha pure virtù medicinale per il ferro e tannino che contiene e si usa quale astringente, tonico e diuretico. Si prescrive il decotto di radici (20 gr. in 100 gr. di acqua) contro la gotta, artrite, reumatismi, idropisia e renella. Mangiato crudo (4-6 al giorno) giova contro le diarree ostinate. Il carciofo però, mangiato crudo, e di difficile digestione. Il fiore coagula il latte.

Cardo santo

Cnicus benedictus, L. TAV. 2 - N. 13

DESCRIZIONE: Pianta annua, erbacea; fusto eretto, angoloso con rami divaricati (30-100 cm.) ; foglie alterne, pubescenti, biancastre con nervature sporgenti, sinuato-dentati con lobi picciolate, le inferiori bislunghe, le fiorali più lunghe dei capolini; i capolini giallicci con involucri conico-campanulato; ricettacolo piano con poli molto lunghi e aderenti. H: da noi molto raro in alta montagna (Stelvio). P: tutta la pianta. F: Composte.

Questa pianta si adopera nelle difficili digestioni, nei catarrhi bronchiali cronici e nelle malattie della vena porta.

Dose: il decotto di 5-15 gr. in 1 litro d'acqua. E' pure febbrifugo, e giova nelle diarree e atonia gastrica, come pure nell'itterizia.

Cariofillata

Geum urbanum, L. TAV. 9 N. 67

DESCRIZIONE: Rizoma corto, fusto eretto (40-70 cm.); foglie pennatosette con 5-7 segmenti bislungi inciso dentati, il termine più grande; stipole grandi fogliacee; fiori gialli terminali al fusto e ai rami eretti; sepali riflessi nel fusto; petali quasi uguali al calice; carpoforo nullo; carpelli con coda lunga, nuda, articolata al 1° quarto superiore. H: boschi freschi, lungo i rivi. P: la radice. R: autunno e primavera, prima della fioritura. F: -Rosacee.

La radice contenendo molto tannino, adagramantina, gomma e altre sostanze, è tonica, astringente, eccitante e vulneraria. Si usa l'infuso di 30-50 gr. in 1 litro d'acqua nei catarri cronici intestinali, nella debolezza di nervi e di digestione, nei flussi di catarro e di sangue, nelle diarree, nei disturbi di petto e di fegato. Il vino di radici si prepara con 70 gr. di radici tagliuzzate in 1/2 litro di vino buono vecchio. Se ne prende un bicchierino nelle difficili digestioni, nel mal di testa e di petto, per lo stomaco debole dei convalescenti quale eccellente stomachico.

Simili virtù ha pure la CARIOFILLATA DI MONTE = Geum rivale, L. con fiori giallo-lividi, grandi curvati in basso; rizoma corto; fusto eretto (20-40 cm.).

Carlina

Carlina acaulis, L.

NOMI DIALETTALI: Articiochi de mont, Spini de prà, Formaiete, Segnatempi, Spini d'asen, Chesedór, ecc.

DESCRIZIONE: Fusto grosso cortissimo o alto fino a 20-30 cm.; foglie grandi prostrate in larga rosa, picciolate, nervose, lanceolate-pennato-partite, a lobi divisi in lobetti dentati e spinosi; capolino molto grande solitario terminale, quasi sessile; squame involucrali raggianti lineari in clava e ottuse in alto. H: pascoli aridi, sassosi dalla zona submontana alla subalpina. P: la radice. F: Composte.

La radice di questa pianta ha virtù stomachiche, stimolanti, diuretiche, sudorifere e antielmintiche. Si usa il decotto di 15-20 gr. in 200 di acqua. La radice secca polverizzata in ragione di 4-5 gr. in 1/2 litro d'acqua, scaccia il verme solitario, apre il fegato e la milza otturati, rammolisce i tumori acquosi, provoca l'orina, liberando la vescica dalle pietre ed è efficace contro la peste. La pianta, bollita nell'aceto, giova nelle eruzioni cutanee, tigna, croste, mal di denti, risciacquando.

Carota

(Rave zalde)

Daucus carota, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, un po' ramoso, striato e glabro da 10 a 60 cm.; foglie bipennatosette, a segmenti ovali, inciso dentati; infiorescenza a ombrella composta; fiori bianchi, raramente rosei o giallicci. H: da noi coltivata. P: le radici. F: Ombrellifere.

La radice ha proprietà emollienti, risolutive, diuretiche e antisettiche. Si prescrive il succo (1 bicchiere diluito in due bicchieri d'acqua), da prendersi a caldo in 4-5 volte al giorno nelle irritazioni dello stomaco e del duodeno, nell'itterizia, nella perdita della voce, nelle tossi ribelli, nella renella, nei raffreddori di petto e nelle malattie della pelle dei bambini. Le foglie si applicano con esito buono sui panerecci e nell'erisipola.

Carpino

Carpinus betulus, L

DESCRIZIONE: Foglie ovali bislunghe, doppiamente seghettate, con nervi lungamente pelosi; amenti maschi e squame cigliati nel margine, brattee fruttifere trilobe con lobi lanceolati, il mediano lungo il doppio dei laterali e alle volte dentellato. H: nei boschi della zona montana. P: le foglie e i semi. R: estate. F: Cupulifere.

Con le foglie si prepara la decozione (30 gr. in 1 litro d'acqua), per gargarismi nelle affezioni catarrali della bocca e della gola. Dai semi si ottiene un olio grasso.

Castagno

Castanea vesca, Gaertn.

DESCRIZIONE: Pianta ad alto fusto ramoso, con foglie bislunghe e lanceolate, acuminate, coriacee, grandi, con la punta superiore glabra e lucida; frutto bruno-lucente a larga base biancastra. H: ordinariamente nei terreni freschi e ricchi di silice. P: le foglie. R: in pieno sviluppo. F: Cupulifere.

Le foglie di castagno sono raccomandate in infusione nella cura della dissenteria e tosse convulsiva: una manata in 1 litro d'acqua.

Castagno d'India

Aesculus Ippocastanus, L.

DESCRIZIONE: Albero ad alto fusto con chioma ovale; foglie opposte, lungamente picciolate, composte, palmato-digitate, con sette foglioline spatolate, acute, doppiamente dentate; fiori bianco-rosei a pannocchia; calice campanulato con petali distesi, pubescenti; stami declinati e curvi. H: coltivato quale pianta ornamentale dei viali. P: i frutti e la corteccia. F: Ippocastanacee.

Tanto la corteccia, specialmente dei rami giovani, come il frutto, sono astringenti, antispasmodici e ottimi vaso-costrittori delle vene superficiali riducendole, se dilatate, allo stato normale. Dose: 60-70 gr. di corteccia in 1 litro d'acqua o nel vino bianco in macerazione. Se ne beve 1/2 bicchiere per volta.

L'estratto delle castagne serve contro l'emorroidi, contro le mestruazioni troppo durature, come pure contro i geloni, prurigine, reumatismi, facendo fregagioni, pennellature o lavaggi. Il decotto delle foglie preso in piccole dosi giova assai nella tosse canina dei bambini.

Cavolo

Brassica oleracea, L.

Pianta abbastanza nota per essere dispensato a farne la descrizione. Per la quantità abbondante di minerali che il Cavolo contiene, è cibo assai rinforzante più delle Spinacee, del Pomodoro e della Carota. Contenendo molto zolfo, la sua acqua, dopo la cottura, è ottimo rimedio nelle malattie della pelle, applicando compresse o facendo lavature, o bevendone un paio di bicchieri al giorno. Quest'acqua è pure giovevole nella tosse, raucedine, raffreddori di petto e bronchite. Con le foglie si ottengono eccellenti effetti nella cura delle ulcere varicose. La cura si fa in questo modo: si lavano bene le foglie, togliendo con una forbice le nervature più grosse; indi si comprimono con una bottiglia o con un cilindro di legno, senza lacerarle, mettendole poi a macerare per qualche ora nell'acqua borica. Pulita la pelle, si sovrappone una o due di dette foglie sulla piaga che si copre con una garza e si ferma con una fascia. L'applicazione si ripete due volte al giorno con grande sollievo dell'ammalato, e la piaga in poco tempo si chiude. Queste applicazioni (3-4 foglie cambiate 3-4 volte al giorno) portano buoni risultati anche nei dolori reumatici, nelle nevralgie facciali, nei raffreddori di testa o di naso, nella pleurite, nella risipola, applicando le foglie, cucite insieme, sulla parte dolorante.

Celidonia

Chelidonium maius, L.

NOMI DIALETTALI: Erba dai pòri, Zedrònega, Erba dalle gruse.

DESCRIZIONE: Erba con succo color d'arancio; fusto eretto, ramoso; foglie molli, biancastre di sotto, pennato-sette, con 5-11 segmenti inciso-crenati, il terminale più

grande trilobo; fiori gialli in ombrelle terminali. H: comune tra i ruderi, le siepi, vicino alle abitazioni. P: l'intera pianta e il lattice. F: Papaveracee.

L'estratto fluido in dose di gr. 0,5 a 2 si usa nella gotta, nell'idropisia, nel cancro, se non per la cura diretta, per arrestare il male e per lenimento. Il lattice per uso esterno è efficace contro i calli, i porri e le verruche.

Chenopodio

Chenopodium bonus Henricus, L.

Nomi DIALETTALI: Spinazzi de mont, Calai, Comé-de, ecc.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso, solcato (10-80 cm.); foglie verdi farinose, triangolari astate o saettiformi, intere od ondose nei margini; fiori in racemi brevi, nudi, in pannocchia terminale a spiga, fogliosa solo alla base. H: nei prati grassi di montagna, attorno alle stalle e alle cascine di monte. P: foglie e sommità. F: Chenopodiacee.

Questa pianta, oltre che somministrare una buona insalata e servire di appresso, preparata come le spinacce, viene adoperata come cataplasma da applicarsi sulle ferite e sulle piaghe. Il Mattioli prescrive il succo contro la rogna, lisciano e pulendo la pelle.

Ciclamino

TAV. 3 N. 21

NOMI DIALETTALI: Pan porzin, Tiracò, Pipa, Erba patata.

DESCRIZIONE: Foglie ovato-reniformi, crenulate, non angolate; corolla rosea con la fauce formante un anello intiero e di colore più carico. H: luoghi ombrosi della zona collina e montana. P: le foglie e i tuberi. F: Primolacee.

Pianta velenosa, ma che viene usata contro i vermi e per provocare le regole. Si usa 1 gr. di polvere in i bicchiere di acqua. Le foglie verdi, contuse, si applicano contro le enfiaggioni e sui tagli.

Cicoria selvatica

Cichorium intybus, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, divaricato, ramoso (20-90 cm.); foglie lanceolato-spatolate, rancinate o dentate; capolini celesti come quelli della cicoria degli orti; involucro cilindrico; pappo con fogliette brevissime.

La Cicoria selvatica della famiglia delle Composte, è tonica, depurativa, aperitiva nelle opilazioni del basso ventre e nei ristagni della vena porta. Si fa il decotto delle foglie, meglio ancora delle radici, nella dose di 20-30 gr. in 180 di acqua.

Il succo si sprema dalla pianta intera con la radice. Preso in dosi da 40-100 gr. solo o bollito col latte, migliora la secrezione, aumenta la potenza digestiva, e si usa anche nelle malattie che tendono a distruggere l'organismo. È sudorifero, aperitivo e quindi utile nelle opilazioni del fegato, della milza, delle glandole indurite, nelle scrofole, nell'itterizia, nell'idropisia e isteria.

Cicuta rossa

Geranium robertianum, L. TAV. 10 - N. 75

DESCRIZIONE: Pianta spesso rossiccia, peloso-glandolosa, fetida; foglie opposte, palmatosette a 3-5 lacinie picciolettate trifide, pennatifido-incise; sepali ovali lanceolati; petali lunghi il doppio del calice, rossi o rosei, cuneiformi. H: comune nei luoghi ombrosi dalla pianura alla zona subalpina. P: tutta la pianta. R: in autunno prima della disseccazione. F: Geraniacee.

La pianta si dissecca all'ombra, sospesa in aria a mazzetti. Possiede buone qualità astringenti, vulnerarie, risolutive. Si prende il decotto al 60 per 1000 nell'angina, nelle emorragie e diarree.

Le foglie fresche schiacciate in un pannolino e applicate a ferite, tagli, punture, piaghe, le guariscono presto. Questa pianta salutare, che sembra avere anche azione radioattiva, si usa con buon esito nelle infiammazioni degli occhi, della gola, dei denti, nei dolori nevralgici della faccia e dei piedi. A tal uopo si fa l'impacco della pianta fresca, contusa. Viene quindi adoperata ordinariamente per uso esterno; presa interamente per dolori di stomaco e di reni si usa sempre mescolata con il vino.

Cinquefoglio

Potentilla reptans, L.

TAV. 5 - N. 33

DESCRIZIONE: Fusti lunghi (20-60 cm.), gracili, prostrato-radicanti; foglie quinate, lungamente picciolate; foglioline obovate lungamente seghettate nei 2 terzi superiori; stipole lanceolate intiere; fiori gialli (2-3 cm.) pentameri, ascellari con peduncoli uguali alle foglie o più lunghi; tarbelli tubercolosi. H: sui margini delle strade e dei campi. P: tutta la pianta. F: Rosacee:

L'infuso giova contro la dissenteria, diarrea, colerina e febbre intermittente. Le radici cotte nel vino servono nell'emorragia e sputo di sangue.

Dose: 30-40 gr. in 1 litro d'acqua.

Cipolla

Allium cepa, L.

Pianta coltivata negli orti e da tutti conosciuta, è della famiglia delle Gigliacee, della quale si adopera il bulbo. Il decotto di cipolla misto a latte caldo, preso mattina e sera, giova nei raffreddori, come calmante ed espettorante. Le Cipolle sono molto diuretiche, prese per bocca con vino o miele, o, se prese per uso esterno, si applicano pestate al basso ventre o sui reni. Cotte sotto la cenere e applicate sui flemoni, hanno azione emolliente; messe nell'aceto per 3-4 giorni al sole o al caldo, servono contro i porri e i calli.

Il vino di cipolla è rimedio specifico contro la nefrite e l'albuminuria. Si mettono due cipolle tagliuzzate in un litro di vino bianco e dopo sei giorni se ne beve un bicchierino la mattina a digiuno.

Per sofferenti di reumatismo e acidi urici si fa la cura di un mese circa, bollendo una cipolla ogni giorno in un quarto di litro di latte zuccherato, bevuto il quale, si mangia la cipolla.

Cipresso

Cupressus sempervirens, L.

Anche questa nobile e magnifica pianta della famiglia delle Conifere, oltre che essere ornamentale e preziosa per il suo legno duro e persistente, fu riconosciuta fin dall'antichità come medicinale potentemente astringente e sudorifera. Si usa il decotto della scorza dei rami giovani o dei frutti (noci) in dose di 20-40 gr. in 1 litro d'acqua. È fortemente diuretico, astringente, sudorifero, da usarsi a tazze nel reumatismo cronico, nelle febbri intermittenti, e per uso esterno quale lavaggio o applicazione nelle emorroidi, nelle varici, nella menopausa, nelle metrorragie. L'infuso prolungato delle foglie nell'alcool, diluito con acqua dà una lavanda detergente e cicatrizzante.

Coclearia

Cochlearia officinalis, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (20-30 cm.); foglie inferiori picciolate con lamina quasi tonda, concava, le superiori cuoriformi-ovate dentate; fiori bianchi a corimbo, in cima a corti fusticelli; pedicelli uguali alle siliquette o più lunghi. H: qua e là nei boschi umidi, vicino alle acque, associato ordinariamente al Crescione. P: tutta la pianta. F: Crocifere.

La pianta contusa esala un odore irritante che fa ricordare quello della Senapa. È assai apprezzata come antiscorbutica. Si usa il succo fresco da 50-100 gr. Si adopera pure solo o con acqua, quale gargarismo, per mal di bocca e di denti, come pure per applicazione sulle ferite.

Coda cavallina

Equisetum arvense, L. TAV. 6 - N. 48

Nomi DIALETTALI: Camonzina, Peciòdi, Coa de caval, Rasparèla, Coa de sghirlat, Couda dal giat.

DESCRIZIONE: Fusti fertili, precoci, semplici che periscono dopo la maturità delle spore, con guaine quasi imbutiformi a 9 denti lanceolati; fusti sterili verdi, con rami tetragoni. H: comune nei luoghi umidi, nei campi morbidi, lungo le linee ferroviarie. P: tutta la pianta. R: in pieno sviluppo. F: Equisetacee.

L'. *Herba equisetis minoris*» facilita l'orinazione, giova contro l'idropisia, purifica il sangue, lo stomaco, la vescica. Esso purifica lo stomaco, sconduce le orine, producendo vescica. Si prepara il the con 4-6 gr. in 1/2 litro di acqua. ne in abbondanza, ristagna le perdite di sangue e le emorragie.

Il decotto serve per impacchi e lavaggi nelle piaghe marcescenti, nei tumori cancrenosi, nelle fratture e nella carie ossea. Gettando una manata di gambi in un recipiente di acqua bollente, si ottengono vapori utili per crampi di vescica, cistite e difficoltà d'orinare. Occorre però sedervi sopra in modo che il vapore circonda il basso ventre, e impedendo con una coperta che il vapore possa sfuggire. Esso ha un'azione speciale anche sull'acido urico. Conviene però che la pianta si rinnovi ogni anno. Da notarsi, infine, che le odierne cave di carbone sono costituite in gran parte dall'Equiseto marcito.

Colchicho

Colchichum autumnale, L. TAV. 6 - N. 43

NOMI DIALETTALI: Fior de l'autun, Fior del ligór, Fior della mort, Gili mati, Ai mat, Lumate, Fior da la néo.

DESCRIZIONE: Foglie larghe, lanceolate o bislunghe (20-30 cm.) che spuntano in primavera, mentre i fiori compariscono in autunno; perigonio con lembo circa 1 terzo del tubo, a lacinie erette, bislunghe o lanceolate, ottuse, tutte screziate con 15-20 vene longitudinali ondulate. H: comune nei prati umidi di collina e di montagna. P: semi e bulbo. R: i semi quando si apre la capsula, e i bulbi in ottobre. F: Gigliacee.

Questa pianta ha proprietà diuretiche, narcotiche e drastiche e serve a formare dei preparati contro la gotta e i reumatismi. Essendo pianta velenosissima, tanto per le persone che per il bestiame, è meglio lasciarla manipolare dai chimici e dai farmacisti, e avvertire i bambini e i pastori che non manipolino tale pianta. In caso di avvelenamento, si adoperino vomitivi e la respirazione artificiale.

Comino dei prati

Crum Carvi, L.

TAV. 7 - N. 53

NOMI DIALETTALI: Caréf, Caréo, Comin, Ciarèi, Carieso.

DESCRIZIONE: Radice fusiforme; fusto eretto, ramoso, alto (30-60 cm.); foglie bislunghe bipennatosette con segmenti opposti divisi; lacinie lineari acute; ombrelle con 8-16 raggi; involucro e involucretto nulli o con 1-2 foglioline; fiori bianchi; frutto ovoidale. H: assai frequente nei prati magri di montagna. P: semi. F: Ombrellifere.

I semi riscaldano e sono digestivi; cotti nel latte (1 cucchiaino in 1 tazza di latte per 5 minuti) giovano nella colica, nei crampi di ventre, nelle gonfiature e nella cattiva digestione. La polvere, presa nei cibi, nell'acqua, nel latte o nel vino, mette in ordine lo stomaco, scaccia l'alito cattivo, eliminandone i gas.

Per uso esterno, si fanno bollire i semi o la polvere di essi: con quest'acqua si lavano gli occhi, le orecchie, e giova nei dolori di testa e nei catarri degli stessi organi.

Consolida maggiore

Symphytum officinale, L.

TAV. 11 N. 82

NOMI DIALETTALI: Erba per i pioci, Al, Spolpenazze.

DESCRIZIONE: Radice fusiforme, grossa, bruna; fusto eretto (30-60 cm.); foglie ruvide, le inferiori grandi ovali bislunghe lungamente picciolate, sessili e scorrenti; corolla bianca, roseo o violacea con denti corti curvati in fuori. H: prati umidi e lungo i rigagnoli. P: foglie, fiori e radici. F: Borraginacee.

Il decotto delle radici dà una bevanda rinfrescante, calmante e astringente. Il decotto non deve essere prolungato, perché in tal caso il tannino svaporerebbe. Questa bevanda è giovevole nei catarri di petto, nelle diarree, dissenterie, sputi sanguigni; nelle fratture interne ed esterne, nelle lesioni, graffiature e screpolature della pelle, nelle piaghe, nei nodi artritici, nelle glandole al petto, nei dolori della matrice, facendo secondo i casi lavaggi o impacchi. Dose: da 30-60-100 gr. in un litro di acqua bollente. La radice cotta nel vino è eccellente nei disturbi polmonari. La polvere della radice, fiutata nel sangue da naso, lo fa cessare. Il the di fiori (2 gr. in 1 tazza d'acqua) giova nelle affezioni di petto con catarro. Le foglie giovani, unite ad altre verdure, si mangiano in insalata. Da notarsi che il pelo del camello non si lascia lavorare, se non con la colla che si estrae da questa pianta.

Consolida regale

Delphinium consolida, L.

Nomi DIALETTALI Speranzine, Speroni de caval, Rèpe,

DESCRIZIONE: Fusto gracile a rami numerosi divergenti (20-60 cm.); foglie biternate, decomposte in lacinie lineari strette; racemi corti divergenti in pannocchia bassa; barattee tutte semplici; peduncoli filiformi e patenti; fiori bleu o bianchi, cassula acuminata. H: comune nei campi di cereali. P: i fiori. R: in fioritura. F: Ranunculacee.

I «Flores calcatripae» o di santa Ottilia, vengono adoperati nelle infiammazioni degli occhi. Detti fiori, tagliuzzati e messi nell'acqua di rose e poi applicati agli occhi, levano il bruciore e il rossore. Consolidano le ferite e le piaghe, donde il nome. La polvere, presa in piccole dosi con acqua, giova nelle acidità, nella secrezione della bile, nella tosse e nei bruciori della vescica.

Coreggiola (Centinodia)

Polygonum aviculare, L.

DESCRIZIONE: Fusti prostrati (10-50 cm.); foglie lineari lanceolate; guaine laciniate all'apice; fiori 2-4 all'ascella delle fogliette achenio opaco, con le facce più o meno scavate, granuloso-striate in senso longitudinale. H: comune lungo le strade, negli orti, nelle piazze selciate incolte. P: tutta la pianta. R: durante e dopo la fioritura. F: Polygonacee.

Questa pianta preziosa usata fin dai tempi più remoti, ha azione astringente, disciogliente e depurativa. Il the di questa pianta è assai raccomandato dal Kneipp nella colica, nell'emottisi di qualunque sorte, nel mal della pietra schiacciando ed espellendo i calcoli, nei disturbi di reni e di vescica. Questo the purifica la milza, il petto e lo stomaco. Se ne bevono 2-3 tazze al giorno. Sulle piaghe, tumori, ulceri si può usare la pianta fresca pestata o il decotto (50-60 gr. in 1 litro d'acqua). La pianta cotta nel vino è usata con ottimo successo nella diarrea, nelle mestruazioni sovrabbondanti, nei fiori bianchi, nel bruciore d'orinare.

Corniolo

Cornus mas, L.

NOMI DIALETTALI: Cornal, Cornalér, Cornelaro, Cornolaro.

DESCRIZIONE: Arboscello; foglie opposte, ellittiche acuminate; fiori gialli in piccole ombrellette sbocciate prima delle foglie e fornite di un involucretto di 4 foglioline concave; drupa bislunga rossa. H: nei boschi vicino alle campagne e nelle siepi lungo le strade di campagna. P: foglie e frutti. F: Cornacee.

I frutti, quantunque acidi, si mangiano volentieri; meglio se in composta con zucchero e vino. La conserva è eccellente nella diarrea e dissenteria, specialmente dei bambini, nelle perdite sanguigne e nella febbre intermittente e palustre. I frutti immaturi e mezzo cotti, con foglie di alloro e semi di finocchio, si conservano nell'acqua salata come i peperoni. I semi torrefatti e uniti al caffè, danno un grato odore di vaniglia (il famoso caffè viennese).

Con le foglie disseccate, si ottiene un thè eccellente.

Crespino

Berberis vulgaris, L.

NOMI DIALETTALI: Crespin, Spini de croseta, Spino de grèssole, Crespi, Scarpì.

DESCRIZIONE: Fruttice; foglie oblungate od ovate, seghettato-cigliate, in fascetti nell'ascella di una spina 5-3 partita; racemi sostenuti da peduncoli lunghetti e a molti fiori gialli con 6 sepali, 6 petali e 6 stami; la bacca è rossastra allungata. H: comune in mezzo alle siepi, lungo le strade e nei boschi cedui. P: foglie, germogli, bacche e corteccia. F: Berberidacee.

Foglie e germogli giovani si mangiano in insalata e si cuociono nella minestra. Le bacche servono per far bibite rinfrescanti. Cotte con miele o zucchero, giovano come aperitivo, promuovono l'orina e favoriscono l'appetito. Non devono usarne i sofferenti di ventricolo, d'asma e di ventosità. Il succo delle bacche somministra un buon aceto. Un litro di questo succo è sufficiente per cambiare in aceto 100 litri di vino buono, se lasciato per alcuni giorni al caldo. La corteccia interna, specialmente quella della radice, cotta o scottante, rinforza depurando; quindi si usa nei mali di fegato, itterizia, costipazione, mal di reni e degli organi secretori l'orina, nella colica renale. Si fa il thè in dose di 40 gr. in 1 litro d'acqua.

Dente di leone

Leontodon Taraxaci, L. TAV. 7 - N. 55

NOMI DIALETTALI: Denti de cagn, Dentinciagn, Zicoria, ecc.

DESCRIZIONE: Rizoma troncato; foglie tutte basali in rosetta, lanceolate dentate o pennatosette con lacinie strette intere; capolini grandetti gialli, terminali a steli radican- ti, dilatati in alto; foglie involucri e sommità del pedun- colo irsuti di peli; acheni più corti del pappo che è niveo. H: comune nei prati, lungo le strade e luoghi erbosi fino alla zona alpina. P: pianta e radici. R: le radici in autun- no. F: Composte.

Le foglie e le radici sono buona insalata, anche se cotte come le Spinacce; i bottoni dei fiori, posti in aceto, sono succedanei ai capperi, come pure le radici tostate sono succedanee al caffè. Questa pianta ha quasi le identi- che proprietà della Cicoria selvatica. Come depurativa si può fare la cura primaverile per 3-4 settimane con dieta ragionevole, moto e aria.

Vedi: Cicoria selvatica.

Digitale

Digitalis purpurea, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (60-120 cm.); foglie to- mentose, specialmente di sotto, crenulato-dentate; lobi del calice ovali ottusi; corolla rossa porporina, talora volgente al bianco, punteggiata. H: da noi coltivata negli orti. P: le foglie. F: Scrofulariacee.

Quantunque pianta velenosa, essa possiede un'azione benefica regolatrice del cuore. Dovendo ritirare la droga dai farmacisti e dietro prescrizione medica, m'astengo dal dettare le dosi, per evitare gravi inconvenienti. Noto qui di passaggio che da noi si trova in buona quantità la specie consimile con fiori giallo-chiari, con foglie e fiori più pic- coli, la Digitalis lutea, L. Essa contiene poco digitalina e cresce nei boschi cedui dalla zona collina alla subalpina.

Dulcamara

Solanum dulcamara, L.

Nomi DIALETTALI: Zucamara, Amar e dolz, Dolciana, ecc.

DESCRIZIONE: Pianta inerme; fusto legnoso, sarmen-
toso, cilindrico (50-150 cm.); foglie cuoriformi-ovate,
spesso con orecchiette alla base; fiori violetti in cime
estrascellari; bacche piccole, ovate e rosse. H: frequente
nei luoghi umidi, fra i cespugli ombrosi, lungo i rivi. P: la
corteccia e i gambi giovani. F: Solanacee.

La Dulcamara gode fin dall'antichità fama di depura-
tivo, diuretico e sudorifero. Si usa l'infuso di 20 gr. in 1
litro di acqua bollente nei catarri polmonari cronici, nei
dolori reumatici, nella sifilide e nelle malattie della pelle.
Nei foruncoli, nei tumori, nei reumatismi e nell'eczema si
bolliscono insieme 4 manate di foglie e sommità fiorite,
125 gr. di farina di lino, 200 gr. di sugna e 1000 gr. di
vino rosso. La bollitura si protrae sino a consistenza e si
applica sulla parte malata.

Ebbio

Sambucus ebulus, L.

NOMI DIALETTALI: Sambuch salvadegh, Sambughi
mati, Eglo.

DESCRIZIONE: Fusto erbaceo, eretto (50-150 cm.);
foglie grandi pennatosette con 5-9 segmenti acuminati,
seghettati; stipole fogliacee, seghettate; fiori bianchi tutti
pedicellati; bacche globose, nere con succo color rosso
sangue. H: nei margini dei boschi, dei terreni incolti e
lungo le rive dei fossi. P: foglie, frutti e corteccia della
radice. R: foglie e frutti a maturità; la corteccia in autun-
no. F: Caprifogliacee.

Il Roob Ebuli si prepara come il Roob sambuci (ve-
di: Sambuco) ed è diuretico, urinifero, sudorifero; però da

TAVOLE ILLUSTRATIVE

TAVOLA 1

- 1 Grespino
- 2 Aiglio serpentino
- 3 Angelica
- 4 Potentilla
- 5 Arnica
- 6 Aro
- 7 Ebbio
- 8 Eufrasia

Tavola I



TAVOLA 2

- 9 Valeriana
- 10 Uva orsina
- 11 Licopodio
- 12 Aglio orsino
- 13 Cardo santo
- 14 Betonica
- 15 Tragoselino
- 16 Tragoselino Becchino

Tavola 2



12 a, b. Aglio orsino.
Allium orsino.



13. Cardo santo.
Cnicus benedictus.



11. Licopodio.
Lycopodium clavatum.



14 a, b.
Botania.
Selinum officinale.



15 a-c.
Tragoselino.
Pimpinella magna.



16 a, b.
Valeriana.
Valeriana officinalis.



10. Uva orsina.
Arctostaphylos uva-ursi.



15 a, b.
Tragoselino bacchino.
Pimpinella saxifraga.

TAVOLA 3

17 Betulla

18 Tormentilla

19 Ortica maschio

20 Ortica pungentissima

21 Ciclamino

22 Musco

23 Edera

24 The

25 Quercia

Tavola 3



17a
17a, b. *Betula*.
Betula alba.



18
18. *Hedera*.
Hedera helix.



18a, b. *Polypodium*.
Polypodium
fernandi.



19a, b. *Thalictrum*.
Thalictrum officinale.



19
19. *Urtica*.
Urtica dioica.



20
20. *Cladonia*.
Cladonia rangiferina.



21a, b. *Quercus*.
Quercus pedunculata.



20
20. *Urtica*.
Urtica urens.



21a, b. *Cichorium*.
Cichorium
cyperaceum.

TAVOLA 4

26 Polipodio

27 Genziana

28 Erica

29 Felce

30 Pino

31 Alchimilla

32 Alchimilla alpina

Tavola 4



27. *Gentiana*.
Gentiana lutea.



29 a. b. Felon
maschio.
Aspidium filix mas.



30 a. b. Pinus
abietis.
Pinus abietis.



26. Polypodio.
Polypodium vulgare.



28 a. b.
Erica minore.
Calluna vulgaris.



32. Alchemilla alpina.
Alchemilla alpina.



31 a. b. Alchemilla.
Alchemilla vulgaris.

TAVOLA 5

33 Cinquefoglio

34 Potentilla

35 Ruta

36 Podagraria

37 Verga d'oro

38 Edera terrestre

39 Pelosetta

40 Ranuncolo

Tavola 5



TAVOLA 6

41 Bonaga

42 Semprevivo

43 Colchico

44 Borsapastore

45 Farfaro

46 Iperico

47 Lichene

48 Coda cavallina

49 Antennaria

Tavola 6





Arnica

prenderli in piccole dosi. La radice o la corteccia in infusione alla dose di 15-30 gr. in 1 litro d'acqua, è potente rimedio contro l'idropisia e purificante dei reni.

Il «*Sambucus racemosa*», L. - SAMBUCO DI MONTE è a fusto legnoso (2-4 m.); foglie pennatosette con 3-7 segmenti lanceolati, seghettati; stipole nulle o piccolissime; fiori biancastri pedicellati; bacche globose rosse. Esso serve come l'EBBIO, per di più dai semi delle bacche si estrae un olio eccellente.

Edera

Hedera Helix, L. TAV. 3 N. 23

NOMI DIALETTALI: Erla, Elina, Ellera, Rèlo.

DESCRIZIONE: Fusto legnoso, rampicante, ramoso; foglie sparse, coriacee, persistenti, lucenti, cuoriformi, poligone con 3-5 lobi triangolari acuminati; fiori piccoli verdastri in ombrelle quasi globose con raggi numerosi; frutto: bacca globosa nera. H: comune nei luoghi freschi e ombrosi. P: foglie e bacche. R: estate-autunno. F: Araliacee.

Le foglie, cotte a lungo nell'acqua, danno un liquido salutare per impacchi sui tumori, piaghe maligne, foruncoli, varici; fanno uscire il pus, pulendo così i tumori. Se cotte nell'aceto, servono contro la rogna e la tigna, lavando le parti infette mattina e sera.

Le bacche sono purgante drastico e se ne usano da 8 a 10 nelle costipazioni. Schiacciate e poste nel vino scacciano i calcoli e la renella. Si prende di quando in quando un bicchiere. Attenzione però, perché dette bacche sono velenose. I semi, ridotti in polvere (100 gr. in un litro di vino, messi in macera per 48 ore) sono un rimedio eccellente contro le affezioni nervose, nella emicrania, nelle vertigini, nelle palpitazioni e nell'idropisia. Se ne prende un bicchiere la mattina e uno la sera. Con l'infuso delle foglie si lavano e si levano le macchie dai vestiti di lana e di seta. Prima di lavarli si lasciano in composta qualche ora.

Edera terrestre

Glechoma hederacea, L. TAV. 5 - N. 38

DESCRIZIONE: Fusti prostrati, radicanti (20-80 cm.); foglie reniformi-rotonde, crenate, tutte picciolate; fiori in fascetti ascellari di 2-3; calice tuboloso a denti ovali acuminato-setacei; corolla rosso azzurra, lunga il triplo del calice con lobo medio piano a cuore rovesciato. H: comunissima ai margini dei campi, nelle siepi, nei luoghi erbosi e località fresche. P: tutta la pianta. F: Labiate.

Il the e il succo (20-50 gr. in 1 litro d'acqua), giovano nello sputo di sangue, in tutte le malattie di petto con espettorazione mucosa, nella tisi incipiente, nel gozzo, nel mal di gola, nella tosse secca, ribelle, nella polmonite, nelle malattie urinarie. Questo the e anche gustosissimo, e si presta meglio del the cinese. L'erba si può usare anche come insalata e nella minestra.

Come the pettorale si può unire benissimo con il Millefoglio, Farfaro e Veronica officinale.

Enula

Inula Helenium, L.

DESCRIZIONE: Radice grossa, carnosa; fusto eretto, grosso, striato (90-150 cm.); foglie ovato-lanceolate, acute, dentate, vellutato-lanose di sotto, le inferiori grandi (30-50 cm.) picciolate, le superiori cuoriformi abbraccianti; capolini grandi gialli; linguette numerose, strettissime, acheni tetragoni, glaberrimi. H: sporadica qua e là nei luoghi umidi montani. P: le radici. F: Composte.

L'Enula ha proprietà antispasmodiche, disinfettanti, purgative, moderatrice della secrezione bronchiale, come pure eccitanti delle vie digestive e urinarie. In decozione: 15-30 gr. di radici in 1 litro d'acqua e la macerazione di 80 gr. per 8 giorni in 1 litro di vino. Questo specialmente da usarsi nelle bronchiti cagionate da influenza.

Epatica

Anemone Hepatica, L.

NOMI DIALETTALI: Viole mate, Erba Trinità, Viole.

DESCRIZIONE: Rizoma breve, nerastro; foglie inferiori nerastre cuoriformi, trilobe a lobi ottusi; steli lunghi quanto le foglie; uniflori; fiore violetto o biancastro, rare volte rosa; involucro a foglioline intere ovali; carpelli bislungi tomentosi, terminanti in punta corta e glabra. H: comune nei boschi fino alla zona subalpina. P: le foglie. R: l'estate. F: Ranunculacee.

L'Anemone epatica è fra le prime pianticelle che ci annunciano la primavera. Essa possiede qualità astringenti, e il the di foglie disseccate vale contro lo sputo di sangue. Le foglie fresche pestate servono quale vescicatorio, applicate sui paterecci (panarizzi).

Epitimo

Cuscuta epithimum, Murr.

DESCRIZIONE: Fusto ramoso; fiori rossastri o bianchi, raccolti in glomeruli; lobi del calice piani o subcilindrici; corolla 4-5 partita con tubo uguale al lembo o più lungo; squame ipostaminee occludenti il tubo, moltidentate; stili due distinti più lunghi dell'ovario; stimmi filiformi; cassula deiscente. H: comune fino alla zona alpina. P: la pianta intera. F: Convolvulacee.

Questa pianta parassita, di molteplici varietà, che porta ingenti danni alle colture e che i nostri contadini chiamano «Erba dal foc», perché distrugge, è pur pianta medicinale. Essa è leggermente lassativa, colagoga, ma molto più usata per le sue virtù carminative. Si prescrive il 2%, dell'estratto, da berne 2-4 cucchiaini prima dei pasti.

Erba cornacchia

Sysimbrium officinale, Scopoli

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso, divaricato (20-30 cm.); foglie inferiori lirato-roncinate, le superiori astate; fiori piccoli gialli in racemi terminali nudi; silique lineari lesiniformi, appressate alla rachide, con tramezzi sottili, trasparenti. H: nei luoghi incolti, lungo le strade di campagna, intorno ai depositi di macerie. P: tutta la pianta. R: in fioritura. F: Crocifere.

Tutta la pianta contiene una sostanza solforosa, la quale, a contatto con la mucosa, provoca secrezione boccale e faringea, e per continuità anche laringea e bronchiale. Quindi si usa nella raucedine, nella secchezza di gola, nei dolori e infiammazioni delle vie respiratorie. Si fa il decotto di 16 gr. in una tazza d'acqua. È preferibile la pianta fresca; se secca, deve essere all'asciutto e riparata dall'aria.

Erba s. Barbara

Barbarea vulgaris, R. Br.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, angoloso, ramoso in alto; foglie lucenti, le basali lirate, con lobo terminale rotondo, cuoriforme; le superiori obovate, dentate a denti disuguali, ottusi; fiori gialli; peduncoli grossetti, arcuati, ascendenti; silique lunghe, lineari, le più giovani eretto-patenti. H: nei luoghi umidi e lungo i fossi e corsi d'acqua. P: tutta la pianta. F: Crocifere.

L'Herba sanctae Barbarae» si usa per le fistole e tumori, applicando l'erba contusa.

Le foglie sono un ottimo alimento e si usano come le spinacce o in insalata, essendo la pianta verde anche l'inverno, associata al Nasturzio.

Erba fragolina

Sanicula europaea, L. TAV. 9 N. 65

DESCRIZIONE: Fusto eretto, striato semplice (20-40 cm.) con uno-due rami in alto; foglie quasi tutte basali, lungamente picciolate, palmato-partite, con 3-5 lobi romboidali inciso dentati; ombrella terminale irregolare con 2-8 raggi disuguali; fiori quasi sessili poligami, rossicci; frutto ovoido irto da aculei uncinati. H: nei boschi umidi, ombrosi della zona montana e subalpina. P: foglie e radici. F: Ombrellifere.

L'«Herba Saniculae sanctae Diapensae» è inodora e di sapore acre. Le foglie e le radici servono quale empiastro sulle ferite e ascessi. Il the unito con miele serve come gargarismo contro il mal di gola e di bocca. Le foglie polverizzate (una punta di coltello) sono stomachiche e digestive. Il succo, preso sullo zucchero, stagna il sangue e ferite interne.

Erba peperina (Filipendola)

Spiraea Filipendola, L.

DESCRIZIONE: Radice con fibre ingrossate in tubercoli; fusto eretto semplice, poco foglioso (30-60 cm.); foglie lanceolate allungate, pennatosette a segmenti numerosi (15-20 coppie) pennatifido seghettati; fiori bianchi in cima terminale; petali obovati con lingua corta; stami più corti dei petali. H: qua e là nei prati di montagna e nei boschi chiari erbosi. P: foglie, fiori e tuberi. F: Rosacee.

Con le radici di questa pianta si preparano decozioni astringenti e diuretiche; quindi si adoperano contro la diarrea e dissenteria e nella ritenzione d'orina: dose: 30-60 grammi in 1 litro d'acqua.

Anche le foglie e i fiori hanno proprietà astringenti e purgative.

Erba radioli

Asplenium adiantum nigrum, L

DESCRIZIONE: Foglie lucenti d'un verde scuro bitripennatosette; lobi dei segmenti dentati. H: sui muri vecchi delle strade e delle case diroccate. P: tutta la pianta. R: in ogni tempo. F: Polipodiacee.

Tutta la pianta ha una leggera azione aperitiva, pettorale, emolliente, come il Capelvenere, benché inferiore a questo.

Erba vescicaria (Senna falsa)

Colutea arborescens L

DESCRIZIONE: Arbusto a foglie impari pennate, con 3-5 coppie di foglioline obovate, spesso smarginate; stipole piccole lanceolate; fiori 2-6 gialli in racemo ascellare pedunculato; calice a tubo corto, coperto di peli neri applicati; legume pendente a guisa di vescica, con pareti traslucide venate. H: nei boschi cedui esposti al sole della zona collina e montana. P: le foglie. F: Papilionacee.

Questa pianta ha un'azione lassativa, simile alla vera Cassia proveniente dall'Africa. Si adoperano i semi, ma più spesso le foglie. Infuso: 30 gr. in 1 litro d'acqua.

Erba vetriola

Parietaria officinalis, L

NOMI DIALETTALI: Vedriola, Erba cristallina.

DESCRIZIONE: Fusti erbacei eretti (20-40 cm.) per lo più semplici; foglie ovato-lanceolate; fiori poligami in cima. H: nelle macerie e sui muri. P: la pianta. F: Urticacee.

Tutta la pianta contiene mucilaggine & molti nitrati, ai quali è dovuta l'azione diuretica, emolliente, pettorale, risolvente, conosciuta fin dall'antichità. Si fa l'infuso di 30 gr. in 1 litro di acqua. È sempre meglio adoperare la pianta fresca. Si adopera nell'idropisia, nella nefrite, nei calcoli, nella renella e in tutte le affezioni della vescica.

Pestata, si usa come cataplasma sui tumori e sulle ferite. E pure usata ovunque per pulire i vetri.

Erba vetturina

Melilotus officinalis, Desr.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (30-100 cm.); foglioline lunghe 1, 2' / 2 cm.; obovate nelle foglie inferiori, bislunghe nelle superiori, seghettate; fiori odorosi in racemi lunghi, calice intiero con 5 nervature e denti disuguali; frutto ovale reticolato, rugoso, ottuso. H: nei campi, sui muri e nei luoghi incolti. P: le foglie e sommità fiorite. R: da maggio a giugno. F: Leguminose.

Pianta simile all'erba medica (erba spagna) ma con foglie più piccole e più ramificata, con fiori gialli a spica (più raro bianchi) d'un aroma assai gradevole. Le foglie e le sommità fiorite sono emollienti, carminative e -risolutive. Si impiegano contro le infiammazioni, nelle malattie degli occhi, e in cataplasmi nei tumori, tagli, ferite. A tal uopo si prendono 200 gr. di olio di olivo, una manata di Meliloto e si lascia in infusione a bagnomaria per 2 ore; indi s'imbottiglia e si usa a tempo opportuno. Per dolori della matrice si usano compresse.

Erica minore

Calluna vulgaris, L.

TAV. 4 - N. 28

DESCRIZIONE: Fusto eretto molto ramoso; foglie opposte in 4 serie, trigone, gibbose alla base; calice scarioso-petaloido. H: nei boschi cedui della zona montana. Fiorisce in autunno, a differenza della *Erica carnea*, L., detta dai nostri contadini - Brocon, Farlet - che fiorisce in principio di primavera. P: tutta la pianta. F: Ericacee.

Le foglie e le sommità fiorite hanno proprietà astringenti, decongestionanti, toniche e diuretiche. Si prescrive la decozione di 15 grammi di foglie e fiori in 100 gr. di acqua. Si usa pure con buon effetto nelle cistiti.

Erioforo

Eriophorum latifolium
Hoppe

- TAV. 12 - N. 9

NOMI DIALETTALI: Piumini, Spazzeti de palù, Piumazzi bianchi.

DESCRIZIONE: Rizoma corto, obliquo; fusti quasi trigoni (30-50 cm.), foglie lineari piane, trigone all'apice; spighette nemorose, alla fine pendenti; peduncoli assai

scabri, quasi divisi; acheni bruni, obovato-bislunghi, arrotondati e senza punta all'apice. H: nelle torbiere, stagni, prati paludosi delle valli. P: fiore. F: Ciperacee.

L'Erioforo è rimedio specifico e pronto contro la diarrea, tanto degli uomini che delle bestie. Si fa l'infuso. Eguale virtù hanno pure le foglie di rovo di monte, mangiate così quale companatico con il pane.

Eucalipto

Eucalyptus globulus, Labil.

Albero originario dell'Australia, ma ora acclimatato e coltivato in molte regioni d'Italia. Foglie alterne coriacee, persistenti, piegate a falce, d'un bel verde scuro; fiori tetrametri, solitari o raggruppati all'ascella delle foglie; frutto a bacca. P: le foglie. R: in ogni stagione. F: Mirtacee.

Le foglie sono toniche, astringenti, febbrifughe, antispasmodiche e si usano quindi con efficacia nell'asma, nelle bronchiti croniche, in tutte le forme catarrose e nelle malattie del tubo digerente. Si fa l'infuso di 20-30 gr. in 1 litro di acqua. Nell'asma si fanno fomentazioni di un pizzico di polvere su di una lamina di metallo arroventata. Sono pure indicate contro il diabete (bollire 7 gr. in 150 di acqua).

Eufrasia

Euphrasia officinalis, L.

TAV. 1 N. 8

DESCRIZIONE: Fusto eretto (5-20 cm.); foglie sessili ovate con denti ottusi nelle inferiori e acuti nelle superiori; calice glandoloso, villosa; fiori bianchi, striati violetto con palato giallo. H: ama i pendii erbosi, i prati con piante latifoglie, i prati magri di monte, fino alla zona alpina. P: tutta la pianta. R: in fioritura e dopo. F: Scrofulariacee.

L'«Herba euphrasiae» si usa per il mal di occhi, lavandoli con l'acqua bollita della pianta, o sovrappone-dovi una pezza bagnata nella stessa acqua. L'acqua per gli occhi si prepara con queste dosi: 60 gr. di acqua di eufra-sia, 60 gr. di acqua di rose (petali bolliti), 4 gr. di aloè, e un grammo e mezzo di sale 'di piombo; si mischia bene agitando prima dell'uso. Se ne fanno cadere ogni sera alcune gocce sugli occhi, mediante il contagocce, o con una spugnina pulita. Nelle malattie di occhi, si può usare anche internamente sia il the, come il sugo: migliora il sangue, favorisce la digestione, rinforza lo stomaco e mi-gliora i succhi gastrici. La polvere, immersa nel latte, bro-do o acqua, è rimedio popolare contro l'itterizia e la debo-lezza di ventricolo.

Evonimo

Evonymus europaeus, L.

NOMI DIALETTALI: Barette da pret, Cor de frate, Ciopetine, Bassibèch, Bine de pan.

DESCRIZIONE: Frutice con rami giovani tetragoni, lisci; foglie opposte, bislunghe lanceolate, acuminate, seghettate; petali bislungi biancastri; stami eguali al calice; cassule 4 lobe e lobi ottusi. H: comune nelle siepi e nei boschi, fino alla zona subalpina. P: la corteccia della radice e i semi. F: Celastracee.

I frutti di questa pianta sono fortemente emetici e purgativi. Tre o quattro sono bastanti per ottenere un effetto energetico, quindi poco consigliabili, perché drastici e velenosi. La decozione per uso esterno, tanto dei frutti, come della corteccia della radice, serve come impacco e insetticida, nella cura della scabbia e della rogna. Dal suo legno si ricava un carbone eccellente per la polvere da schioppo. Anche la cenere proveniente dall'evonimo serve a pulire la testa dalla forfora e dai parassiti.

Faggio

Fagus silvatica, L.

Nomi DIALETTALI: Fòvo, Fòo, Fòvi, Fo, Faghèr, Fagàro.

DESCRIZIONE: Foglie ovali, superficialmente denticolate, cigliate nel margine, a nervature sporgenti. H: comune nella zona montana. P: faggeole, corteccia, libro. F: Copulifere

Le faggeole contengono il 16-17% di olio; 50 kg danno 6 kg. di olio fino e 2 di torbido: il primo sostituisce benissimo l'olio d'olivo; il secondo serve per ungere e bruciare.

La corteccia dei rami giovani serve come quella della quercia, se raccolta in primavera, specie nelle febbri intermittenti. Dose: 15 gr. di corteccia secca, o 30 di verde, bollita, in un quarto d'acqua.

Il creosoto si ricava pure dal legno di faggio. Il medico lo prescrive nelle malattie polmonari, nella diarrea, nelle fermentazioni eccezionali del ventricolo, nella dissenteria, nel catarro intestinale, nel diabete, contro i vermi. Per uso esterno si adopera nei cancri, negli ascessi, nell'infiammazione alla bocca, nei denti infetti e cavi. Attenzione però, perché il creosoto infetta i denti sani. La cenere bollita dà un'eccellente potassa.

Farfaraccio

Petasites officinalis, Mönch

NOMI DIALETTALI: Pè d'asen, Capelazzi, Patacrem, Baldana, Rodele, Pié de mussa.

DESCRIZIONE: Fusto eretto lanoso (30-50 cm.); foglie basali grandi cuoriformi o reniformi, angoloso-dentate, con lobi basali sporgenti nell'insenatura, pubescenti di sotto; capolini rosei o biancastri in tirso conico, alla fine allungato; foglioline involucri lineari-bislungo ottuse. H: luoghi umidi, vicino alle sorgenti, lungo i corsi d'acqua. P: le foglie, i fiori e i rizomi. F: Composte.

Le radici o rizomi cotti nel vino giovano contro l'asma unita a tosse, nell'artrite, nella febbre, nei dolori della vescica; è emolliente, aperitiva. e sudorifera. Con le foglie e i capolini si fanno infusi espettoranti e calmanti della tosse. Dose: 50 gr. in un litro d'acqua. Le foglie pestate servono quale detergente contro le piaghe ulcerose. La polvere della radice si usa essa pure a cospargere le piaghe e i tumori maligni.

Farfaro

Tussilago Farfara, L. TAV. 6 N. 45

NOMI DIALETTALI: Pè d'asen, Erba de la toss, Capeleti, Capule, Rodele, Stàlfera, ecc.

DESCRIZIONE: Fusti eretti, semplici, lanosi (10-20 cm.); rizoma grosso; foglie basali svolgentisi dopo i fiori, cuoriformi, rotonde, angolose, bianco-tomentose di sotto con cauline lanceolate squamiformi. H: luoghi umidi, argillosi e lungo i rivi e i fiumi. P: fiori, foglie, radici. R: fiori quando stanno per sbocciare, le foglie in estate, le radici in primavera e autunno. F: Composte.

I fiori gialli sono i primi che compariscono in tutte le zone, appena sdiacciato il terreno, o appena sparita la neve. Fioriscono e sfioriscono prima che spuntino le foglie; da qui il nome - filius ante patrem. - Il the dei fiori (un pizzico in un quarto d'acqua), preso nella stagione umida e fredda, giova contro la tosse e i catarri. Se ne prende una tazza mattina e sera. Eguale virtù hanno pure le foglie. Le radici, raccolte prima della fioritura, danno un buon the per i polmoni, nelle febbri etiche, nei flussi catarrosi e nelle scrofole. Il decotto forte, fatto di fiori, foglie e radici, serve per impacchi nei tumori. Nell'asma e tosse si fumano le foglie.

Felce maschio

Polypodium filix mas, L. TAV. 4 N. 29

NOMI DIALETTALI: Féles-i, Far, Farni, Fèlése, Flefs, Flees,

DESCRIZIONE: Rizoma grosso; foglie bislungo-lanceolate (40-80 cm.), pennatosette con segmenti lanceolati, pennato-partiti, a lobi bislungi, ottusi o quasi troncati, scabri. H: comune nelle radure dei boschi, nei luoghi

ombrosi e fra i cespugli. P: la radice. R: autunno-primavera. F: Felci.

La radice della felce maschio, che ha odore sgradevole, sapore pizzicante e amaro, è rimedio insuperabile per l'espulsione della tenia (verme solitario). Si libera il rizoma da tutte le squame, senza lavarlo nell'acqua, si estrae la parte giallo-verde interna. Si prende la dose di 12-15 gr. di polvere a digiuno, in 200 gr. di acqua. Due ore dopo, si prende una buona dose di olio di ricino. Per aiutare l'evacuazione del parassita, si usa prendere un'insalata di aglio, cipolle e arringhe. Però è sempre meglio interessare il medico, per evitare seri inconvenienti, perché detto rizoma è assai velenoso.

Il letto più salutare per le persone che patiscono crampi, dolori alle articolazioni, reumatismi, è quello di involgere il corpo in un sacco ripieno di Felci secche. Il sonno, in questo letto singolare, porta il perfetto riposo. Per di più, in tal letto non vi possono regnare nè pulci, nè cimici. La radice di felce maschio cotta nell'aceto, si adopera per far frizioni contro il gozzo, con buon esito. Nel reumatismo, nelle lombaggini, nei dolori articolari, nella sciatica, nei nodi artritici, si fa l'impacco delle foglie verdi sulle parti doloranti. Dapprincipio si sente un dolore più forte, ma poi svanisce affatto. Per sordità, causata da raffreddori, si usa riposare la testa su di un cuscino ripieno di foglie verdi, e l'udito ritorna interamente.

Il Professor Antonelli direbbe che nella pozione che si dà per espellere la tenia, non si può far susseguire olii, ma calomelano, gialappa o convolvolo delle siepi. I bagni ai piedi fatti per alcuni giorni con queste radici bollite fortemente, levano i dolori spasmodici e gottosi; applicate ai piedi, levano l'infiammazione.

Fieno greco

Trigonella foenum graecum,

DESCRIZIONE: Pianta erbacea importata dall'Oriente e da noi coltivata nei giardini e nei prati. Raggiunge l'altezza di 30-40 cm. simile al Trifoglio con foglie trifogliate, ovali, bislunghe e cinericce nella pagina inferiore; fiori bianco-giallastri; frutto una siliqua lunga terminante in forme di corno; semi giallo-dorati, duri, solcati. R: giugno-settembre. F: Leguminose.

I semi sono molto medicinali, usati ancora dagli Arabi come emollienti e dissolventi.

Il the dei semi (bollirne due cucchiaini in 1 quarto di litro di acqua) serve quale stimolante degli organi digerenti, nella diarrea, colica, ventosità e nelle infiammazioni della pelle. Con la farina si fanno impiastri contro tumori, foruncoli, ulceri, gonfiori, piedi piagati; disciolgono le materie putride, puliscono, chiudono le ferite e guariscono.

Con l'acqua si fanno gargarismi per le tonsilli infiammate. I cataplasmi si fanno con 3-4 cucchiaini di farina, un)o' di acqua con dell'aceto da renderli consistenti.

Finocchio

Foeniculum officinale, Allioni

H: qua e là nei luoghi incolti e secchi, coltivato ovunque. P: il frutto. F: Ombrellifere.

Il frutto del finocchio è usato in medicina, come l'anice e il cumino tedesco. Esso è stomachico, diuretico, carminativo, risolvente, galatoforo (che favorisce la secrezione del latte). Si usa l'infuso al 10% d'acqua. Anche le radici, specialmente allo stato fresco, sono diuretiche e carminative. Si fa l'infuso: da 20 a 50 gr. in un litro acqua. Le radici si mangiano in insalata come il sedano.

Il finocchio arresta pure il singhiozzo e il vomito. Per uso esterno sono raccomandati i cataplasmi per conservare e migliorare la vista, negli ingorghi delle mammelle e nei tumori maligni.

L'acqua, nella quale si sono bolliti i semi serve per la testa contro le croste e la tigna e per gargarismi.

Fiordaliso

Centaurea Cyanus, L.

NOMI DIALETTALI: Batiségola, Conovani, Scoate turchine, Flor blavéta, Glorini.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (30-80 cm.); foglie basali trifide, pennato-partite o intiere, le successive inferiori dentate alla base, le superiori sessili lineari, affatto intiere; capolini mediocri terminali ovoidi; squame involucrali ovato-lanceolate, dentato-cigliate, con cigli piani argentini; fiori del raggio azzurri, di rado bianchi o rosei; pappo quasi uguale all'achenio. H: nei campi di cereali. P: la pianta fiorita. F: Composte.

Questa pianta, una volta in rinomanza, oggi ha perduto il suo primiero prestigio; tuttavia è adoperata anche adesso contro la tosse, ed è diuretica e lassativa. È pure usata contro il bruciore degli occhi. A tale scopo si fa il decotto di fiori, e con l'acqua si lavano gli occhi rossi o infiammati.

Fiori di fieno

L'infuso, con 3-5 manate nell'acqua bollente e chiuso in un vaso, o lasciato bollire per 15 minuti, è utile per molte malattie, quale aperitivo, risolvente e tonico. Si usa di solito: per pediluvi, nel caso di piedi gelati, sudore putrido, ferite, schiacciamenti, stasi nella circolazione del sangue, artrite, incallimenti, duroni, tumori delle unghie, e piedi suppuranti aperti. Per impacchi e involti, nel reumatismo, anche articolare, artrite, male di stomaco, scrofole, tumori, gonfiezze, ascessi.

Gli involti giovano pure nella rosolia (rosa pila, risipola), se l'infuso è usato a caldo, nell'orticaria, scarlattina e nefrite.

Nelle intossicazioni del sangue, si involge per tempo nell'infuso caldo e cocente, osservando che la fasciatura che copre con i fiori la parte malata deve restar ferma per

parecchie ore, bagnandola invece con acqua caldissima dell'infuso. In tal modo il veleno viene cacciato.

I vapori di fiori di fieno si usano, come quelli della d'orinazione e nei mali di vescica di tutte le specie. coda cavallina, contro l'idrope incipiente, nelle sofferenze

Fragola

Fragola Vesca, L.

Pianta conosciutissima, e quindi non ha bisogno di descrizione. H: ovunque fino alla zona alpina. F: Rosacee.

Il frutto giova nell'artrite, nella disposizione all'apoplessia, nella pienezza di sangue, nell'obesità, nei mali di fegato, nei disturbi intestinali, nell'emorroidi, nei disturbi generali della sensibilità. Si prendono sempre con zucchero e vino. A certe persone, specialmente donne, dal mangiarne avvengono eruzioni cutanee; però tale conseguenza non è nè pericolosa, nè dannosa.

Il succo è indicato nell'artrite, nella podagra, nel mal della pietra, contro i vermi, e in modo particolare nella stitichezza.

Il rizoma e le foglie in decozione (2 gr. per una tazza d'acqua) servono contro i catarrhi intestinali, nelle affezioni della mucosa boccale, per i sedentari, per i nervosi e nelle costipazioni.

Questi frutti sono indicatissimi per espellere gli acidi urici; così pure possono usarne con grande vantaggio i tisici, gli anemici, i clorotici per gli elementi minerali che contengono.

Frangola

Rhamnus Frangula, L.

DESCRIZIONE: Fruttice o arboscello; foglie alterne, caduche, ellittiche, acuminatae, affatto intiere; stipole lesiniformi; fiori ermafroditi, pentandri; stimma a capolino drupa globosa, rossa e poi nera. H: nei boschi umidi e freschi, lungo i corsi d'acqua. P: corteccia. F: Rhamnacee.

La corteccia di frangola è antipiretica (contro la febbre) antielmintica (contro i vermi), e anche purgativa: è un comodo succedaneo del costoso rabarbaro. Giova contro l'emorroidi, nei dolori di fegato e di milza, nell'ingorghi e nell'idropisia. Si prescrive l'infuso di 30-40 gr. in 1/2 litro d'acqua. L'estratto della corteccia interna si adopera quale lavaggio contro la rogna, tenia e altre malattie della pelle.

Quale blando, ma efficace, purgante, si usa il decotto di 15-20 gr. di scorza ben secca in 1 litro di acqua. Esso non produce nè irritazione delle mucose, nè rilasciamento intestinale, nè intossicazione; anzi il Dottor Leclerc Lo indica perfino alle donne in stato interessante, e a tutti che patiscono stitichezza proveniente da dolori intestinali.

Frassino comune

Fraxinus excelsior, L.

DESCRIZIONE: Albero; foglie dispari pennate, con

foglioline da 9-13 ovali lanceolate o bislunghe, seghettate, sessili. H: comune nelle località fresche della zona montana e subalpina. P: la corteccia e le foglie. R: quando le foglie distillano una specie di gomma (manna), il che avviene in maggio-giugno. F: Oleacee.

Le foglie e la corteccia, specialmente quella della radice, contengono molto tannino e sono febbrifughe, antireumatiche, diuretiche e purgative. Si usa la decozione Dose: 20 gr. di foglie in 200 d'acqua, nelle affezioni reumatiche e gottose. Le foglie hanno un'azione purgativa simile a quella della senna: (decozione di 15 gr. in 250 di acqua). Nell'idropisia, si adopera il decotto della radice al 10%. Eguali dose si adopera pure nelle febbri e nei mali di fegato. Si può usare anche un cucchiaino di samare, in una tazza d'acqua bollente. Samare vien chiamato il frutto.

Le foglie di Frassino sono pure efficaci nel reumatismo e nella gotta, come pure nell'artrite. Dose: infuso di 8-10 gr. di foglie tagliuzzate in 250 di acqua che si lascia sedare per 15-20 minuti, che si beve a caldo, o la decozione per 6-8 minuti nella stessa dose, lasciando raffreddare. La radice ha più forte azione diuretica.

Fumaria

Fumaria officinalis, L.

DESCRIZIONE: Pianta un po' glauca; foglie bipennate e a segmenti piani, bislungo-lineari; sepali ovato-lanceolati, dentati, lunghi circa 1 terzo della corolla e di questa più stretti; frutti eretto-patenti, più larghi che lunghi, globoso-troncati e quasi smarginati all'apice. H: comune nei campi, negli orti, lungo le strade e sui muri vecchi. P: tutta la pianta. R: in fioritura. F: Papaveracee.

Questa piantina ha proprietà toniche, risolutive, depurative, sudorifere. Si usa nell'itterizia, nello scorbuto, nelle malattie della pelle. Dose: infuso: 100 gr. di fumaria in 250 d'acqua. Se ne prendono due o tre tazze al giorno, per una settimana, come tonico e depurativo, nell'itterizia, e negli ingorghi del basso ventre. Nell'arteriosclerosi riesce ottimo ipotensore.

L'infuso di fumaria è adoperato con grande vantaggio nelle serpigini e malattie cutanee, lavando con esso le parti malate. Tanto nell'infuso, come nel succo, si può unire il dente di leone che possiede quasi le stesse qualità. L'estratto si ha scottando l'erba secca nell'acqua bollente; si lascia sedare e, filtrando il liquido, si cuoce con zucchero fino a renderlo denso. Se ne prendono 3-4 gr. al dì, solo con acqua.

Gallio giallo

Gallium verum, L. TAV. 7 N. 54

DESCRIZIONE: Fusto rigido eretto, oscuramente angoloso (20-50 cm.); foglie in verticelli di 8-12 (1-3 cm.), strettamente lineari, quasi setacee, lucenti di sopra, biancastre o brevemente pubescenti di sotto; fiori gialli, odorosi, in pannocchia bislunga, ramosissima e densa; frutti lisci, glabri o pelosi. H: comune in tutti i prati e luoghi erbosi asciutti. P: tutta la pianta fiorita. F: Rubiacee.

Il Gallio giallo fu già adoperato come antiistérico e antiepilettico, e si usa anche adesso come rimedio contro i flussi di sangue e nelle scottature. In qualche luogo si adopera l'infuso per preparare bagni ai bambini deboli. La polvere dei fiori stagna il sangue da naso, così pure cosparsa sopra altre ferite sanguinanti.

Genipì

Artemisia Genipì, Weber - Glacialis, L.

DESCRIZIONE: Pianta bianco-sericea; fusti ascendenti semplici fogliosi (5-15 cm.); foglie picciolate 5-partite e segmenti trifidi con lacinie strette lineari lanceolate; capolini agglomerati in numero di 3-6 in corimbi compatti quasi in ombrello con 40-50 fiori; corolle glabre. H: sulle rocce della zona alpina. P: la pianta intera. F: Composte.

Pianticella preziosa per le sue virtù toniche, corroboranti, digestive. Ha le foglie simili a quelle dell'assenzio, ma più piccole, color cenere-argento; la pianta raggiunge appena l'altezza di 10-12 cm. Unita alle altre Artemisie di alta montagna, quali: la Spicata Wulf, la Glacialis L., la Mutellina Will, serve a fabbricare parecchi liquori, quali il Genipì, l'Iva, il Vermouth.

Genziana

Gentiana lutea, L. TAV. 4 N. 27

DESCRIZIONE: Fusto semplice (20-60 cm.); foglie grandi, ellittiche, le basali picciolate; fiori pedunculati in fascetti; calice spataceo, fesso da un lato; corolla gialla con lacinie lunghe il triplo del tubo, patenti, lanceolate, acute. H: abbastanza comune nel suolo calcareo, nella zona dai 1200 ai 2000 m. P: la radice. R: in primavera o autunno tardi. F: Genzianacee.

La radice possiede qualità toniche, digestive, spasmodiche, vermifughe, e si adopera nelle dispepsie, nelle diarree croniche, nei mali di stomaco, nella podagra ostinata. Mancando di azione astringente, esercita, senza irritare il suo potere tonico stimolante, aumentando la secrezione salivare e gastrica. Inoltre essa sostituisce il chinino nelle febbri intermittenti. La polvere si prende con una punta di coltello, diluita nell'acqua, alcune volte al dì. La macerazione si fa con 3 gr. in una tazza d'acqua fredda, per 4 ore. La tintura, fatta con le radici nello spirito di vino, si prende a gocce (40-50) prima dei pasti sullo zucchero, o con vino leggero. Si può fare la macerazione anche nel vino bianco. Dose: 30 gr. di radici in un litro di vino. Si

prende a bicchierini.

La cosiddetta «Bevanda celeste» si compone di genziana, borragine, origano, miele e vino. Le radici, cotte in quantità di 30 gr. in 250-300 di acqua, danno un lavacro, per fasciare ferite purulenti, ascessi, tanto dell'uomo che delle bestie. L'acquavite di genziana è un eccellente stomachico.

Genzianella

Gentiana acaulis, L.

NOMI DIALETTALI: Cuchi, Cioche, Braghie del cucù.

DESCRIZIONE: Fusto brevissimo (6-10 cm.) unifloro; foglie ovali o lanceolate in rosetta basale; lobi del calice ovali appressati; corolla del calice punteggiata, a tubo clavato-campanulato; stimmi semirotondi. H: comune nei prati della zona montana, alpina. P: tutta la pianta. F: Genzianacee.

Questa bellissima pianticella, con un solo fiore, grande, azzurro, quasi senza gambo e con radici gialle, ha le stesse proprietà della genziana maggiore, ma meno attive. È rimedio contro la stanchezza, nell'esaurimento nervoso, nelle difficili digestioni. Si mette a macero la pianta con le radici in vino bianco, generoso. Dose: 3 gr. in 1 litro di vino.

Ginepro

Juniperus communis, L. TAV. 11 - N. 80

NOMI DIALETTALI: Zinéver, Ginéver, Zinévro, Ginévro, Ginivrio, Brusìn, Giniéver, Zeneoro..

DESCRIZIONE: Fruttice; foglie leggermente solcate di sopra; coccole nere o nero-violacee, per lo più piccole e assai numerose. H: sui pendii dei colli e dei monti, nelle radure, nei pascoli aridi e luoghi incolti. P: i frutti e il legno. R: quando le bacche sono nere. F: Conifere.

Le bacche sono stimolanti, digestive, urinifere, carminative e sudorifere. Esse alzano la temperatura del ventricolo, fanno crescere l'appetito, cacciando i gas. Dose: da 4 a 8 gr. in 1/2 litro di acqua. Versando birra calda sulle bacche un po' schiacciate e unite ad alcune foglie di assenzio, si ha un rimedio salutare contro le idropi ostinate. Nei sudori soppressi, gonfiamenti al ventre o artritici, nell'asma dei vecchi, nei flussi catarrali per rilassatezza di vescica con conseguenti perdite notturne, giovano assai le bacche cotte o crude, o prese nell'acqua naturale, minerale o nell'acquavite. Preservativo della peste.

Quale sudorifero si può bollire 125 gr. di legno in 1500 gr. di acqua fino a ridurlo a 1000; vi si aggiunge 125 gr. di vino bianco. Se lo prende in quantità di 100 gr. tre volte al giorno, a caldo, possibilmente al mattino.

La pappa fatta con pane grattugiato, aceto e bacche di ginepro schiacciate, posta sulla fronte o sulla nuca, giova per il mal di testa ed emicrania.

L'olio di ginepro, preso a gocce sullo zucchero, è salutare nell'itterizia, nei calcoli biliari, nell'artrite, nella ritenzione d'urina e nell'idropisia.

L'olio inzuppato nell'ovatta, e questa messa in un

orecchio, guarisce spesso e in fretta il mal di denti, ed il dolore di testa. Carta asciugante inzuppata in quest'olio e applicata ai piedi agghiacciati e tiratevi sopra le calze, riscalda i piedi e impedisce conseguenti malattie.

Il Roob Juniperi si prepara con un quinto di bacche e quattro quinti di acqua che si cuoce adagio: indi si schiacciano le bacche: con il sugo, al quale si aggiunge zucchero, si cuoce nuovamente adagio, fino a renderlo sciropposo. È assai gustoso, e si dà a preferenza ai bambini raffreddati.

L'acqua di ginepro si ottiene versando acqua bollente sulle bacche; con ciò si ottiene una specie di vino assai gustoso, che può conservarsi in bottiglie.

Come diuretico si fa l'infuso di 10-15 gr. di bacche schiacciate in 1 litro di acqua bollente; si lasciano le bacche in infusione per circa un'ora, e se ne bevono 4-5 tazze al giorno. Il the fatto con le sommità dei rami giovani serve quale depurativo del sangue. Dose: una manata in una tazza di acqua bollente. Per rinforzare lo stomaco si consiglia mangiare masticando adagino parecchie bacche al giorno. Fa buon sangue, si digerisce meglio.

Per uso esterno, tanto le bacche che i rami e le radici bollite, servono per fare fregagioni nell'artrite e nei reumatismi.

Ginestrella

Genista tinctoria, L.

NOMI DIALETTALI: Erba zalda, Gialdine.

DESCRIZIONE: Fusto ascendente eretto, striato (40-100 cm.); foglie ovato bislunghe o lanceolato-acute, pubescenti nel margine; fiori solitari, ascellari, racemosi; pedicelli uguali al tubo del calice, con due bratteole all'apice; calice e labbra quasi uguali; corolla gialla glabra; legumi lineari glabri; semi compressi, olivastro-opachi. H: comune in tutti i boschi dalla zona collina alla montana. P: a preferenza i fiori, ma anche i polloni giovani e le foglie. R: i fiori prima che cominci il frutto. F: Papilionacee.

I polloni, le foglie e i fiori si cuociono insieme; si mescola il succo ricavato con zucchero o miele, e si cuoce nuovamente. Serve contro i calcoli, alle persone troppo ricche di sangue e nei catarri intestinali. Si dà raramente e in piccole dosi, altrimenti provoca il vomito. I fiori si adoperano anche sulle ferite e tumori.

Gittaione

Agrostema Githago, L.

NOMI DIALETTALI: Rosola, Grófoi de camp, Viciarol.

DESCRIZIONE: Pianta pelosa (30-100 cm.); fusto eretto semplice o ramoso; foglie lineari acute; fiori grandi solitari, lungamente pedunculati; calice con coste larghe e lacinie più lunghe del tubo, lineari acute; petali porporini, nudi alla fauce; carpidi ottusi. H: nei campi di cereali. P: semi e radici. F: Diantacee.

Una volta i semi e le radici venivano adoperati contro le eruzioni cutanee e quale purgante. È opportuno levare le sementi dal grano, perché la farina, contenente in gran copia il Gittaione, si renderebbe tossica e nociva.

Giusquiamo

Hyosciamus niger, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (20-50 cm.); foglie cuoriformi, rotonde, inciso-dentate, tutte picciolate; corolla con lembo non reticolato da vene colorate, bianca; filamenti degli stami bianchi. H: negli incolti, lungo le case diroccate e vicino alle abitazioni. P: le foglie e i semi. R: le foglie nel secondo anno di vegetazione, all'epoca della fioritura. F: Solanacee.

Questa pianta, detta anche Erba de santa Apollonia o Erba dal mal de denti, e velenosa assai e insieme medicinale. Ha la stessa proprietà della Belladonna. Viene usata negli affetti da mania, contro il tremito senile, contro l'isterismo, nelle tossi convulsive, nell'insonnia e nell'incontinenza di urina. Essendo pianta velenosa, le dosi devono essere somministrate dal medico.

Noto qui solamente che il nostro popolo suole masticare, e poi gettare fuori di bocca i semi per il mal di denti e gengive infiammate, o, anche fare inalazioni per detti mali; da qui il nome di Erba di santa Apollonia, perché protettrice contro il mal di denti.

Gramigna

Triticum repens, L. TAV. 9 N. 69

Nomi DIALETTALI: Agram, Agran, Gramègna, Raìs de ciamp.

DESCRIZIONE: Rizoma lungamente strisciante; fusti eretti o ascendenti (50-100 cm.); foglie piane scaberrime con parenchima trasparente; spiga gracile, compressa in spighe distinte, ovali, cuneiformi nella fioritura; glume 1 quarto più corte della spigetta, lanceolate, acuminate. H: comune nei campi, è una delle male erbe più temute. P: il rizoma. F: Graminacee.

Sebbene questa pianta sia una vera peste per i campi, essa ha pure delle belle virtù medicinali, come depurative, rinfrescanti, decongestionanti e diuretiche.

La farina del rizoma, mescolata in parti eguali con farina di frumento, dà un pane eccellente, nutritivo. Il decotto serve nelle affezioni di petto, nelle oppilazioni del basso ventre, mitigando, sciogliendo, promovendo l'urina e nutrendo. Dose: si fa la decozione di 30 grammi di radici pestate, in un litro di acqua.

L'estratto si prepara cuocendo le radici, finché diventano molli; si filtra ispessendo il liquido con nuova cottura, senza zucchero. Se ne prende di quando in quando un cucchiaino nell'acqua, vino, brodo, ecc.

Il decotto di questi rizomi è ottimo rimedio contro le malattie dei bambini: febbri, tosse, tosse convulsiva, rosolia, eruzioni cutanee, macchie del corpo, malessere generale.

Granoturco

Zea Mays, L.

NOMI DIALETTALI: Formentac, Maiss, Panocce.

H: coltivato nei campi. P: gli stimmi. F: Graminacee.

Gli stimmi del granoturco, ossia quella barbette che escono fuori dalle pannocchie, hanno forte virtù diuretica, fino a quadruplicare l'emissione in 24 ore, senza alcun inconveniente e senza affaticare il rene. E preferibile pure l'estratto fluido in dose di gr. 0,5 per ogni volta, ripetuta dalle 2 alle 4 volte in un giorno.

Si fa il decotto di 20-50 gr. in 1 litro di acqua. Se ne bevono due tazze al giorno, prima dei pasti. Essendo fortemente diuretico è indicatissimo per cacciare l'acido urico, nell'albuminuria, nelle coliche nefritiche, nella cistite e nei calcoli renali, e in tutti i casi nei quali è necessario promuovere l'orinazione.

Graziola

Gratiola officinalis, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto inferiormente radicante (20-30 cm.); foglie opposte lanceolate, dentellate; fiori bianchi o rosa ascellari dentellati con due bratteole sotto a calice e lunghi peduncoli. H: luoghi paludosi e prati umidi. P: la pianta intera. F: Scrofulariacee.

La Graziola è purgante con proprietà drastiche e violente, da evitarsi specialmente da coloro che soffrono di malattie gastrointestinali.

Si adopera contro i vermi, nella clorosi, nelle mestruazioni scarse o ribelli, nelle malattie di cuore con complicazioni renali, nella febbre quartana, nell'idropisia e nella melanconia. Dose: l'infuso o la decozione di 5-8 gr. in 1/2 litro di acqua; niente di più, perché pianta velenosa. In qualche luogo viene adoperata anche nelle forti indigestioni.

Grespino dei campi

Sonchus arvensis

- TAV. 1 - N. 1

DESCRIZIONE: Radice strisciante; fusto eretto, cavo (50-100 cm.); foglie un po' glauche, strettamente lanceolate, sinnato-roncinate e pennatofesse con lobi triangolari, dentellato-spinosi; capolini gialli grandi in corimbo terminale; foglioline involucriali esterne, peloso-glandolose come i peduncoli. H: assai frequente nei campi di cereali. P: la pianta intera. F: Composte.

Questa pianta si adopera quale impiastro, con buon esito, sulle ferite, nelle punture di vespe o d'altri insetti a pungiglione o nocivi, nelle scottature e nelle enfiagioni.

Imperatoria

Imperatoria obstruthium, L.

- TAV. 8 58

DESCRIZIONE: Fusto cilindrico, grosso, eretto, cavo ramoso spesso rossastro, striato, poco ramificato in alto (40-80 cm.); foglie inferiori grandi ternato o biternatosette a segmenti picciolati ovali, larghi, irregolarmente seghettati e inciso lobati acuminati; fiori bianchi in ombrelle, le superiori con guaine larghe grandi; con 30-40 raggi; involucro ovale; involucretti di poche foglioline; frutto quasi tondo con coste acute. H: pascoli umidi, ombrosi della zona subalpina e alpina. P: la radice. F: Ombrellifere.

La radice dell'imperatoria è stimolante ed eccitante l'appetito e la digestione, presa in infuso da 15-20 gr. in un litro di acqua. Masticata, giova contro l'emicrania. Giova pure nelle coliche, nella ritenzione d'orina, e, come clistere, per facilitare il parto difficile. Messa in infuso con il vino, giova nella tosse cagionata da raffreddori, nei catarri polmonari, nell'epilessia, nei crampi di stomaco, nel mal della pietra; eccita il sudore; È pure indicata nella idropisia e nell'itterizia. Messa nell'aceto, si applica compressa, nelle parti doloranti di podagra.

Iberico

Hypericum perforatum, L.

TAV. 6 N. 46

Nomi DIALETTALI: Preferata, Erba sbusa, Pèrico, Erba del sangue, Erba dal tai, Erba de strie.

DESCRIZIONE: Fusto eretto biangoloso (20-50 cm.); foglie opposte ovali-bislunghe, lucido-puntate; fiori gialli in cima cuoriformi; sepali lineari, lanceolati, acuti, intieri; cassule con 2 striscie longitudinali in ogni valva. H: comune nei luoghi erbosi, al margine dei boschi, sui muri dei campi. P: le sommità fiorite. F: Ipericacee.

I fiori masticati colorano la saliva, e, stropicciati, colorano in rosso le mani. Si usano come thè o tintura di 30 gr. in un litro d'acqua. Giovano per il mal di capo, o nella congestione causata da indigestione. E pure rimedio per male di polmoni, di bocca, nei vermi, per facilitare l'orina e nei dolori della matrice. Il the di fiori, unito a fiori di millefoglio e di tiglio, giova nel mal di capo, di stomaco, nel catarro di petto e per le persone che bagnano il letto. Questo thè è pure raccomandato nello sviluppo dei giovani d'ambo i sessi. Fiori e semi, messi nel vino in infusione, giovano nelle intossicazioni, facilitano l'orinazione e regolano i mestruai. Le foglie e i semi, pestati e messi a modo di empiastro sulle ferite brucianti, le guariscono.

L'olio contro le scottature si prepara in 1/2 litro di fiori ben puliti, in 1 litro d'olio d'oliva, mettendolo al sole in bottiglia ben chiusa. Dopo alcuni giorni si filtra l'olio, con un pezzuola si spremono i fiori e vi si immettono di nuovi. Quest'olio, oltrechè nelle scottature, giova nelle ferite, nella dissenteria epidemica; facendo fregagioni sul ventre, fa cessare il dolore e chiude il corpo.

Issopo

Hyssopus officinalis, L

DESCRIZIONE: Fusti eretti o ascendenti (30-60 cm.); fogli sessili bislungo-lineari o lanceolate; verticillastri volti da un lato, ravvicinati in spiga terminale; corolla ceruleo-porporina. H: sporadico qua e là nella zona montana, ma più spesso coltivato negli orti. P: le foglie e le sommità fiorite. F: Labiate.

L'Issopo ha proprietà stimolanti, carminative, toniche, stomachiche e pettorali. L'infuso di 15 gr. in un litro d'acqua aiuta la digestione, rinforza la mucosa polmonare, giova nei crampi di petto, nei reumatismi, nelle coliche e nei raffreddori. Contro l'asma, si mischia la polvere finissima d'issopo con miele, fino a rendere una poltiglia consistente. Se ne prende la quantità di una nocciola mattina e sera. Giova pure contro i vermi, per rinforzare gli occhi e per gargarismi.

Lamio albo

Lamium album, L. TAV. 10 - N 76

DESCRIZIONE: Fusto eretto (20-40 cm.); foglie ovato cuoriformi, acuminate, seghettate; corolla bianca a tubo curvato ristretto alla base, con una tacca davanti e sopra la strozzatura; fauce poco dilatata, doppiamente carenata sul dorso.

H: luoghi freschi e prati umidi, nelle siepi, ai margini delle strade. P: fiori e foglie. F: Labiate.

I «Flores lamii» sono ancora in gran pregio presso i farmacisti. I germogli e i fusti giovani danno una buona insalata. L'infuso giova nelle malattie di petto e polmonari, nella dissenteria, nei flussi di sangue, nei disturbi di utero e nei fiori bianchi. Il thè serve pure contro le scrofole, nell'impurità di sangue; e il suo vapore serve contro il mal d'orecchie e mal di gola. Dose: 10 gr. in un litro d'acqua.

Lampone

Lampone

Rubus idaeus, L.

Nomi DIALETTALI: Ampomolâr, Ampomâr, Ampomola.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (10-100 cm.) con piccoli aculei setacei dritti; foglie impari pennate con 3-5 foglioline ovali, acuminate, seghettate, bianco-tomentose di sotto, la terminale maggiore; fiori piccoli bianchi in racemi poveri; petali obovato-cuneati eretti; frutto odoroso, rosso, tomentoso. H: nelle radure, nei boschi freschi e sassosi, dalla zona collina a quella alpina. P: foglie e frutti. F: Rosacee.

Il lampone ha proprietà rinfrescanti, antiscorbutiche, astringenti, nutritive. Si usa lo sciroppo con due parti di zucchero e una parte di sugo dei frutti cotti insieme fino a rendere la massa densa. Si dà agli ammalati quale rinfrescante contro la febbre, con acqua o limonata. I polloni

giovani e le foglie cotte nell'acqua danno un thè eccellente contro la diarrea, la dissenteria, la colica e nelle mestruazioni irregolari. Questo the serve pure quale lavaggio contro le eruzioni cutanee, negli ascessi, negli occhi lagrimanti o purulenti, e quale gargarismo nel mal di bocca e di gola. Viene ancora adoperata nei dolori reumatici di testa. Le foglie fresche, applicate sul ventre, levano il calore di stomaco e di fegato.

Lantana

Viburnum Lantana, L.

NOMI DIALETTALI: Antana, Lautana, Antisele, Molinare, Lentàm, Zimogna, Stropa.

DESCRIZIONE: Arbusto ramoso (1-2 m.); foglie ovali venose, seghettate, tomentose, intere, barbute nell'ascella delle nervature, coriacee; fiori bianchi in cime dense terminali con rami tomentosi; corolla con 5 lobi uguali; semi cornei ovali, molto compressi. H: nei boschi cedui, ariosi, soleggiati della zona collina-subalpina. P: le foglie e i frutti. F: Caprifogliacee.

Con le foglie e con i frutti di questa pianta si prepara una decozione per gargarismi, nella cura dell'angina e come clistere nelle affezioni catarrali dell'intestino. Le foglie bollite nella lisciva servono a tingere in nero i capelli.

Lappio

Ranunculus bulbosus, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, bulboso alla base con fibre radicali gracili (20-50 cm.); foglie ternate o biternate a segmenti trifidi inciso-dentati, il medio con lungo picciolletto; fiori gialli; calice riflesso; rostro largo arenato; carpello lenticolare liscio. H: prati umidi e luoghi erbosi. P: il bulbo. F: Ranunculacee.

Le radici e i bulbi, contusi, si adoperano come cataplasmi revulsivi e vescicatori, nella cura delle ischialgie (sciatica). Prima di adoperarli è bene interpellare il medico, per conoscere la pressione del sangue ed evitare quindi dei gravi inconvenienti.

Larice

Larix europaea, L.

Nomi DIALETTALI: Larés, Làrsi, Làras, Làrase, Lerge.

DESCRIZIONE: Albero (25-35 m.); fusto irregolarmente ramoso; foglie ravvicinate sopra un corto ramoscello in fascetto e caduche; pine piccole erette con squame spesse, smarginate in alto. H: comune dalla zona montana alla zona alpina. P: la resina. F: Conifere.

La resina è raccolta specialmente nel Tirolo e una volta anche nel Trentino, conosciuta sotto il nome di Trementina di Venezia; sembra miele, d'un colore giallognolo trasparente, molto densa e attaccaticcia. Giova nelle malattie sessuali e urinarie, nelle malattie del basso ventre e nell'idropisia. Mescolandola con saponi e olii, se ne fanno

cerotti; inalata, giova nelle malattie dell'apparato respiratorio. Per uso interno vengono adoperate le capsule in dose, dalle 10-12 gocce. La corteccia bollita nell'acqua giova nel mal di ventre e promuove l'orinazione; polverizzata si applica sulle ferite aperte e sui tumori, come pure sulle ulceri. Le foglie, tagliuzzate e applicate a modo d'empiastro, puliscono le piaghe purulenti; bollite nell'aceto, e risciacquando la bocca, giovano nel mal di denti.

Lavandola

Lavandula spica, L.

NOMI DIALETTALI: Spigo, Spich.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (30-60 cm.); foglie sessili, lineari, ristrette alla base; fiori in spiga gracile, spesso interrotta alla base; brattee membranose brune, ovato-romboidali; bratteole nulle. H: da noi coltivata negli orti; inselvatichita si trova solamente, e rara, alle falde del Calisio e nei dintorni di Riva. P: fiori e foglie. F: Labiate.

La Lavandola ha proprietà toniche, stimolanti, anti-spasmodiche. Si usa l'infuso di 50 grammi, di sommità fiorite, in 1 litro di acqua e serve nell'atonìa di ventricolo, nelle congestioni, nel capogiro, nella malinconia e nei patemi d'animo. Serve pure nella clorosi, nella dispepsia (cattiva digestione) e nelle affezioni scrofolose. La Lavandola, messa nel vino e bevuta a sorsi per alcuni giorni, giova assai nei disturbi di fegato e di milza, scaccia l'itterizia, l'idropisia, promuove l'orinazione, i mestruì e favorisce i parti difficili.

Lichene islandico

Cetraria islandica, L. TAV. 6 - N. 47

DESCRIZIONE: Tallo frondoso, di consistenza cartilaginosa, color castagno da un lato e color oliva-chiaro dall'altro; il margine conformato a lacinie, terminate da una serie di ciglia. H: comune specialmente nei boschi delle conifere, dai 1000 metri in su fino alla zona alpina. P: la pianta purgata dalla terra e dai corpi eterogenei. F: Parme-

Il the si usa nella tisi, nella bronchite capillare, nella diarrea, nella dissenteria, dopo lo stato infiammatorio, nello scorbuto e nelle malattie di esaurimento. Si fa il decotto di 10 gr. in un litro di acqua. Dopo la prima si getta via l'acqua, a cagione dell'amarezza. Si cuoce di nuovo per mezz'ora, in un litro e mezzo di acqua, fino a ridurla a un litro. In tal modo si ha una preziosa bibita tonica, rinforzante, sciogliente il catarro.

Viene pure usato nelle febbri intermittenti e dissenteria cronica. Dopo usato, non si deve gettare via, ma può essere mangiato come l'insalata, essendo molto nutriente e digestivo.

Licopodio

Lycopodium clavatum, L.

TAV. 2 - N. 11

DESCRIZIONE: Fusto lungamente strisciante (60-100 cm.) ; foglie sparse, lanceolate, acute, terminate da lungo pelo, minutamente denticolate: spighe ordinariamente 2 nell'estremità dei rami. H: nei boschi di conifere della zona subalpina e alpina. P: le spore. F: Licopodiacee.

La droga è costituita dalle spore, cioè da una polvere leggera, mobile, granulosa, non aderente alle dita, di color giallo pallido. Posta nell'acqua, galleggia, ma con la bollitura affonda; gettata sulle fiamme brucia scoppiettando, senza odore e senza fumo. È usata, quale polvere aspersoria, nell'eritema (pelle arrossata) e nell'igiene dei bambini lattanti, asciugando la pelle. Presa nell'acqua in dose da 1-3 gr., giova nei calcoli della vescica, nei catarri della stessa, nel reumatismo, e nei crampi di stomaco. La stessa pianta bollita nel vino, avrebbe le stesse virtù; e in generale serve per tutte le malattie della pelle.

Linaiola

Linaria vulgaris, Mill.

DESCRIZIONE: Fusto eretto semplice (30-60 cm.); foglie sparse, lineari, lanceolate; fiori grandi assai più lunghi del calice; corolla gialla con sperone a essa uguale o più lungo; cassula ovata. H: comune nei campi e nei vigneti. P: le sommità fiorite. F: Scrofulariacee.

Questa pianticella con fiori bianco-gialli, simili a quelli della bocca di leone, ha proprietà calmanti e diuretiche; quindi giova in infuso contro la ritenzione d'orina. L'intera pianta, pesata e applicata come empiastro sulle emorroidi, vale a calmare rapidamente il bruciore.

Simili virtù ha pure la specie consimile, la *Linaria Cymbalaria*, Mill.

Lino

Linum usitatissimum, L.

H: coltivata. P: i semi. F: Linacee.

I semi di lino hanno proprietà emollienti, rinfrescanti, lassative, risolventi e si usano per molte malattie. Si prepara la droga a freddo in questo modo: si mette un cucchiaino di semi di lino in un bicchier d'acqua alla sera e vi si lascia fino alla mattina. Durante questo tempo, esce il succo mucoso dai semi, da formare una poltiglia gelatinosa; si scalda l'acqua fino che diventa liquido; si filtra e si beve a digiuno. È ottimo rimedio contro le costipazioni

e come emolliente e calmante, nelle infiammazioni delle vie urinarie. Si può fare anche il decotto, con una parte di semi e 25 di acqua.

I cataplasmi di semi schiacciati (farina di lino) servono per risolvere gli stati infiammatori della mucosa bronchiale e intestinale, o per favorire la maturazione di raccolte di pus. Il decotto di semi, schiacciati attraverso un pannolino e bevuto a tazze, dà una cura nel reumatismo, nei catarri, nella tosse, nelle infiammazioni, nelle febbri e nel mal della pietra. Anche l'olio che si estrae dai semi si usa come impacco nei tumori, nei piedi aperti, e sul ventre nella colica. Dosi: 4 parti di olio di lino e 3 di olio di mandorle; oppure sulle ferite si possono usare 420 gr. di olio e 4-5 tuorli d'uovo; oppure ancora: olio di lino e acqua di calce in parti uguali, che è il miglior lenimento contro le scottature.

Luppolo

Humulus Lupulus, L.

NOMI DIALETTALI: Fioranzés, Bruscanzoi, Ortìs Bruscàndoi, Ligabosch.

DESCRIZIONE: Fusto piuttosto sottile, volubile da sinistra a destra, ramoso; foglie opposte picciolate, palmate con 3-5 lobi; molto ruvide di sotto; fiori stamiferi in pannocchie opposte. H: frequente nelle valli e in mezzo alle siepi. P: i fiori. F: Orticacee.

I fiori di luppolo hanno proprietà calmanti, narcotiche, digestive. Si fa l'infuso di 20 gr. in un litro d'acqua, e si usa nelle insonnie, nelle agitazioni nervose, nei crampi si usa nelle insonnie, nelle agitazioni nervose, nei crampi di stomaco e nelle difficili digestioni. L'estratto, preso a piccole dosi solo o con acqua tre volte al dì, giova nell'itterizia e nei dolori di gotta. Anche i polloni giovani servono quale gustosa insalata primaverile, contro i mali di fegato.

Madreselva

Lonicera caprifolium, L.

DESCRIZIONE: Pianta cespugliosa a rami lunghi flessibili a fiori bianco-giallognoli con scorza grigiasta. H: comune nelle siepi e nei boschi. P: la scorza, le foglie e i fiori. F: Caprifogliacee.

La scorza fresca è ottimo diuretico in decotto di 25-50 gr. per 1 litro di acqua da prendersi a bicchieri fuori dei pasti. Fa buoni servizi anche nella gotta, idropisia, itterizia, renella e nei disturbi di fegato e milza. Al decotto si può sostituire la macerazione di 150 gr. di corteccia in 1 litro di vino. Con un pizzico di fiori in una tazza di acqua si fa il thè sudorifero e diuretico, mentre con l'infuso di foglie si fanno colluttori nelle infiammazioni della bocca e della faringe, come pure nel singhiozzo e nei dolori di testa nervosi.

Malva

Malva alcea TAV. 8 - N. 57

M. Silvestris, M. rotundifolia, L.

DESCRIZIONE: Malva alcea, L. - Fusti eretti (50-100 cm.); foglie lungamente picciolate, cuoriformi-rotonde, più o meno lobate; calicetto a foglioline ovali acute; calice a lobi triangolari; corolla il doppio o il triplo del calice; carpelli neri, arrotondati sul dorso o rugosi.

Malva silvestris, L. - Fusto ascendente (30-60 cm.); foglie cuoriformi rotonde, divise in 5-7 lobi rotondato-dentati; peduncoli più corti delle foglie; petali assai più lunghi del calice; carpelli reticolato-rugosi a orli acuti non dentati.

Malva rotundifolia, L. - Fusti ramosi (20-50 cm.); foglie rotonde cuoriformi, superficialmente lobate; peduncoli fruttiferi riflessi; foglioline del calicetto lineari; corolla circa il doppio del calice; carpelli lisci, marginati, ma non dentati. H: luoghi incolti, margini erbosi dei campi e delle strade. P: foglie e fiori. R: le foglie all'epoca della fioritura. F: Malvacee.

I fiori e le foglie di tutte e tre le specie, da soli o uniti ad altre specie emollienti, danno un the nutritivo, calmante, rinfrescante che agisce direttamente sugli organi invasi da catarro. Questo the giova pure nei disturbi pettorali, nell'etisia. Dose: 15 gr. in un litro d'acqua. Anche il the di sole foglie serve contro le coliche e la dissenteria. Cotte come gli spinaci, facilitano la digestione e sono aperitive. I vapori cocenti dell'infuso (cui s'aggiungono fiori di sambuco, di camomilla, foglie di senna e un po' di sale ammoniaco) sono indicatissimi contro la tosse, tosse asinina, infiammazione di gola e nell'asma; ammolli-scono, disciolgono, purificano. Le foglie fresche pestate, le radici e i semi servono quali empiastri, per rammollire glandule, tumori, patercelli, ecc. Foglie e radici cotte, poste nel vino insieme con i semi di finocchio, sollevano i dolori intestinali e mitigano i dolori di evacuazione. A tale scopo si usano anche i clisteri.

Malvone

Altaea rosea, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (1-2 m.); foglie grandi rugose, le inferiori cuoriformi rotonde angolato-lobate, le superiori più o meno profondamente lobate; peduncoli ascellari 1-3, corti; calicetto con 5-8 lacinie; carpelli molti, scanalati sul dorso, rugosi. H: coltivata negli orti. P: i fiori. F: Malvacee.

I fiori «Malvae arboreae» servono per il mal di gola, nei catarri bronchiali, nella costipazione pettorale; mitigano i crampi di stomaco e della vescica. Si fa il the di 15 gr. in un litro d'acqua. Con i vapori cocenti si leniscono i dolori d'orecchie. Per gli occhi purulenti, cisposi, si usa la lavatura con 8 gr. di fiori in 200 gr. d'acqua; si filtra a freddo, e vi si aggiungono 6 gocce di spirito canforato.

Marrobio

Marrubium vulgare, L.

DESCRIZIONE: Fusti bianco-lanosi (40-50 cm.); foglie ovate o rotonde, verdi-lanose o bianco-lanose di sotto, crenate; verticellastrati a molti fiori bianchi; calice con 10 denti lesiniformi patenti, uncinato-ricurvi; corolla bianca più lunga del calice con labbro superiore bifido. H: luoghi incolti, asciutti, arenosi e lungo le strade di campagna. P: le sommità fiorite e le foglie. F: Labiate.

L'«Herba marrubii» o «Lamii Mariae» è molto amara, aromatica, di odore muscoso. I Greci la conoscevano col nome di Praisos. Il the si prepara con le foglie dissecate, colte durante o dopo la fioritura e giova nell'etisia, nelle mestruazioni irregolari, nei dolori della matrice, nella tosse e tosse convulsiva e favorisce assai la digestione, come amaro tonico. L'infuso si fa con 10-15 gr. di foglie e fiori, in un litro di acqua che si lascia sedare per 10-15 minuti. Le foglie, messe nel vino bianco (30 gr. in un litro di vino) e lasciate in composta per 8 giorni, servono per purificare i polmoni e il petto dai catarri, libera il fegato e la milza da ingorghi e uccide i vermi. Se ne prende un bicchierino dopo i pasti. Lo sciroppo si ottiene con tre quarti di litro d'infuso nel quale si versa 1/2 kg. di zucchero; si cuoce fino a densità voluta; bollendo più fortemente e a lungo, si hanno le pastiglie. È salutare nell'asma con espettorazione densa, gialliccia, e in molte altre malattie della mucosa. Il succo, unito a olio di olivo, introdotto a gocce nelle orecchie malate, fa cessare il male, specialmente se viene da raffreddore. Le foglie e i semi, uniti a burro, fanno scomparire il gozzo.

Melissa

(Erba limona)

Melissa officinalis, L.

DESCRIZIONE: Fusti ramosissimi (30-80 cm.); foglie tutte picciolate, reticolate, ovali, largamente crenulate; cimie ascellari di 6-12 fiori bianco-rosei; calice vellutato con denti cortissimi, mucronati nel labbro superiore e lanceolato-aristati nell'inferiore. H: nelle siepi, lungo i sentieri di campagna, ai margini dei boschi della zona collina e montana. P: sommità fiorite e foglie. F: Labiate.

La melissa ha proprietà toniche, stomachiche, stimolanti. Si adopera il the in dose di 15-20 gr. in un litro d'acqua. Giova nelle sofferenze leggere di nervi, nei disturbi al basso ventre, nei crampi di stomaco, nelle difficili digestioni, nei vomiti nervosi delle donne, in particolari circostanze, nelle coliche della matrice, nell'emicrania e nei mali nervosi della faccia, dei denti e delle orecchie.

La melissa, messa in infusione nel vino bianco, e bevuto a bicchierini per alcuni giorni, serve nei mali sopra descritti, rinforza il cuore e il cervello e giova ancora nell'avvelenamento di funghi. Le foglie fresche, pestate e applicate sulle ferite, giovano rinfrescando e calmando i dolori.

Melograno

Melograno Granatum, L.

DESCRIZIONE: Arbusto (3-5 m.) ; foglie lanceolate o bislungo-lanceolate, decidue, opposte o alterne, spesso affastellate; fiori grandi sessili solitari o riuniti 2-3 in cima ai rami; calice carnoso rosso; petali ovali rossi; frutto globoso depresso coronato dal calice; semi rosso-angolosi, traslucidi simili a cristalli di granata. H: coltivato. P: fiori, frutti, corteccia dei rami e della radice. F: Punicacee.

Tutte le parti della pianta sono astringenti, per il tannino che contengono; ma la corteccia della radice è la più usata per espellere il verme solitario. Dose: dopo un giorno di digiuno, si prendono da 40 a 60 gr. di radice in decozione di 250 grammi di acqua; si prende tre volte di mattina, a un'ora d'intervallo, a cui si fa seguire un forte purgante di olio di ricino. In 3-4 ore dopo deve succedere l'espulsione del temuto e intrigante parassita.

Le stesse proprietà, ma meno attive, sono presentate anche dalla corteccia del tronco e dai fiori; con essi si preparano pozioni astringenti, specialmente contro la diarrea. Con i frutti si preparano sciroppi rinfrescanti.

Menta peperita

Mentha piperita, L. TAV. 8 - N. 63

DESCRIZIONE: Pianta glabra; foglie picciolate, bislunghe, acute, seghettate, rotonde, smerlate alla base; glomeruli di fiori disposti in spiga cilindrica allungata, interrotta alla base; calici purpureo-rosati con denti lesiniformi. H: coltivata negli orti. P: le foglie. R: durante la fioritura. F: Labiate.

Questa specie di menta, officinale, è la più ricercata, ha proprietà toniche, eccitanti, antispasmodiche, antisettiche e calmanti. Si usa l'infusione di 30 gr. di foglie fresche in un litro d'acqua. Presa prima o dopo i pasti, eccita l'appetito e facilita la digestione. Questo infuso è indicatissimo nei dolori di stomaco, nelle insonnie e nella debolezza generale. È tonico ed eccitante nell'atonìa intestinale, antispasmodico nel vomito nervoso e nelle coliche. Le foglie fresche pestate servono ad arrestare la portata latte.

Menta Crespa, M. acquatica

M. Romana e Mentastro

Mentha crispa, L., *Mentha aquatica*, L.

Mentha pulegium, L.

et *Mentha silvestris*, L.

Mentha crispa, L. - Foglie ondosamente increspate, dentate, quasi rugose.

Mentha aquatica, L. - Fusto (30-50 cm.), ramoso tetragono, foglie opposte, picciolate, ovali, seghettate; fiori in capolini ascellari o terminali, quasi globosi; calice a denti triangolari alla base, bruscamente e lungamente ri-

stretti in appendice lesiniforme.

Mentha pulegium, L. - Fusti grossetti tetragoni, ascendenti, radicati alla base (10-30 cm.); foglie brevemente picciolate ellittiche o bislunghe, leggermente dentate; fiori-
ni glomeruli ascellari; calice chiuso da peli.

Mentha silvestris, L. - Fusto eretto (40-80 cm.); foglie sessili, reticolato-angolose, bianche e mollemente tomentose di sotto, ovali od ovali-bislunghe, acute; fiori rosei o bianchi in glomeruli disposti a spiga cilindrica; brattee lineari lesiformi. H: tutte e quattro queste specie si trovano lungo i fossi, corsi d'acqua e prati umidi, dalla pianura alla zona subalpina. F: Labiate.

La menta acquatica e la cressa hanno le stesse proprietà della menta peperita; anzi, nelle affezioni coleriche e nell'ipocondria la menta cressa è più forte della piperita.

La menta romana e il mentastro sono meno attive delle precedenti. Da notarsi che il mentastro si adopera anche come revulsivo e vescicatorio, applicato contuso quale empiastro sui flemoni.

Mercorella

Mercurialis annua, L

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (20-40 cm.); foglie opposte di un verde chiaro, ovali, lanceolate, rottondate alla base, crenulate, picciolate; fiori quasi sessili; cassule irte di punti verdi terminate in pelo bianco. H: nei vigneti ombrosi e freschi, lungo le siepi. P: le foglie. F: Euforbiacee.

Le foglie si adoperano come impacco emolliente; presa in decozione (15 gr. in 500 d'acqua), ha virtù lassative. Il succo (10 gr. in una tazza di brodo) arresta la secrezione latte.

Millefoglio

Achillea Millefolium, L

TAV. 9 - N. 68

NOMI DIALETTALI: Milifòì, Erba de caréo mat, erba starnudera, Ciaute.

DESCRIZIONE: Pianta un po' vellutata; rizoma strisciante; fusto eretto semplice o ramoso (20-60 cm.); foglie lanceolate, strette bipennatosette con segmenti principali numerosi e laciniette strette, lineari, mucronate, le superiori lineari allungate; capolini piccoli ovoideo-campulati in corimbo denso; fiori del raggio bianchi o rosei. H: comune nei prati, luoghi erbosi dalla pianura alla zona alpina. P: foglie e fiori. F: Composte.

Questa bella e preziosa pianticella ha virtù antispasmodiche, astringenti, antiemorroidarie, emostatiche (che fermano il sangue) e vulnerarie.

Le foglie e i fiori bianchi o rosei, a corimbo, sono tonici, astringenti, e giovano sugli organi del basso ventre e sulle mucose. I fiori sono calmanti e insieme eccitanti, come la camomilla. I disturbi di digestione, l'emorroide, l'artrite, i passaggi sanguigni, le congestioni unite a battiti di cuore, le febbri intermittenti e le malattie delle donne vengono tutte curate con tale pianta. Si prepara l'infusione di 70 gr. di foglie e fiori in 3 quarti di litro d'acqua, e quindi, lasciato il tutto riposare per 5 minuti, si filtra e se

ne beve di quando in quando una mezza tazza.

Le foglie peste e spesso cambiate sulle ferite, le guariscono presto. Anche usate nei bagni, rinforzano l'organismo.

Il succo serve per cure primaverili e quale calmante per i crampi di stomaco. Giova nelle mestruazioni mancate o dolorose, o nelle troppo durature, nelle emorragie polmonari che dipendono da oppilazione del basso ventre e dal flusso mestruale. Si usa pure nei flussi mucosi del polmone, nell'intestino, nei gangli nervosi per dissonanza prodotta da disturbi digestivi, quali diarrea, acidità, flatulenze. Se ne usa da 70 a 100 gr. al dì, spremuto dalle piante in fioritura. Contro le ragadi del capezzolo, le ulcerazioni delle varici e delle emorroidi, per ristagnare il sangue e sanare ferite e piaghe, si fa l'infuso di foglie fresche e fiori in parti uguali d'acqua. Si pestano insieme 50 gr. di foglie e fiori e vi si versa 50 gr. di acqua bollente: con l'acqua si lava la ferita o la piaga, indi vi si applica l'erba cotta.

Mirtillo

Vaccinium Myrtillus, L.

NOMI DIALETTALI: Giasenàr, Scarlavezàr, Calvezàri, Grisonar, Gramagnoni, Baghiar.

DESCRIZIONE: Fusto con rami angolosi e alati (10-30 cm.); foglie caduche ovato-dentate; fiori solitari sopra peduncoli più corti delle foglie; corolla bianco-verdastra o rosea; bacche nere. H: comune nei nostri boschi dai 700 m. in su. P: le bacche. F: Ericacee.

Il mirtillo rosso ha proprietà astringenti, toniche e antisettiche. Il succo e lo sciroppo giovano contro la diarrea. Nelle diarree ostinate, si prende del vino nero, vi si immettono le bacche, dove si lasciano per qualche tempo; in casi urgenti, si bolliscono in esso. La tintura si ottiene versando acquavite sulle bacche, in recipienti ben chiusi e posti al sole o al caldo. avendo queste bacche proprietà antisettiche e astringenti, si usano in pozione (4-5 cucchiaini al giorno) o in tintura (50 gocce prima del pasto) nelle enteriti acute, nell'atonìa intestinale, negli eczemi cutanei (impacchi), nel mal di bocca e nelle emorroidi (compresse), come pure nel diabete.

Mirtillo rosso

Vaccinium Vitis Idaea, L.

NOMI DIALETTALI: Grantenari, Brocòn, Martel Bròc, Gramagnoni, Ambrosinari

DESCRIZIONE: Fusti eretti o ascendenti (10-20 cm.); foglie persistenti, coriacee, ellittiche od ovate a rovescio con margini riflessi, pallide o punteggiate di sotto; corolla campanulata bianca o rosea, orceolato-glabra; bacca globosa rossa. H: comune nei luoghi ove cresce il mirtillo. P: le bacche. F: Ericacee.

Le bacche rosse, senza osso, si usano nelle febbri intermittenti e catarrose; promuovono l'appetito e l'urinazione; schiacciate e versatevi sopra dell'acqua con zucchero, danno una bevanda eccellente e rinfrescante. L'infuso di foglie è urinifero.

Morine

Globularia vulgaris, L. TAV. 12 - N. 85

DESCRIZIONE: Fusto erbaceo semplice (10-20 cm.); foglie basali in rosetta, obovate, smarginate o dentate, le cauline numerose alterne sessili, lanceolato-acute; fiori celesti in capolino semplice denso globoso, corolla e labbro sup. bifido. H: sui colli rocciosi sterili della zona collina e montana. P: le foglie. F: Globulariacee.

Le foglie di questa preziosa pianticella hanno proprietà purgative e diuretiche. Si fa la decozione di 20 gr. di foglie in 200 gr. di acqua. Ha analoga azione a quella di sena, senza tuttavia dar luogo a nausea e irritazione intestinale. La tintura sembra possedere anche proprietà anti-reumatiche.

Motellina

Meum Mutellina, Gaert. TAV. 8 - N. 60

DESCRIZIONE: Fusto eretto, striato, semplice o quasi (10-20 cm.); foglie ovali bipennatosette a segmenti lanceolato-lineari acuti, le inferiori picciolate, le superiori nulle o 1-2; ombrelle con 8-15 raggi; involucretti a più foglioline lanceolato-lineari, bianco membranose nel margine; frutto piccolo ovoideo. H: nei prati umidi di monte. P: le radici. F: Ombrellifere.

Questa piccola ombrellifera, in confronto di tante altre cespugliose e slanciate, ha proprietà depurative, stimolanti, astringenti, antifebbrifughe. Si fa l'infuso della radice in dose di 15-20 gr. in un litro d'acqua, e si usa nei raffreddori, nei catarri, nella raucedine, nel mal di testa, nelle glandole infiammate, nella risipola facciale e nella grossezza di sangue. Unita ad altre specie di alta montagna, entra a far parte del cosiddetto «The dei Professori» del quale parlerò in altra parte di questo libro.

Mughetto

Convallaria maialis, L.

Nomi DIALETTALI: Camanelle, Filànfole, S'ciopete, Ampalio, Gratadóie, Filèfole, ecc.

DESCRIZIONE: Rizoma obliquo, emettente un rametto con 2-3 foglie ellittiche allungate, ottusette; scarpo più corto delle foglie, terminato in racemo di fiori bianchi odorosi. H: nei boschi dalla zona montana alla subalpina. P: l'intera pianta. F: Liliacee.

Nonostante la gradevole fragranza che manda, nella primavera, questa graziosa pianticella, tuttavia essa è velenosa. Possiede però virtù cardiotoniche, e sostituisce la digitale e la caffeina. Si usa l'infuso di 10 gr. in un litro di acqua, aggiungendovi mucillagine gommosa. È rimedio però pericoloso; per questo è necessario consultare il medico. Il succo giova per mali di occhi. Alcuni usano riempire di fiori un vaso di vetro, lo mettono scoperto per alcuni giorni in mezzo a un formicaio, adoperando l'acqua che si

forma nel recipiente per i dolori di podagra.

Musco arboreo

Caledonia rangiferina, L, - TAV. 3 -N. 22

DESCRIZIONE: t un elegante Lichene conformato ad alberello, con tallo frondoso, di color cinereo sbiadito. Le sommità portano concettacoli piccoli di color bruno. H: comune nei terreni ricchi di muschi ed esposti a nord. P: la pianta. F: Licheni.

Il musco arboreo è un elegante lichene formato ad alberetto: esso nella terapia sostituisce il lichene islandico; per di più è usato quale antifebbrifugo.

Nasturzio

Nasturtium officinale, R. Br.

NOMI DIALETTALI: Cressòn, Cressóm, Grassóm, Cresson de fontana.

DESCRIZIONE: Fusto prostrato e radicante in basso; foglie dispari, pennato con foglioline laterali ovate, ineguali alla base, intere o crenato sinuate, la terminale più grande e quasi rotonda; fiori piccoli bianchi; silique bislunghe, lineari. H: comune e perenne lungo i ruscelli e presso le sorgenti. P: la pianta fresca. F: Crocifere.

Questa crocifera ha virtù depurative, diuretiche, corroboranti, detersive. Si usa il succo di pianta fresca pestata in un mortaio, e spremuto attraverso un pannolino. Se ne prende in dosi da 100 a 150 gr. al giorno, a digiuno; è diuretico e depurativo, specialmente se preso per buon tratto di tempo. Questo succo è indicato quale cura primaverile, nello scorbuto, nell'idropisia, nell'itterizia, nei catari bronchiali, polmonari, intestinali. Le foglie pestate e applicate servono contro la tigna e il cimurro. Contro i rossori ed eruzioni cutanee si applicano 2 volte al giorno 50 gr. di succo con 10 gr. di essenza di mandorle amare.

Il sapone è eccellente rimedio contro le scottature. Esso si prepara schiacciando crescione, cipolle, foglie di fragola e cuocendo il tutto con burro fresco, senza aggiungervi sale. Si filtra, e si ungono le parti ferite; il prurito cessa subito, rinfresca e guarisce presto. L'insalata si prepara versando sopra le foglie e cime ben lavate il sugo di un limone; senza aceto e senza sale, vi si aggiunge un po' d'olio e una cipolla ben tagliuzzata; si lascia così in composta per due ore, e poi si prende, con grande giovamento dei polmoni e dei reni.

Nepitella

Calamintha Nepeta, Clairv,
(Melissa calamintha, L.)

DESCRIZIONE: Pianta pubescente (40-60 cm.); foglie ovato-romboidali, ottuse, crenulate, senza glandole; peduncoli multiflori (12-15 fiori); corolla azzurrastra a tubo diritto; H: luoghi esposti al sole da fondo valle alla zona montana. P: la pianta in fioritura. F: Labiate.

La nepetella, presa in infuso di 15-20 gr., è grandemente giovevole nei crampi, nell'insonnia, nella difficoltà di respiro, nell'itterizia e nell'idropisia, promovendo essa fortemente l'orina e regolando le mestruazioni. Presa con miele e sale, uccide i vermi del corpo. La polvere di nepetella, presa nei cibi, scaccia le ventosità opprimenti o doloranti.

Anche la specie consimile, la Nepeta Cataria (ERBA GATTARIA) ha virtù toniche eccitanti, stomachiche, carminative ed emmenagoghe. Si trova qua e là tra le macerie, lungo le strade e le siepi. Foglie pelose, biancastre; fiori bianchi a spiga. Si fa l'infuso di 20 gr. in 1 litro di acqua.

Noce

luglans regia, L.

NOMI DIALETTALI: Nogara, Noghèra, Nos, Noghiara.

DESCRIZIONE: Albero. Foglie grandi imparipennate o foglioline ovate; fiori maschi in amenti allungati; frutto globoso elissoideo, da prima verde e alla fine nero. H: coltivata e qualche volta semi-spontanea. P: le foglie, il mallo verde del frutto e i semi. F: Juglandacee.

L'albero di noce, nelle sue parti terapeutiche, ha proprietà astringenti, antiscrofolose, detersive. Si prepara l'infuso di 20 gr. di foglie in un litro d'acqua. Se ne prendono quattro tazze al giorno, nella cura delle scrofole, nelle eruzioni cutanee e nella debolezza dei bambini, per i quali però la dose deve essere molto più mite. Per i suddetti mali, si possono fare anche bagni caldi, adoperando una buona manata di foglie cotte a lungo; si resta nel bagno dai 15 ai 20 minuti. La stessa cura vale per gli adulti di sangue cattivo, pallidi e con digestione insufficiente. L'olio dei semi e i malli in decozione (20 gr. in un litro d'acqua) servono contro le impetigini.

I malli freschi o la polvere di essi servono benissimo a tingere i capelli in nero in modo duraturo e senza creare alcun danno alla pelle. Si usa l'estratto acquoso o alcoolico in soluzione di 1 per 25.

Lo Scotti trova nella noce (bagni, bevande, applicazioni delle foglie o del decotto) rimedio infallibile per tutte le forme di scrofole, piaghe fistolose, periostiti cariose. Il Professor Antonelli, a questo proposito dice: «Se ai nostri giorni sono pochissimi i medici, che l'usano, ciò dipende non da loro, ma dai metodi di cura venuti in seguito all'introduzione di composti chimici, per cui dei vegetali non si parla più nelle Scuole Superiori di medicina, e per cui avviene l'ignorare necessariamente tanto di buono e di utile ai malati. Non sempre il nuovo è migliore del vecchio». In realtà però molti medici oggi si danno allo studio del vegetale, e s'insegna anche nelle scuole in conformità alle leggi vigenti.

Nocciolo

Corylus Avellana, L.

NOMI DIALETTALI: Noselar, Còleri, Noselèr, Ninzolèr, Golanàr, Noslàr, Bianèr.

DESCRIZIONE: Foglie rotonde ovali, brevemente acuminata, doppiamente seghettate; stami e bratteole quasi

uguali alla brattea; involucri del frutto campanulato slargato di sopra. H: comune nei terreni asciutti fino ai 1200 metri. P: frutti e corteccia. F: Cupulifere.

La corteccia del nocciolo viene adoperata quale cataplasma contro le ulcere varicose (vene varicose aperte). Il frutto è assai gustoso e nutriente. Dai semi si estrae un olio, adoperato dai pittori.

Si fa l'infuso di 15-30 gr. di foglie in 1 litro d'acqua quale depurativo del sangue, come cicatrizzante e nella cura delle malattie della pelle. Con l'emulsione dei semi si ha un buon preparato contro le infiammazioni dell'intestino crasso.

Oleandro

Nerium Oleander, L.

DESCRIZIONE: Fruttice; foglie lanceolate, coriacee per lo più terne; fiori grandi, terminali, a corimbo; calice persistente 5 partito; corolla rossa, rosea o biancastra; siliqua lunga piloculare. H: coltivato come pianta ornamentale; da noi difficilmente inselvaticato. P: le foglie. F: Apocinacee.

Le foglie hanno proprietà cardiotoniche e diuretiche, e vengono adoperate nelle miocarditi. Essendo pianta velenosa, richiede molta prudenza nell'uso, ed è meglio lasciare al medico la dose da prescriversi. Le foglie e le sommità fiorite, messe in macera nell'acqua per alcune ore, servono contro la rogna e i parassiti della testa; polverizzate, si usano come starnutatorio.

Olivo

Olea europaea, L.

DESCRIZIONE: Albero; rami quasi tetragoni; foglie ovato-bislunghe biancastre di sotto; fiori bianchi; frutti di grandezze variabili. H: coltivato nel bacino di Arco fin su a Padergnone. P: il mesocarpo, le foglie e la corteccia. F: Oleacee.

L'olio che si estrae dal mesocarpo (bacche), oltre avere grande importanza industriale e alimentare, presenta anche notevoli applicazioni medicinali quale lassativo, emolliente, febbrifugo. In dose di 30-60 gr. facilita la soluzione e la eliminazione dei calcoli biliari, e per via rettale scioglie le ostruzioni degli intestini. All'esterno serve alla fabbricazione di diversi unguenti contro eczemi e scottature. Per lavare le piaghe e favorire la cicatrizzazione, si fa l'infuso di 60 gr. di foglie in un litro di acqua

bollente, o la decozione della corteccia.

L'olio (un cucchiaino da caffè per bambini e uno grande per adulti) si somministra con buon effetto nelle febbri con infiammazioni interne (peritonite, pleurite, polmonite), della trachea, del cieco, degli intestini.

L'olio, sbattuto nel vino, forma il cosiddetto «balsamo del Samaritano» per le bruciature e scottature.

Olmaria

Spiraea Ulmaria, L, TAV. 12 - N. 87

DESCRIZIONE: Fusto eretto, solcato (60-100 cm.); foglie pennatosette con 5-9 coppie di segmenti molto disuguali, ovato-acuti, doppiamente seghettati, il terminale più grande palmatifido, bianco tomentosi di sotto; fiori bianchi in cima terminale petali con lingua lunga; stami più lunghi dei petali; carpelli 5-9, avvolti a spira. H: i luoghi e prati umidi e lungo i corsi d'acqua, dalla zona montana alla zona alpina. P: foglie, fiori e radici. F: Rosacee.

Foglie, fiori e radici, hanno odore aromatico gradevole, e questo aroma si conserva anche dopo l'essiccazione. Si fa l'infuso di foglie e fiori in dose di 50 gr. in un litro d'acqua. Si somministra 1/2 litro al giorno, con effetto efficace, nel reumatismo articolare acuto. Con le radici pestate si fa l'empastro contro le ferite e in infuso contro la diarrea, come pure per schizzettare nelle infiammazioni vaginali.

L'infuso di queste foglie fu usato con ottimo effetto nell'idropisia addominale, nell'edema delle estremità e delle articolazioni, nel reumatismo articolare acuto, e, come sedativo, nelle malattie di cuore.

Olmo

Ulmus campestris, L.

DESCRIZIONE: Foglie ovali acute, di rado un po' acuminate; samare brevemente peduncolate, obovato-ellittiche, fesse fino al seme. H: nei boschi freschi della zona montana e lungo le siepi e i viali, quale pianta ornamentale. P: la corteccia. F: Urticacee.

La corteccia ha proprietà cicatrizzanti, e si usa in decozione o in empiastro, nelle malattie della pelle. L'empastro si fa con la corteccia finemente polverizzata, con grasso. Si fa il decotto concentrato della scorza (130 gr.) in due litri di acqua, fino a ridurla a metà. Da prendersi (250 gr.) due-tre volte al dì. Per uso esterno si fa l'unguento. Far cuocere a fuoco lento la scorza con grasso di maiale.

Onotano

Alnus glutinosa, Gaert.

NOMI DIALETTALI: Onìz, Onic, Onàro, Ofna, Ove-
no, Onèro, Auno, Aunìc da l'ega.

DESCRIZIONE: Foglie quasi rotonde e obovate, ottu-
se, smarginate all'apice, glabre, eccetto l'ascella dei nervi
nella pagina inferiore, glutinose in gioventù; strobili me-
diocri; semi lenticolari. H: luoghi umidi e freschi, e lungo
le correnti d'acqua. P: la corteccia. F: Betulacee.

La corteccia, specie quella interna, ha proprietà feb-
brifughe e astringenti, come quella della Quercia (vedi:
Quercia). Alcuni l'adoperano in decozione contro la
sciatica.

Orchidee

Orchis morio, L., *Orchis militaris*, L.,
Orchis maculata, L., *Orchis mascula*, L.,
Orchis pyramidalis, L.,
Orchis latifolia, ecc.

Nomi DIALETTALI: Cagnagnòte, Omeneti, Man
d'Adamo, Pan del cucù, Man de la Madona.

DESCRIZIONE: *Orchis morio*, L. - Fusto cilindrico
(10-30 cm.); foglie inferiori lanceolate strette; fiori porpo-
rini, rosei o bianchi in spiga terminale; brattee quasi ottu-
se, 1-2 nervie; lobello trilobo, porporino con macchiette
più cariche nel mezzo e lobi larghi, il medio poco più
breve dei laterali.

Orchis militaris, L. - Foglie inferiori bislunghe; fiori
in spiga ovoide; bratee molto più corte dell'ovario; elmo
di color roseo pallido; lobello tripartito; sperone $\frac{1}{2}$ del-
l'ovario.

Orchis mascula, L. - Fusto eretto; foglie obovate o
bislunghe, dilatate un po' al di sotto dell'apice; fiori violet-
to-rosei in spiga allungata; labello trilobo.

Orchis latifolia, L. - Fusto cavo (30-80 cm.); foglie
patenti, le inferiori ovato bislunghe ottuse, spesso mac-
chiate, le superiori lanceolato-acuminate; fiori color porpo-
ra, in spiga ovoide allungata; labello trilobo. H: dalla
collina alla zona alpina, secondo le diverse specie. P: i
tuberi. R: prima della fioritura o in autunno. F: Or-
chidee.

La proprietà medicinale delle orchidee sta nel bulbo,
che è quasi uguale in tutte le specie. Con detti bulbi si
forma la droga che passa sotto il nome di Salep. Si raccol-
gono prima della fioritura, o prima che la pianta marcisca;
si lavano subito in acqua fresca e si liberano della scorza
esterna. Cuocendoli, diventano chiari e trasparenti. Appe-
na colti, si disseccano sopra una stufa, o si pongono infil-
zati sopra la stessa. Così disseccati, si rendono atti alla
polverizzazione o alla macinazione. Con una parte di Sa-
le e 50 di acqua bollente si ottiene una densa gelatina,
ricca di mucillaggine, di amido e di zucchero, da formare
un cibo assai nutriente, per persone deboli e per i fanciulli
deperiti. È di facile digestione, e serve anche contro la
diarrea. Perché si sciolga meglio e s'immedesimi coll'ac-
qua, vi si aggiungono alcune gocce d'acquavite, agitando.

Questo preparato giova pure nell'atrofia, scrofole, dissenteria, nelle malattie infiammatorie, nella consumazione e nella tisi. Il Salep fu pure usato nei catarri intestinali.

Origano

Origanum vulgare, L.

NOMI DIALETTALI: Mazurana mata.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (30-60 cm.); foglie grandi, picciolate, ovato-lanceolate, rotondate alla base; fiori rosei in spighe ovali formanti una pannocchia a rami ascendenti; foglie floreali ottuse; corolla 2 volte più lunga del calice. H: nei boschi asciutti e lungo le strade di campagna e di monte. P: le foglie e sommità fiorite. F: Labiate.

L'origano ha proprietà aperitive e risolventi e si fa l'infuso in 10 gr. in un litro d'acqua, contro l'emicrania, nei disturbi polmonari, del fegato e della matrice. In infusione nel vino giova nella tosse, nella raucedine, e arresta l'avvelenamento prodotto da punture d'insetti. Unito ad altre erbe aromatiche, quali: il timo, la maggiorana, l'issopo, il marrobbio, la ruta, la salvia, la camomilla, serve per fare impacchi caldi, per mal di denti, di orecchi, di gola, di ventre; nei reumatismi, nelle malattie muliebri e oppilazioni.

Ortica maschio

Urtica dioica, L.

TAV. 3 - N. 19

NOMI DIALETTALI: Ortiga

DESCRIZIONE: Rizoma strisciante; fusto eretto (40-100 cm.); foglie ovato-lanceolate, fortemente seghettate con stipole lineari lanceolate e piccioli 2-4 volte più brevi del lembo; spighe più lunghe del picciolo, con fiori dioici. H: vicino alle abitazioni, nelle macerie, sui muri, ai margini delle strade e negli orti. P: le foglie, gli steli e i semi. F: Urticacee.

Con l'infuso della pianta secca, o meglio ancora in decozione (50 gr. in 1500 di acqua fino a ridurlo a due terzi) si fa una bevanda indicatissima per purificare il sangue, contro la dissenteria epidemica, contro l'idropisia, l'itterizia, il mal di petto e contro l'emorroidi. Il parroco Kneipp dice che un tal decotto scioglie i catarri dei polmoni e di petto, ed espelle per le vie urinarie le materie tossiche del ventre. L'insalata delle piante giovani purifica il sangue. Le percosse fatte con le ortiche sono indicate come revulsive contro il reumatismo, la disposizione alla paralisi, all'apoplezia. Si prende un mazzo di ortiche, con una mano guantata, e si percuote la parte sulla quale si vuoi produrre l'effetto. Per combattere le emorragie interne, si prende in due volte (mattina e sera), il succo, in ragione di 75 gr. alla volta. Per istagnare il sangue da naso, s'introduce nelle narici un batuffolo di bambagia inzuppato in detto succo. Uguale virtù ha pure la specie

consimile: La ORTICA PUNGENTISSIMA = *Urtica urens*, L.
(Tav. 3 - N. 20); anzi l'acqua ottenuta dalla decozione di
questa ortica è più indicata per lavarsi la testa, nella cadu-
ta dei capelli.

Orzo

Hordeum vulgare, L.

Pianta ovunque conosciuta come ottimo cereale. H:
coltivato. P: i semi. F: Graminacee.

L'orzo ha proprietà emollienti, rinfrescanti e depurati-
ve. Si usa l'infuso di 20 gr. in un litro d'acqua e si adopera
quale gargarizzante nelle angine, nelle infiammazioni alla
gola, e come rinfrescante e astringente nelle diarree. Tan-
to l'infuso come la minestra fatta con i semi è ottimo
alimento nei vecchi che soffrono di atonia intestinale e
nei convalescenti.

Papavero dei campi (Rosolaccio)

Papaver rhoeas, L.

NOMI DIALETTALI: Papaver, Pavarin, Paver.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso; foglie pennato-
partite, a lobi bislunghi, lanceolati, acuti, inciso-dentati;
sepali con peli lunghi; petali larghi, quasi tondi, rosso
vivo; cassula glabra obovata. H: nei cereali e luoghi incol-
ti della zona submontana. P: le foglie e i semi. F: Papa-
veracee.

L'infuso di 5 gr. in un quarto di litro d'acqua bollen-
te, è sonnifero e da usarsi con prudenza. Un pizzico di
fiori secchi, in una tazza di acqua bollente, calma la tosse
e combatte l'insonnia dei bambini e dei vecchi. Ma si usi
con prudenza, perché se la droga è calmante, è pure narco-
tica. I semi hanno le medesime proprietà.

Passiflora

Passiflora coerulea

DESCRIZIONE: Fusto rampicante per mezzo di viticci; foglie glabre; 5-partite, a segmenti allungati, crenato dentati, con piccioli forniti di ghiandole e grandi stipole solcate; fiori grandi, solitari colore viola; calicetto trifillo; talamo concavo; frutto una bacca. H: coltivato. P: l'intera pianta. F: Passifloracee.

La Passiflora ha proprietà sedative, assai utile nell'isteria, nevralgia, nevralgia. Esternamente si usano gli impacchi nella cura delle emorroidi e della risipola.

Dose: estratto fluido da 1 a 3 gr. in 250 di acqua.

Nelle malattie suddette il the o estratto fluido concilia il sonno, senza depressione nervosa, ed il dottor Leclerc ne provò l'efficacia nei disturbi nervosi della menopausa.

Patata

Solanum tuberosum, L.

H: coltivata nei campi. P: il tubero e le foglie. F: Solanacee.

La patata contusa o grattugiata, applicata sulle bruciate, vale a calmare il dolore; così pure il succo. Le foglie cotte, 15-20 gr. in un litro d'acqua, alla quale si aggiunge un po' di miele, è rimedio efficace nelle tossi secche, nelle tosse asinina, e per schizzettare nei fiori bianchi. Attenzione però, perché dette foglie sono velenose, e molto più le bacche, le quali, per constatazione portano avvelenamento, quando vengono manipolate con mani aperte o ferite.

Pelosetta

Heracium pilosella, L.

TAV. 5 N. 39

DESCRIZIONE: Rizoma strisciante, stolonifero, stelo primario per lo più semplice e nudo (10-20 cm.); foglie basali in rosetta, obovato-ottuse o bislunghe lanceolate, setolose, bianco tomentose; capolino terminale solitario, giallo.

H. comune nei prati asciutti. P: l'intera pianta. F: Composte.

Questa pianticella, assai comune, specialmente sui margini delle strade, ha virtù febbrifughe e diuretiche. Si prescrive l'infuso di 100 gr. della pianta intera, in un litro d'acqua. La pianta deve essere fresca, perché essiccata, perde ogni sua virtù.

Per essere la pianta anche molto astringente, si usa nella dissenteria, nei flussi delle donne, nelle ferite interne ed esterne, negli sputi di sangue, nell'itterizia, nell'idropisia, nei gonfiamenti del fegato e della milza.

Si può prendere anche nel vino, nel brodo, nella minestra o con l'uovo. I deboli ne traggono grande giovamento.

Peonia

Paeonia peregrina, Mill
P. officinalis, L.

DESCRIZIONE: Foglie biternate o ternate a foglioline lanceolate, acuminate, le terminali bifide e trifide; stimmi avvolti a spira; carpelli tomentosi divergenti.

H: sparsa qua e là nella nostra regione specialmente sui monti di Fai, Spormaggiore e sul Bondone. P: i semi, le foglie e le radici. F: Ranunculacee.

La peonia selvatica ha proprietà antispasmodiche, emetiche, narcotiche. Si fa l'infuso dei semi e della radice di 20-30 gr. in un litro di acqua, come antispasmodico, narcotico, antispasmodico. Anche le foglie hanno le stesse virtù, però in minor grado. Va usata con cautela, potendo arrecare vari disturbi.

Pervinca

Vinca minor, L.

DESCRIZIONE: Foglie perfettamente glabre ovali-lanceolate; lucenti; peduncoli più lunghi delle foglie e dei fiori; calice con lacinie glabre; corolla azzurra con lobi stroncati all'apice. H: lungo le strade, fra le siepi delle valli e della zona collina. P: la pianta. F: Apocinacee.

Questa pianta, strisciante, con foglie ovali, lucide e fiori a stella, azzurri, ha proprietà astringenti, decongestionanti, stimolanti della funzione gastrica, e galattofughe. Si fa l'infuso della pianta verde in 30 gr. o secca in 15 gr. in un litro d'acqua. È usata per arrestare la secrezione del latte, sciogliere gli ingorghi e come collutorio nelle infiammazioni della bocca e della faringe, come pure per attivare le funzioni gastriche.

Piantaggine lanceolata

Plantago lanceolata, L. TAV. 12 N. 84

NOMI DIALETTALI : Piantàzen, Foie de. pecadi, Piantàge, Piantàna, Piantònega, Plantaci, Plantàna, Bosie, Spiantàzem.

DESCRIZIONE: Pianta alta 10-40 cm.; foglie tutte basali lanceolate, acuminate, assai larghe, spesso dentate, ordinariamente erette; spighe ovali sopra peduncoli profondamenti 5-solcati; calice e lacinie laterali acuminate; semi bislunghe. H: assai comune nei luoghi aridi, erbosi. P: le foglie e i semi. F: Plantaginacee.

Le foglie amare, astringenti, salate, fanno bene nei catarri polmonari, nei catarri gastrici, agli organi urinari e intestinali; giovano molto nelle emorroidi vescicali, nella debolezza della vescica, nelle diarree ostinate, nel catarro gastrico e conseguente inappetenza. Si fa l'infuso di 4 gr. di foglie in una tazza di acqua bollente, oppure da 30 a 60 gr. in un litro d'acqua. Il succo in dosi di 2-3 cucchiaini, preso nel brodo o latte, giova nella discrassia (sangue grosso) e nei flutti mucosi derivanti. Preso da solo, si usa quale corrosivo nei tumori, limitando l'estensione e rianimando i tessuti.

Le foglie pestate servono come cataplasma sulle feri-

te, tumori, punture di insetti; quindi hanno proprietà vulnerarie. Per la purificazione del sangue, al thè di foglie si aggiunge, secondo il Kneipp, alcune foglie di polmonaria. Il thè giova anche nelle tossi e nella raucedine. Uguali virtù ha la P. ALPINA. (TAV. 11 - N. 83)

Pinguicola

Pinguicula vulgaris, L.

DESCRIZIONE: Radici fibrose; foglie tutte basali, bislunghe, glandolose; corolla violetta o bianca con labbro superiore a due lobi bislunghi e labbro inferiore a lobi bislunghi disgiunti. H: frequente nelle paludi torbose e negli stillicidii. P: le foglie. F: Urticulariacee.

I vecchi medici ordinavano la pinguicola quale rimedio contro l'etisia, nei tagli, nelle ferite, negli intestini, quale risolutivo. Anche oggi si adopera nelle ferite prodotte da tagli. Lavandosi la testa con l'acqua bollita nelle foglie di pinguicola, fa crescere i capelli e uccide i pidocchi, tanto delle persone, come delle bestie. Queste foglie hanno la proprietà di coagulare il latte.

Pino

Pinus silvestris, L. TAV. 4 N. 30

DESCRIZIONE: Albero; foglie rigide, brevi; pine piuttosto piccole, riflesse, opache alla maturità; squame con scudo terminale converso. H: comune nei terreni preferibilmente sabbiosi dalla collina alla zona alpina. P: le gemme, le foglie e la resina. F: Conifere.

Avendo il pino comune proprietà decongestionanti, diuretiche, antireumatiche e balsamiche, si usa la decozione di 50 gr. di foglie in un litro d'acqua, da somministrarsi quattro volte in un giorno agli affetti di gotta o reumatismo.

L'infuso di gemme, in dose di 30 gr. in un litro d'acqua, si prescrive nelle affezioni bronchiali, nei catarri vescicali, nella cura delle blenorragia e cistite. Contro i fiori bianchi si fa una iniezione mattina e sera di un litro d'acqua bollente in 60 gr. di gemme. Dalla resina si estrae la trementina, il catrame vegetale, l'acqua ragia, ecc., tutte utili per medicamenti, unguenti, saponi, vernici.

Per chi ha bisogno di voce chiara, forte (professori, maestri, predicatori, cantanti), si tagliuzzano 3-4 pine verdi che si cuociono in $\frac{1}{2}$ litro di acqua. Lasciate raffreddare, si filtrano e si fanno gargarismi 3-4 volte al giorno. Se le pine sono bollite leggermente, si può bere l'acqua che non solo mantiene bella e chiara la voce, ma la dà a chi l'ha debole e fioca. Le pine devono essere sempre verdi e fresche. Per averle d'inverno all'occorrenza, si mettono in estate in un recipiente d'acqua.

Pioppo nero

Populus nigra, L.

Nomi DIALETTALI: Albera, Arbola, Alberella, Albora.

DESCRIZIONE: Foglie triangolari acuminate, lungamente picciolate, dentato-crenulate; squame degli amenti glabre; stami 12-30; gemme vischiose. H: il pioppo nero ama la terra leggera e i luoghi freschi. P: le gemme. F: Salicacee.

Si ottiene un unguento salutare schiacciando un terzo di gemme di pioppo, mescolandovi due terzi di grasso di maiale; si cuoce insieme ad aglio, fino a formare un tessuto di lino, lasciandolo raffreddare. È necessario coprirlo bene e tenerlo lontano dall'umidità, mettendovi sopra magari uno strato di olio d'oliva. Giova nelle infiammazioni, ustioni, emorroidi. Mescolato a olio di trementina, serve a sedare le enfiagioni dei capezzoli delle vacche e delle capre. Il carbone, detto di Belloc, si prende in dosi di 2-3 cucchiaini, dopo il pasto, per la cura delle affezioni gastriche, nervose e loro conseguenze, come: bruciature, acidità di bocca, mal di testa, gonfiezza, con effetto assai spesso lesto e completo. L'evacuazione si fa regolare e la digestione migliora.

Podagraria

Aegopodium Podagraria, L. - TAV. 5 N. 36

DESCRIZIONE: Fusto eretto, angoloso, solcato, ramoso in alto (50-80 cm.); foglie inferiori lungamente picciolate, biternato-pennatosette con segmenti uguali ovali acuminati seghettati, le superiori sessili su la guaina, ternatosette a segmenti lanceolati; fiori bianchi o rossastri con 10-12 raggi. H: stazioni ombrose e fresche fino alla zona montana. P: foglie e radici. F: Ombrellifere.

Pianta simile all'angelica, dal nome latino, podagraria; la radice veniva usata contro la podagra; ma da recenti ricerche, sembra che il nome non sia giustificato. Le foglie cotte si mangiano in insalata

Poligala amara

Polygala amara

- TAV. 7 - N. 52

DESCRIZIONE: Fusti eretti o ascendenti (5-20 cm.); foglie inferiori in rosetta, larghe obovate, le superiori lanceolate più piccole; fiori racemosi azzurri; ali bislunghe con nervi congiunti all'apice e vene poco ramosi; sapore amaro.

Poligala comune

Polygala vulgaris, L.

DESCRIZIONE: Fusti prostrati risorgenti (15-20 cm.); foglie lanceolate; brattee laterali lunghe la metà del peduncolo; fiori racemosi azzurri o rosei; ale ellittiche con numerose vene; ovario con stipite uguale a esso. H: nei prati asciutti, al limitare dei boschi dalla zona montana all'alpina. P: la pianta e la radice. R: in fioritura. F:

Poligalacee.

Questa gentile pianticella, con i suoi fiori rossi, rosa o azzurri, ha proprietà toniche ed espettoranti. Si usa tutta la pianta, ma specialmente la radice è adoperata in decozione (90 gr. in 500 di acqua) nei catarri bronchiali e polmonari, e in modo speciale in casi di pertosse e bronchite senile. Essa contiene sostanze toniche ed espettoranti. È stomachica e serve nelle cattive digestioni e diarree catarrali.

Polipodio

Polypodium vulgare, L. TAV. 4 - N. 26

NOMI DIALETTALI: Radis dolza, Dolcina, Bomboni, Radis de denti, Pape dolce.

DESCRIZIONE: Rizoma strisciante; foglie ovali lanceolari o lanceolate, (20-40 cm.); pennato-partite a segmenti lineari; sori in due serie parallele al nervo medio di ciascun segmento. H: luoghi freschi, sulle rupi, sui muri vecchi, nei boschi ombrosi. P: le radici. F: Felci.

La radice in infusione, se verde, 40 gr., se secca, 25 in un litro d'acqua, serve contro la pertosse, raucedine, ed è diuretica. Si prescrive pure agli itterici e agli affetti da stitichezza cronica. In decozione si somministra da 30-60 gr. in un litro d'acqua.

Nell'itterizia, nelle costipazioni croniche e nei disturbi di fegato il Dottor Leclerc prescrive questa formula: gr. 20 di polipodio, 10 di regolizia, 5 di radice di angelica in 200 di acqua. Prima si fa bollire per 15 minuti il polipodio; la regolizia e l'angelica vi si immettono in macera per 12 ore; poi si filtra e se ne beve una pozione la mattina a digiuno.

Polmonaria

Pulmonaria officinalis, L. TAV. 7 - N. 56

DESCRIZIONE: Fusti eretti (10-30 cm.); foglie inferiori ellittiche od ovate con base cuoriforme e con macchie chiare; carpelli ovoidi, acuti all'apice; lembro della corolla violaceo-ceruleo o rossastro. H: nei boschi freschi e umidi della zona collina-subalpina. P: le foglie. F: Borraginacee.

La polmonaria ha proprietà emollienti e sudorifere, e si usa il decotto di 30 gr. di foglie in un litro d'acqua, per catarri ai polmoni, tosse, raucedine e sputo di sangue. Si può usare anche il succo spremuto dalle foglie, con l'aggiunta d'un po' di miele. Tre-quattro cucchiaini al giorno.

Potentilla anserina

Potentilla anserina L. -

DESCRIZIONE: Radice fusiforme, breve, stoloni lunghi; foglie basali pennate con 6-12 coppie di foglioline bislunghe acutamente seghettate, biancosericce di sotto, verdi di sopra; fiori gialli. H: nei prati, nelle zolle erbose lungo le strade di campagna, fino alla zona montana. P: la pianta intera. F: Rosacee.

La pianta è considerata come rimedio efficace per far

ristagnare il sangue, così pure contro la diarrea, i calcoli biliari, i fiori bianchi, i dolori di fegato e la febbre intermittente. Invece dell'infuso nell'acqua, è più indicato versare latte bollente sulla pianta, e prenderlo più caldo che sia possibile, specialmente nei crampi del ventricolo e del basso ventre. Per impacchi, sulle parti dolenti, si usa versare acqua bollente sulla pianta ben pulita e polverizzata. Le radici polverizzate, prese più volte durante il giorno, in ragione di due grammi, giovano nello sputo di sangue. Servono pure nella colica, diarrea, colera. Il decotto preso in bocca caldo, fa cessare il mal di denti; messo in articolazioni doloranti, lenisce il dolore; inzuppato in un pannolino e messo sugli occhi, leva l'infiammazione. Il succo, ottenuto dalle foglie, pestate, immesso in un batuffolo, fa cessare il sangue da naso.

Potentilla aurea

Potentilla aurea, L. TAV. 5 N. 34

DESCRIZIONE: Fusto ascendente o eretto con peli applicati (10-20 cm.); foglie basali lungamente picciolate quinate; foglioline bislunghe con pochi e acuti denti all'apice, sericeo-argentine al margine; petali cuoriformi a rovescio di color giallo vivo. H: luoghi erbosi asciutti dalla zona submontana alla subalpina. P: la pianta. F: Rosacee.

La potentilla aurea ha le stesse proprietà della precedente e del cinquefoglio. Vedi: Potentilla anserina e cinquefoglio. Per di più, essa entra a formare il cosiddetto Lapidario o Polvere della vita; così pure entra a far parte della mistura per combattere il diabete, secondo la prescrizione del parroco Kiinzle, il quale la usa pure quale ingrediente nel The dei professori.

Pratolina

Bellis perennis, L.

Nomi DIALETTALI: Margheritine, Piron cuciar, Spioni de la primavera, Supete.

DESCRIZIONE: Fusto semplice (10-20 cm.); foglie tutte basali in rosetta, un po' consistenti, obovato spatolate, capolini piccoli solitari sopra peduncoli basali; infiorescenza a foglioline lineari lanceolate ottuse coloro bianco-rosa. H: prati e luoghi erbosi dalla pianura alla zona alpina. P: la pianta. F: Composte.

Il «Succus herbae bellis perennis», che si rende dolce con lo zucchero, si ottiene spremendo la pianta pulita. Giova nei disturbi di petto, tosse, catarri, mal di gola.

Prezzemolo

Petroselinum sativum, L. TAV. 8 N. 6:

H: coltivato negli orti. P: le foglie e la radice. F: Ombrellifere.

Il prezzemolo ha virtù stimolanti, emmenagoghe, diuretiche, carminative e vulnerarie. Si usa la decozione delle radici, in ragione di 60 gr. in un litro d'acqua. Si somministra negli ingorghi di fegato, nell'idropisia, nella irregolarità della circolazione sanguigna. Nelle gastralgie e nelle

TAVOLE ILLUSTRATIVE

TAVOLA 7

50	Verbasco . . .
51	Tasso barbasso
52	Poligala
53	Comino
54	Gallio
55	Dente di leone
56	Polmonaria

Tavola 7



TAVOLA 8

57 Malva . .

58 Imperatoria

59 Buon Enrico

60 Motellina . .

61 Vitalba . .

62 Prezzemolo . .

63 Menta peperita

Tavola 8



60 a-d. Mosella.
Mentha sylvestris.

59 a-d. Buon Ratto.
Chenopodium bonus-hisricus.

61 a, b. Malva
comune.
Malva neglecta.

62 a, b. Prezemolo.
Potrosalvatore sativum.

63 a, b.
Menta piperita.
Mentha piperita.

64. Viola.
Clematis recta.

65 a-c. Imperatoria.
Imperatoria arvensis.

TAVOLA 9

64 Calendola

65 Erba fragolina

66 Cariofillata di monte

67 Cariofillata

68 Millefoglio

69 Gramigna

70 Primola

Tavola 9



TAVOLA 10

71 Campanelline

72 Prugnolo . .

73 Camedrio .

74 Centinodia .

75 Cicuta rossa

76 Lamio albo .

77 Biondella . .

Tavola 10



73. Camedrio alpino.
Dryas octopetala.



74. Centaurea.
Polygonum (cent.) notata.



77b



75. Campanulino.
Leucanthemum vulgare.



73b



77a

77a, b. Biondella.
Erythronium cicutarium.



72a

72a, b. Prugnolo.
Prunus spinosa.



76a

76b

76a, b. Lembo albu.
Lemniscus albus.



75a

75b

75a, b. Cicuta rossa.
Geranium robertianum.

TAVOLA

78 Timo serpillio .

79 Viola mammola

80 Ginepro

81 Stellina odorosa

82 Consolida

83 Piantaggine alpina

Tavola II



TAVOLA 12

84 Piantaggine lanceolata

85 Morine

86 Assenzio

87 Olmaria

88 Salvastrella

89 Vilucchio

90 Erioforo

Tavola 12





Pino mugo

flatulenze, si fa l'infuso di 8 gr. di semi in un litro d'acqua. Le foglie peste, applicate, fanno cessare la secrezione latte. Per di più, questi empiastri sono considerati come risolutivi sulle piaghe e ferite. Il prezzemolo, bollito nell'acqua col polipodio e bevuto serve a cacciare i calcoli.

Primola

Primula officinalis, L. TAV. 9 N. 60

NOMI DIALETTALI: Primola, Ciave del paradìs, Campanale, Braghie del cuco, Ticole-tacole.

DESCRIZIONE: Rizoma breve; foglie ovali o bislunghe in rosetta, rugoso reticolate, pubescenti, tomentose; calice biancastro rigonfio e aperto, con denti ovali; corolla gialla con lembo concavo. H: comune in primavera per tempo nei prati e nelle siepi. P: radici, foglie e fiori. F: Primulacee.

Le radici mandano un forte odore di anice; i fiori, odore di miele. Il the di fiori si fa con 10 gr. di petali, in un litro d'acqua. Questo thè giova assai nella tosse e nelle infreddature di petto e del basso ventre. È sudorifero, scioglie i catarri e diminuisce l'irritazione producente la tosse. Radici, foglie e fiori un po' bolliti, danno un thè contro l'artrite, l'emicrania e il capogiro, allietando e rinforzando i nervi. Le foglie si mangiano come le spinacee. Nel mal di capo, si fa l'empiaastro. Nelle paralisi si dà l'infuso di 10 gr. in 1 litro d'acqua.

Prugnolo

Prunus spinosa, L. TAV. 10 - N. 72

Nomi DIALETTALI: Brugnolàr, Brugnolèr, Brugnói, Brombolàro, Sléador.

DESCRIZIONE: Fruttice (1-3 m.), con rami spinosi; foglie ovali lanceolate seghettate; stipole lineari pubescenti; fiori bianchi che compariscono prima delle foglie; petali obovati; frutto globoso. H: comune nei boschi, nelle siepi e ai margini dei campi. P: la corteccia, fiori, frutti. F: Rosacee.

Il the di fiori (un pizzico in una tazza d'acqua), serve a purificare il sangue e tutto il corpo, sciogliendo i cattivi umori dell'inverno, giova alla digestione, è tonico e leggermente purgativo. I frutti bolliti nel vino fino a densità sciropposa, sono rinfrescanti e astringenti. I frutti immaturi, uniti a vetriolo, danno un color nero, duraturo. La corteccia della radice è indicata per preparare una decozione astringente nelle affezioni catarrali e nella dissenteria.

Pugnitopo

Ruscus aculeatus, L.

Nomi DIALETTALI: Martèl bastàrt, Spinasorsi, Bruscom.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, verde cilindrico, striato, ramoso; cladodi di color verde oscuro, acuminati, terminanti in spina; fiori solitari o geminati nell'ascella di una piccola brattea sulla faccia superiore dei cladodi; frutto una bacca rossa. H: di qua e di là nelle macchie asciutte, sassose. P: la radice. F: Asparagacee.

La radice ha proprietà diuretiche e aperitive, simili a quelle di asparago. Si fa l'infuso di 20 gr. in un litro d'acqua.

Pulsatilla

Anemone pulsatilla, L.

Nomi DIALETTALI: Campanelle de Pasqua, Dedai.

DESCRIZIONE: Rizoma obliquo, nerastro; foglie basali tripennate a prime divisioni picciolettate e lacinie lineari strette; stelo alto 10-20 cm.; fiore unico quasi eretto; sepali 6 ellittici curvati in fuori, lunghi il doppio degli stami, prima violacei, poi lilla. H: nelle siepi, sui colli erbosi asciutti. P: le foglie e fiori freschi. F: Ranunculacee.

Questa pianta ha proprietà vescicatorie, febbrifughe, sudorifere, antispasmodiche, emetiche, espettoranti. Infuso. da 3-7 gr. in 200 d'acqua. Giova negli spasimi dolorosi, emicranie, nevralgie. Si faccia attenzione, perché pianta venefica. Dall'erba fresca si distilla un'acqua assai giovevole all'esterno, per malattie di occhi, rosolia, ascessi, fratture, malattie croniche della pelle e nei dolori artrito-reumatici, come pure nelle nevralgie facciali. La polvere di foglie secche provoca lo starnuto.

Quercia

Quercus pedunculata, Ehr. TAV. 3 N. 25

NOMI DIALETTALI: Ròver, Ròvar, Ròer, Róvre.

DESCRIZIONE: Albero grande; foglie con stipole fugaci; squame della cupola appressate, le inferiori ovate e le altre ovate e ovato-lanceolate; ghianda ombilicata all'apice. H: comune nei boschi cedui dalla zona collina alla subalpina. P: le foglie, corteccia, ghiande, galle. F: Cupulifere.

Il the, o meglio la decozione della corteccia (30 gr. in un litro d'acqua), è efficace contro gli avvelenamenti vegetali: funghi, belladonna, colchico, tabacco, digitale; solatro, aconito, ecc. Si usa pure contro la diarrea, dissenteria, scrofole, consunzione, emorragia gastro-intestinale, nello sputo di sangue, nel catarro alle mucose, alla vescica, ai bronchi. Il thè deve essere concentrato; da prenderne un cucchiaino da tavola ogni 2 ore. Per uso esterno, il decotto, che sarà più forte, si usa quale lavacro nelle dilatazioni dei vasi, nell'emorroidi, svenimenti, rotture, idropisia, enfiagioni, ascessi maligni, fratture, ustioni, piaghe derivanti da lunga degenza in letto, nel sudore delle ascelle e dei

pie di, nelle piaghe agli stessi, geloni e, soprattutto, nel pericolosissimo carbonchio alla milza, nelle infiammazioni alla gola e per l'abbassamento di voce; per schizzettare nelle emorragie e passaggi di catarro, e per inalazione ai tisici.

La polvere di corteccia si usa: una punta di coltello, per lo sputo di sangue, nelle emorragie gastro-intestinali, nella diarrea, nelle difficoltà d'urina e nel mal della pietra; da fiuto per il sangue da naso. La tintura serve per tutti i disturbi suaccennati. Vien preparata in questo modo: si schiacciano i rami giovani in primavera insieme con le foglie; se ne raccoglie il succo che si mescola con altrettanto alcool; indi si pone il liquido al sole per 14 giorni e si versa poi la parte chiara in un recipiente ben chiuso. Si prende a gocce, sullo zucchero o con il miele. Le foglie, raccolte da maggio ad agosto, agiscono come la corteccia. Devono essere essiccate all'ombra, ben distese. Una manata di foglie cotte in un litro d'acqua si pongono sulle piaghe maligne, sulle vesciche, sulle pustole del vaiuolo, sugli ascessi e ferite.

Le ghiande contengono acido tannico, una sostanza amara, molto amido, un olio grasso, sali di potassa, di calce, di allume; arrostiti, nutrono, rinforzando il ventricolo e l'intestino. Prese come caffè, non tostarle troppo, perché perderebbero la loro efficacia. I fanciulli rachitici e deboli di ossa ne traggono grande vantaggio. Le galle, raccolte secche in autunno, si polverizzano. In tale stato contengono il 25/30% di tannino. Con la cura di esse si allontanano le carni matte dagli ascessi, lo scorbutico, le gengive sanguinanti; detta polvere immessa nei denti cavi, fa cessare il dolore; fiutata, cessa il sangue da naso.

Rabarbaro alpino

Rumex alpinus, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (30-70 cm.); foglie inferiori assai grandi rotondo-ovate, cuoriformi alla base con lungo picciolo scanalato; fiori in falsi verticilli formanti un lungo e stretto racemo ramoso compatto; tepali fruttiferi, tutti privi di callo, ovati e cuoriformi alla base. H: nelle conche dei prati grassi di montagna, vicino alle malghe. P: foglie e radici. F: Poligonacee.

Il rabarbaro alpino ha quasi le identiche qualità della «*Radix lapathi acuti*» delle farmacie e si usa quale tonico astringente nella debolezza di digestione, nell'itterizia, nell'idropisia, nelle eruzioni cutanee croniche, come erpeti, tigna del capo, e quale febbrifugo. Si prepara il decotto di foglie e rizomi (radici) in dose di 30-60 gr. bollito fortemente in 250-300 gr. di acqua. Filtrato il liquido, vi si aggiunge qualche estratto amaro, come: corteccia d'olmo, radici di saponaria, fumaria, ecc.

La radice fresca, mondata e saponificata con crema, giova nelle eruzioni cutanee. I semi, cotti nel vino nero, servono nelle diarreie. Le foglie pestate e arrostiti con burro, mettendole sulle mani o piedi infiammati e gonfi, favoriscono la suppurazione, vincendo anche le eruzioni cutanee umide e ostinate.

Ranuncolo di palude

Ranunculus sceleratus, L,

TAV. 5 N. 40

DESCRIZIONE: Fusto eretto, striato, cavo (20-40 cm.); foglie basali palmato-partite; fiori piccoli gialli; sepali ovali, vellutati, riflessi; petali più corti del calice; carpelli ovoidi, senza carena, molti in capolino bislungo obovato. H: nei prati paludosi e lungo i corsi d'acqua. P: le foglie e le radici. F: Ranunculacee.

Questa pianta essendo tossica si usa solamente all'esterno come cataplasma, contro la rogna e tigna del capo e nell'eczema asciutto di esso, nei piedi agghiacciati, facendo un bagno di detta pianta, bollita nell'acqua; così pure nelle articolazioni agghiacciate. Qualche volta si usa anche quale vescicatorio nella sciatica.

Ribes nero e rosso

Ribes nigrum et rubrum, L.

Piante ovunque conosciute, perciò mi dispenso dal descriverle. H: coltivato, raramente spontaneo. P: foglie e frutti. F: Sassifragacee.

Il ribes ha proprietà antireumatiche, diuretiche, rinfrescanti, antifebbrifughe. Si usa il thè di foglie, specialmente del ribes nero, in infusione dai 30 gr. al giorno, nelle affezioni reumatiche, per la sua azione diuretiche. Giova pure quale sudorifero, nei dolori renali e per promuovere l'urinazione. È raccomandato ancora contro la gotta, i calcoli biliari, e l'idropisia. Con i frutti del ribes rosso si fanno limonate rinfrescanti e contro la febbre.

Ricino

Ricinus communis, L.

H: coltivato. P: i semi. F: Euforbiacee.

L'olio che si ricava dai semi è un noto, ottimo purgante che non irrita, e perciò può esser preso anche nelle gravidanze e nelle infiammazioni addominali e intestinali. La dose è di 8 gr. per i bambini, per gli adulti da 25-50 gr. Giova anche nelle infiammazioni del basso ventre, dei reni, della vescica e della matrice, specialmente se preso con caffè caldo o con il brodo.

Romice

Rumex acetosa, R. acetosella, R. scutatus,
R. crispus, R. patientia, L.

Nomi DIALETTALI: Pan e vin, Pan cuco, Stanghe,
Patuch, Pan mòi, Dolciane, Séole, Desolon.

DESCRIZIONE: Rumex acetosa, L. - Fusto eretto
(30-60 cm.); foglie saettiforme o astate, ovali bislunghe
con le orecchiette acute; fiori dioici formanti una pannoc-
chia lassa; tepali interni ovali fruttiferi con callo piccolo o
nullo.

Rumex acetosella, L. - Fusto eretto (10-40 cm.); fo-
glie astate con le orecchiette lineari intiere; fiori dioici in
falsi verticilli formanti una pannocchia lassa; tepali esterni
fruttiferi eretti, applicati al fusto, gli interni ovali piccoli,
più corti dell'achenio, senza callo.

Ometto le altre specie meno importanti. H: comune
nei prati. P: le foglie e le radici. F: Poligonacee.

Tutte queste specie di romice servono per cure pri-
maverili e sono risolutive della vena porta, aumentano la
bile, migliorano il sangue, combattono l'itterizia e le
emorroidi.

La radice contiene molto ferro organico, e, ridotta in
polvere, si somministra ai clorotici e anemici 3-4 volte al
giorno, in ragione di 0,75 gr. per volta. Avendo azione
lassativa, combatte la proprietà astringente. Negli ingor-
ghi scrofolosi, nell'obesità e nelle anemie e debolezze gene-
rali, si prescrive l'estratto fluido in dose di 1-3 gr. al
giorno.

Rosa di macchia

Rosa canina, L. e congeneri

NOMI DIALETTALI: Rose selvadeghe, Rose mate; al
frutto: Stropacù, Cinciavècle.

DESCRIZIONE: Pianta eretta (1-2 m.); aculei adunchi,
compresso-dilatati; foglioline mediocri 3-7 ovali o ellitti-
che glabre, senza glandole e solo nel nervo medio di
sotto, semplicemente seghettate; fiori solitari o in corim-
bo, roseo pallidi; sepali maggiori pennatosetti, alla fine
caduchi, stili irsuti nell'apice; frutti ellittici e allungati
obovati, rossi. H: comune nelle siepi e nei boschi. P: i
petali dei fiori. F: Rosacee.

Le diverse specie di rose selvatiche e coltivate hanno
proprietà astringenti, rinfrescanti e lassative. Come lassati-
vo infantile e nelle diarree croniche, si prescrive l'estratto
fluido in dose da 2 a 10 grammi. Per gargarismi, per
infiammazione di bocca e di gola, e come collirio nelle
malattie degli occhi, si usa l'infuso di 15 gr. in un litro di
acqua. I frutti freschi o secchi, mondati dai semi e dalla
materia filamentosa, servono per preparare una minestra
rinfrescante, per tingoli e per companatico. Le foglie dan-
no un thè saporito. Le fruttescenze servono per espellere i
vermi dei fanciulli.

Rosmarino

Rosmarinus officinalis, L.

H: coltivato. P: le foglie e le sommità fiorite. F: Labiate.

L'infuso di rosmarino al 5% giova per il ventricolo che viene liberato dai catarri, favorendo la digestione e calmando i crampi; nelle febbri tifoidee, influenzali e simili. Serve pure nelle dispepsie dovute ad atonia gastrica e delle persone indebolite da strapazzi fisici o intellettuali.

Dose: l'infuso di 10-20 gr. in 1 litro d'acqua.

Rosolida

Drosera rotundifolia, L.

DESCRIZIONE: Foglie tutte basali in rosetta con lembo rotondo a lunghi peli glandolosi nella faccia superiore e nel margine; stelo eretto; fiori bianchi, racemosi; stimmi glabri; cassula più lunga del calice. H: lungo i rigagnoli dei prati paludosi, nelle torbiere, vicino ai laghi. P: la pianta. F: Droseracee.

Questa singolare pianticella, oltre che essere famosa accalappiatrice d'insetti con le sue foglie vischiose, aculeate, è anche preziosa erba medicinale. Una volta i farmacisti l'adoperavano, sotto il nome di «Herba rorellae» nelle bronchiti acute, nella tosse asinina e convulsiva, negli assalti di asma. Si usa la tintura o l'estratto fluido in dose di 4-10 gocce al giorno, da prendersi sullo zucchero; è giovevole nella raucedine cronica, nei vomiti mucosi e biliari, come pure nei crampi di stomaco. Il succo o la pianta pesta, applicata sui calli, pori, paterecci, sono indicatissimi e di buon effetto.

Rovo di macchia

Rubus fruticosus, L.

DESCRIZIONE: Fusto pentagono, scanalato, arcuato in alto (1-3 m.) con aculei rigidi dritti o curvi; foglie ternate con foglioline ovali biancastre pallide pubescenti al di sotto inegualmente e acutamente seghettate, glabre di sopra; fiori bianchi in racemi terminali semplici o composti; frutto glabro, nero, lucente. H: nelle siepi e nei boschi umidi. P: le foglie, i frutti, le radici. F: Rosacee.

NOMI DIALETTALI: Roa, Roazze, Rovazze, Rovei, Marendulo, Regolazzi; al frutto: More.

Tutta la pianta, perché ricca di tannino, è assai astringente, diuretica, antiscorbutica. Si fa l'infusione d'una manciata di foglie, alla sera, in un litro di acqua bollente; vi si lascia tutta la notte, per prendere poi il thè alla mattina. È indicato nelle diarree, passaggi sanguigni, nelle mestruazioni prolungate e irregolari. La decozione di 30 grammi di radici in 500 gr. di acqua, serve per i medesimi mali, come pure per gargarismi nelle infiammazioni nei fiori bianchi. Lo sciroppo del frutto è assai rinfrescante.

Rovo di monte

Rubus saxatilis, L.

NOMI DIALETTALI: Zate d'ors, Arzipreti, Galeti, Salti de levro, -Rossanèi, Zate de galina.

DESCRIZIONE: Fusto erbaceo eretto, stolonifero alla base; foglie ternate con foglioline romboidali; fiori 3-6 in corimbo terminale quasi a ombrella, piccoli, bianchi; frutto rosso con pochi carpelli grandi, globosi, acidi. H: nei boschi cedui e fra le conifere dalla zona montana alla alpina. P: foglie e frutti. F: Rosacee.

Questa piccola pianticella, con bacche rosso-scarlatte, ha le stesse proprietà del rovo di macchia; per di più, si usa nell'idropisia, scorbuto, erpete, e quale depurativo del sangue.

Ruta

Ruta graveolens, L. TAV. 5 - N. 35

DESCRIZIONE: Fusto legnoso alla base (40-60 cm.); foglie quasi triangolari tripennato partite, a lacinie obovato bislunghe; brattee lanceolate; fiori gialli in corimbo; petali più lunghi del calice; cassula globosa.

H: nei luoghi sassosi, asciutti, sui muri dei campi da valle alla zona montana. P: le foglie. F: Rutacee.

La ruta ha proprietà emmenagoghe, emostatiche, antispasmodiche e antinervose. Si fa l'infuso di un gr. di foglie fresche in una tazza di acqua, da prendersi 2 volte al giorno, o l'estratto di 6-10 gocce sullo zucchero, o in pozione. Si somministra come calmante e antiisterico, nelle emorragie uterine, per facilitare i mestruai, nei vermi, acidità e ventosità, nello scorbuto, negli esantemi cronici, nelle malattie nervose, che hanno origine dal basso ventre. Esternamente si fanno bagni rinforzanti e fumigazioni nei tumori vecchi torbidi. Attenzione però nelle dosi e nell'uso, perché, in dosi elevate, o troppo frequenti, potrebbe portare dei seri pericoli. Il decotto serve anche contro i pidocchi e la rogna; iniettato nelle orecchie, serve contro la sordità atonica.

La ruta fu pure usata e si usa anche adesso per rinforzare e schiarare la vista. Già la scuola salernitana insegnava: *nobilis est ruta, quae lumina reddit acuta*, e Ovidio cantava: *utilius sumas acuentes lumina rutas*.. E parlando ancora della ruta Geoffroy diceva: *in oculorum affectibus, herba tota eiusque semen est commendatissima*. A questo scopo si mastica di quando in quando una foglia e si lavano gli occhi con l'acqua del decotto, che non sia troppo forte.

Salcerella

Lythrum Salicaria, L.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (60-100 cm.); rigido, semplice con 4-6 angoli; foglie sessili opposte o terne lanceolato-acute (5-8 cm.); fiori porporini assai grandi in

spiga terminale interrotta alla base; calice con 6 denti interni triangolari e 6 esterni lesiniformi; petali lineari ellittici; cassula ovale bislunga. H: luoghi paludosi e lungo i fossi acquitrinosi. P: le sommità fiorite. F: Litracee.

Le sommità fiorite contengono tannino, mucillaggine; quindi possiedono proprietà astringenti, sedative, emostatiche. È ottimo astringente nelle enteriti, nei flussi di sangue, nelle diarree infantili, nelle perdite uterine, nelle piaghe e nelle ferite. Si fa l'infuso di 30-40 gr. di sommità fiorite, in un litro d'acqua, o 5-6 gr. di pianta secca polverizzata. È pure usata in tutte le emorragie (nasali, boccali, intestinali, uterine), e sulle piaghe, applicandovi le foglie peste.

Salice

Salix alba, L.

Nomi DIALETTALI: Salgàr, Feleri, Salghèr, Salgàro, Salóci, Salghiar, Salecia.

DESCRIZIONE: Albero o arboscello; foglie lanceolate, acuminate, sericee, massime al di sotto; stipole lanceolate piccole; squame degli amenti caduche; stili 2; stipite della cassula = alla glandola. H: nei luoghi umidi e lungo i corsi d'acqua fino alla zona montana. P: la corteccia. F: Salicacee.

La corteccia è assai astringente, ha proprietà antipiretiche (contro la febbre) antireumatiche, ed è succedanea al chinino nelle febbri malariche. Si fa il decotto di 60 gr. in un litro di acqua. Si adopera anche nel cicatrizzare le piaghe e le ulceri, lavandole mattina e sera. Per i fiori bianchi si fanno le iniezioni.

Salvastrella

Poterium Sanguisorba, L. TAV. 12 - N. 88

DESCRIZIONE: Fusto eretto (20-100 cm.) ; foglie imparipennate con 9-25 foglioline rotondate od ovali seghettate; fiori in capolino ovale o quasi tondo; i femminei nell'apice, gli ermafroditi nel mezzo e i maschi alla base; achenio ovato - tetragono. H: nei prati e lungo le strade fino alla zona subalpina. P: foglie e radici. F: Rosacee.

La sanguisorba è eccellente insalata nutritiva e rinforzante. Per le sue proprietà astringenti e diuretiche, si fa il decotto di 30 gr. di radici in un litro d'acqua, o l'infuso delle foglie nella stessa dose, contro la diarrea infantile e per promuovere l'orinazione. Dal nome latino «Sanguisorba» (assorbente il sangue), è certo che essa giova assai nelle mestruazioni troppo abbondanti, nelle ferite aperte e nelle affezioni intestinali.

Salvia

Salvia officinalis, L.

Pianta da tutti conosciuta, ma non meritamente apprezzata. H: coltivata; raramente inselvaticata. P: le foglie e sommità fiorite. F: Labiate.

La fama del valore medicinale di questa pianta è riconosciuta fino dall'antichità; ma essendo molto usata nei cibi, nei condimenti, nei liquori, non le si dà quel posto che merita. Si fa l'infuso dai 30-40 gr. in un litro d'acqua, per ridurre i sudori di tisi e dei reumatici, per stimolare le funzioni del cuore e la circolazione del sangue. Quale gargarismo serve nell'angina, nelle affezioni di bocca e di tutto l'apparato respiratorio, come pure nella tosse e nei catarri. Il the si lascia riposare per mezz'ora, prima di prenderlo. Per uso esterno, si usa l'impacco di foglie nei tumori e ulceri ai piedi e alle ascelle. Carbonizzando una corteccia di pane, ridotta in polvere, e mescolandovi polvere di foglie di salvia, si ottiene un ottimo dentifricio. Anche i bagni, fatti con le foglie di salvia macerate nell'acqua, rinforzano il tessuto muscolare.

Della Salvia fu detto: *Salvia salvatrix, naturae consiliatrix*, e l'altro distico: *cur moriatur homo, cui crescit salvia in horto?* — però trovando la frase esagerata, il poeta soggiunge: *Contra vim mortis, non est medicamen in hortis!*

Sambuco

Sambucus nagra, L.

NOMI DIALETTALI: Sambùc, Saùc, Saùgo, Samùgo, Sàudar.

DESCRIZIONE: Fusto legnoso (2-5 m.); foglie pennatose con 3-4 segmenti ovali lanceolati, lungamente acuminati, seghettati; stipole piccolissime; cime prime ramificazioni quinate; fiori bianchi, i laterali sessili; bacche nere. P: i fiori, i frutti, le foglie e la corteccia interna. R: i fiori, sempre in tempo asciutto. F: Caprifogliacee.

Il sambuco ha proprietà sudorifere, lassative, diuretiche, risolventi. Si fa l'infuso dei fiori nella dose di 15 gr. in 1/2 litro d'acqua, quale sudorifero, per favorire la secrezione latteale. Dissolve i catarri, calma i crampi cagionati da funzione cutanea irregolare; è indicato nei raffreddori e nel sudore retrocesso. Essendo sudorifero, si usa con buon effetto nei mali reumatici, nella raucedine, nei catarri nasali, bronchiali, polmonari e nelle infiammazioni di petto. I fiori freschi si tuffano intieri nell'olio bollente, si polverizzano con zucchero, e si servono a tavola. Eccellenti, se presi col thè o caffè.

Il «Rhoob Sambuci» si prepara prendendo le bacche ben pulite; e, liberate dai peduncoli, si mettono a cuocere. Appena esce il sugo, si filtrano con tela; indi si cuoce il sugo, agitando, fino a consistenza sciropposa. Raffreddato, si versa in vasi di creta. Un cucchiaino in un bicchier d'acqua, dà una bevanda rinfrescante; purifica il sangue, il ventricolo e agisce favorevolmente sui nervi. Le foglie e i germogli giovani preparati come insalata con olio e aceto, servono a purificare il sangue e il ventricolo. Le bacche secche calmano la diarrea.

Foglie, fiori e germogli bolliti nel latte, formano un

gargarismo per l'ugola infiammata, per le tonsilli, per le infiammazioni catarrali, della gola. Il decotto della corteccia della radice, specialmente quella interna, è indicatissimo contro l'idropisia. Il Kneipp assicura che non vi è alcun mezzo più efficace che questo decotto per far uscire maggiore quantità di acqua. Anche il famoso medico senese, Andrea Mattioli, nel 1564 ordinava questa corteccia, cotta nel vino. Anzi voglio notare qui, per chi non lo sapesse, che questo benemerito medico è morto a Trento, e sepolto nel nostro Duomo. Ne fa testimonianza anche la grande lapide murale nella parete interna, a destra di chi entra dalla porta principale della Basilica di san Vigilio.

Sambuco (vino di)

In 4 litri di acqua si mette un quarto di litro di aceto, un quarto di chilo di zucchero, 4-6 ombrelle (fiori) di Sambuco. Questa miscela si mette a macero in un recipiente per 4 giorni. Indi si leva la schiuma, si filtra e si mette in bottiglie ben turate. È un vino eccellente per la sete.

Sambuco montano

Sambucus racemosa, L.

DESCRIZIONE: Fusto legnoso (2-4 m.); foglie pennatosette con 3-7 segmenti ovali lanceolati, acuminati, seghettati; stipole nulle o piccolissime; fiori biancastri in pannocchia; bacche globose rosse. H: nei boschi freddi e sassosi della zona montana e subalpina. P: foglie, frutti, corteccia. F: Caprifogliacee.

Anche questa specie di sambuco possiede le proprietà del sambuco Ebbio, ma forse un poco troppo violente. Quindi usarne con discrezione.

Santolina

Santolina Chamaecyparissus, L.

DESCRIZIONE: Pianta suffruticosa, biancastra o verdognola (20-60 cm.) con cauli sdraiati o ascendenti, a rami eretti, semplici numerosi, muniti di fascetti di foglie ascellari; foglie disposte a 4-6 serie, picciolate, grassette, dentato-pettinate; capolini gialli globoso-depressi; peduncoli lunghi fogliosi inferiormente, nudi all'apice, solitari. H: spontanea nella zona arida del Mediterraneo; da noi coltivata. P: la parte superiore e i capolini. F: Composte.

Questa pianticella ha forte azione antielmintica specialmente nei vermi dei bambini. Si prescrive la polvere dei capolini in dose di 2-4 gr. in una tazza d'acqua, o l'infuso delle foglie nella stessa quantità.

Santoreggia

Satureia hortensis, L,

NOME DIALETTALE: Peverella.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (10-30 centimetri); foglie lineari lanceolate, punteggiato-glandolose, molli; fiori in verticillastri un po' unilaterali e i superiori quasi a spiga; calice con 10 nervi; corolla appena più lunga dei denti del calice. H: coltivata negli orti. P: la pianta intera. F: Labiate.

Questa pianta è assai pregiata per l'industria dei liquori. Nella medicina familiare si usa l'infuso di 20 gr. in un litro d'acqua, contro i vermi dei bambini, nelle coliche, e nelle vertigini. Per uso esterno si fanno impacchi sui tumori e lavaggi sulle ferite.

Saponaria

Saponaria officinalis, L,

DESCRIZIONE: Fusti eretti (40-60 cm.); foglie lanceolate, acute, binervie, opposte; fiori grandi in fascetti; calice cilindrico glabro; petali roseo pallidi con 2 squame presso la fauce; cassula molle.

H: nei luoghi umidi, erbosi della zona collina e montana.

P: la radice e le foglie. F: Cariofillacee.

La saponaria ha proprietà espettoranti, depurative, antireumatiche. Si usa il decotto di 60 grammi di radici in un litro d'acqua. Questo decotto si prende a bicchierini, tre volte al giorno dopo il pasto. Serve nella cura dei reumatismi, della gotta e della sifilide. Giova pure nei catarri, nei raffreddori e negli ingorghi di stomaco, di fegato e di milza; nelle malattie delle mucose polmonari e intestinali; e per uso esterno: nelle eruzioni cutanee croniche, nei tumori e nell'artrite.

Scolopendrio

Scolopendrium officinale (vulgare), Sm

DESCRIZIONE: Foglie lanceolato-lineari (20-40 cm.); cuoriformi alla base, intiere con nervature ramificate fin dalla base. H: luoghi umidi, ombrosi, negli anfratti delle rocce e delle valli strette e profonde. P: le foglie e le radici. F: Felci.

Questa felce, che in qualche luogo si coltiva come ornamentale delle stanze per le sue foglie lucide, lanceolate, fino a raggiungere la lunghezza di 40 cm., più appariscenti dell'aspidistra, ha proprietà astringenti, per il molto tannino che contiene. Si fa l'infuso di 20 gr. in un litro d'acqua, per gargarismi, colluttori, lavaggi per mali di denti, di bocca e di gola.

Scrofularia maggiore

Scrophularia nodosa, L.

NOMI DIALETTALI: Erba mora, Erba bruna, Erba da moroidi, Sèsene, Erba da le balotole.

DESCRIZIONE: Pianta glabra; radice tuberoso-nodosa; fusto eretto tetragono ad angoli acuti, foglie cuoriformi ovali, doppiamente dentate con piccioli senz'ale; lobi del calice ovato ottusi, con margine scarioso stretto. H: nei luoghi incolti, lungo le strade di campagna. P: la pianta intera. F: Scrofulariacee.

La pianta esala un odore acre nauseante. Tuttavia essa entra nella medicina popolare come emetico, purgativo e antiscrofoloso. Anzi gli antichi empiristi la prescrivevano come rimedio infallibile contro le scrofole; da qui il nome di Scrofularia.

Si fa l'infuso di 30 gr. della radice in un litro d'acqua. Con le foglie si fanno empiastri, nelle enfiagioni delle estremità.

Sedano di monte

Levisticum offic., Koch

DESCRIZIONE: Fusto eretto, grosso, cavo, ramoso in alto (1-2 m.); foglie grandi lucenti bi-tripennate, a segmenti grandi romboidali inciso lobari in alto, cuneiformi alla base; fiori gialli in ombrella con 6-12 raggi; involucri di più foglioline riflesse, frutto bislungo. H: coltivato e qua e là inselvaticato. P: la radice. F: Ombrellifere.

La radice ha proprietà carminative, emmenagoghe e diuretiche, simile a quelle dell'Angelica. Si fa l'infuso del 10-15% nell'acqua. Fu adoperata anche quale gargarismo nel mal di gola.

Semprevivo

Sempervivum tectorum, L.

TAV. 6 - N. 42

NOMI DIALETTALI: Articiochi selvadeghi, Fiori del sass, Capussati de croz, Barba de beco.

DESCRIZIONE: Foglie bislungo-ovate, acuminate, carnose, glabre, cigliate nei margini; fusto florido, (alto 30-50 cm.); fiori rosei in spighe scorpioidi, formanti un corimbo terminale; petali acuminati. H: nei luoghi asciutti, soleggiati, sulle rocce e sui muri. P: le foglie. F: Crassulacee.

L'infuso delle foglie provoca l'orinazione; applicate all'esterno giovano nella cura dei calli, delle verruche cutanee e come detergente nelle ulcere. Simili proprietà hanno pure i diversi *Sedum*.

Sigillo di Salomone

Polygonatum vulg., L,

DESCRIZIONE: Rizoma orizzontale, carnoso; fusto angoloso, eretto glabro; foglie distiche, ellittiche, glaucescenti di sotto; fiori solitari ascellari, perigonio ristretto alla base; filamenti glabri. H: luoghi rocciosi e selvatici. P: il rizoma. Famiglia: Liliacee.

La radice è usata per preparare cataplasmi contro le contusioni, calli, pori, paterecci.

Solatro

Solanum nigrum, L,

NOMI DIALETTALI: Erba mora, Moreta, Morela, Erba marza, Erba da le balote.

DESCRIZIONE: Fusto erbaceo, angoloso (20-50 cm.); rami quasi cilindrici; foglie ovate dentate o quasi angolose; fiori bianchi o quasi violacei, quasi in ombrella; bacche globose nere. H: comune nei luoghi umidi, nelle macerie, vicino alle abitazioni. P: la pianta. F: Solanacee.

IL solatro è diuretico, narcotico e anche velenoso, specialmente nelle bacche: la pianta è simile alla patata, ma assai più piccola nelle foglie e nelle bacche nere.

Le foglie, usate in infusione nell'olio, si adoperano come cataplasma nei dolori reumatici, sui paterecci, sugli ascessi e sulle piaghe dolorose. Con le foglie si fanno pure impacchi sul ventre duro o infiammato dei bambini.

Spino cervino

Rhamnus cathartica, L.

NOMI DIALETTALI: Tossegàr, Spine negre, Spinài.

DESCRIZIONE: Fruttice o arbusto; foglie alterne o quasi opposte, caduche, ovali od ovali rotonde, crenulate seghettate con nervi laterali curvi; fiori bianchi piccoli in fascetti; denti del calice uguali al tubo, riflessi; frutto sferico, nero; (fiori ermafroditi pentametri). H: lungo le siepi. P: le bacche. F: Rhamnacee.

Le bacche hanno forte azione purgativa, e si prescrive il succo da 10-20 gr. da prendersi a digiuno: hanno l'effetto dell'erba senna.

Stella alpina

Gnaphalium leontopodium, Scop.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, semplice (10-20 cm.); foglie cinerino tomentose, le inferiori lanceolate, le superiori lanceolato-lineari; capolini mediocri in corimbo denso cinto da 7-8 foglie bislunghe, densamente lanose, ragianti; foglioline involucri e squame nere all'apice. H: nelle Alpi calcaree dai 1700 ai 2400 metri. P: la pianta.

F: Composte.

Questa cara e simpatica pianticella, oltre a essere il simbolo dell'alpinismo, è pure medicinale. Il suo the serve contro la tisi polmonare e le malattie dello stomaco. La polvere della pianta essiccata, bollita nell'acqua, serve contro la diarrea.

Stellina odorosa

Asperula odorata, L. TAV. 11 - N. 81

DESCRIZIONE: Fusto eretto o ascendente glabro, semplice o ramoso (20-30 cm.); foglie sottili lucenti, brevemente cuspidate, verticillate a 6 o 8; le inferiori obovate, le superiori lanceolate; fiori bianchi in corimbo terminale con rami lunghetti; corolla con lembo quasi uguale al tubo; frutto globoso, irto d'aculei bianchi uncinati. H: nei boschi freschi, fra i sassi, sotto i cespugli della zona montana e subalpina. P: tutta la pianta. R: avanti la fioritura. F: Rubiacee.

La stellina odorosa ha proprietà tonico-digestive, diuretiche, aperitive ed emmenagoghe. Si fa l'infuso di 40 gr. della pianta intera, in un litro d'acqua. Se ne prendono tre-quattro tazze al giorno. Il cosiddetto «Vino del Reno» o «Maitranch» si prepara nel vino bianco; si lascia in infusione per mezzora; indi si filtra e si pone in bottiglie ben chiuse; ha un gusto eccellente. Le foglie si raccolgono in principio di fioritura, che, disseccate all'ombra, assumono un aroma delicato. Così disseccate, si mischiano con foglie di fragola, di lamponi, di rovo, di biancospino, di rose selvatiche, si ottiene un thè così aromatico da sorpassare il thè cinese. Ognuna di tali specie, unita ad asperula, basta a tale scopo.

Stramonio

Datura Stramonium, L.

DESCRIZIONE: Fusto ramoso (30-80 cm.); foglie ovate sinuato dentate, glabre; fiori bianchi; cassule ovate, erette, spinose con spine quasi uguali. H: fra le macerie e intorno alle abitazioni. P: le foglie e i semi. F: Solanacee.

Lo stramonio ha proprietà narcotiche e velenose, simili alla Belladonna. Si adopera la tintura da 5-20 gocce, nei casi di epilessia, isterismo, nell'asma, nelle nevralgie. Essendo pianta velenosissima, si richiede sempre la prescrizione medica. Nell'asma si fumano le foglie, trinciate con il tabacco e foglie di salvia. Anche in questo caso le foglie di stramonio non devono superare un grammo per ogni accesso.

Tanaceto

Tanacetum vulgare, L.

NOMI DIALETTALI: Antaneza, Erba da òm, Antaneda, Starnèla, Daneda, Seme santo.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, solcato, semplice (80-120 cm.); foglie grandi pennato partite a segmenti lineari lanceolati pennatofessi con lobetti acuti seghettati; capolini gialli grandetti a corimbo composto terminale. H: luoghi incolti, ai margini dei campi e delle strade. P: le foglie e i fiori. F: Composte.

L'infuso dei fiori (capolini), in dose di 10-20 gr. in 250 d'acqua, serve per calmare i crampi, giova nell'artrite e nelle febbri intermittenti, nei disturbi urinari, nella pietra, nei mali di vescica e contro i vermi, specialmente nei bambini. La pianta in decozione applicata, serve contro la rogna e la tigna. Serve pure a rinforzare i nervi e a provocare il sudore. Si faccia attenzione, però, perché il Tanaceto è pianta velenosa e, ad alte dosi, è anche pericolosa; e può causare la morte per asfissia.

Tasso barbasso

Verbascum Thapsus, L. TAV. 7 N. 51

NOMI DIALETTALI: Fiori d'orco, Tabac mat, Gestivo, Capelace, Ciandeloni, Perbasco.

DESCRIZIONE: Fusto rigido, eretto (60-100 cm.); foglie scorrenti per tutta la lunghezza dell'internodo, bislungo-ellittiche; fauce della corolla concava; antere degli stami più lunghi, 4 più corte del filamento. H: nei ruderi, luoghi incolti, lungo le strade. P: i fiori seccati al sole e le foglie. F: Scrofulariacee.

Le foglie e i fiori danno un thè sudorifero, emolliente, cicatrizzante, indicatissimo nei catarri di petto, nella tosse, nella mancanza di respiro, nella raucedine. Si usa il thè in infusione di 5 gr. di fiori secchi in un litro d'acqua. Per lavare piaghe, ulceri, ferite si usa la decozione delle

foglie nella dose di 30 gr. in un litro d'acqua. Contro le emorroidi è ottimo rimedio il seguente: con una. parte di fiori e due di olio si cuoce adagino la massa fino all'evaporazione della parte umida; indi si sprema il succo. E rimedio indicato anche contro i geloni.

Thè svizzero

Veronica officinalis, L TAV. 3 N. 24

DESCRIZIONE: Fusto prostrato e radicante (10-30 cm.); foglie ovali ellittiche seghettate e picciolate; peduncoli più brevi del calice; calice quadripartito con lacinie uguali; cassula triangolare, vellutata, glandolare. H: nelle macchie asciutte delle conifere, lungo le strade di monte della zona montana e subalpina. P: la pianta intera. R: al tempo della fioritura. F: Scrofulariacee.

La pianta ha proprietà astringenti, toniche e digestive. Si usa la decozione di 15-20 gr. in un litro d'acqua. Questo decotto è indicato nei catarri polmonari, nei mali di petto, nella raucedine, nello sputo di sangue, nella tosse e nelle malattie croniche della pelle. Per i medesimi mali, si usa il succo diluito nel latte, preso a digiuno. Analoghe proprietà ha pure la VERONICA MAGGIORE = *Veronica Chamaedris*, L.

Tiglio

Tilia parvi - et grandifolia, Ehr.

NOMI DIALETTALI: Tèar, Teèr, Taièr, Taiàro, Tèia, Tèa, Tiàr, Tèò, Tegèro, Tóì.

DESCRIZIONE: Fogli obliquamente cuoriformi-rotonde, glabre, glauche di sotto; peduncoli con brattee scorrenti, terminanti in 4-9 fiori; stami appena più lunghi della corolla; cassula quasi globosa ovata, appena costata o senza coste (*Tilia parvifolia*). H: nei boschi cedui della zona collina subalpina. P: i fiori. F: Tigliacee.

I fiori di tiglio hanno proprietà antispasmodiche, sudorifere, stomachiche, emollienti. Si usa l'infuso di 15 gr. di fiori in un litro di acqua. Giova nelle affezioni catarrali, seda i crampi, calma il nervoso, facilita la digestione, produce sudore, ed è pure indicato nei reumatismi, nel capogiro, nell'epilessia. I frutti pestati, uniti ad aceto, o acqua di piantaggine, giovano nelle emorragie nasali ostinate, nel mal d'orecchi, versandovi alcune gocce a caldo, e tappate con ovatta; nelle screpolature, ascessi e ustioni. La decozione delle foglie serve nell'orinazione difficile e dolorosa. Col succo che si ricava dal tronco, praticando dei fori, in primavera, si ottiene un liquore purgativo, usato anche nel mal della pietra e nelle macchie gialle della faccia. La polvere di carbone di tiglio serve per l'insipienza, nella difficile digestione, nella gonfiezza, nella costipazione, nelle febbri perniciose, nella dissenteria prodotta da ascessi intestinali, nel bruciacuore, alito cattivo e crampi gastrici.

Timo serpillio

Thymus serpyllum, L.

TAV. 11 N. 78

Nomi DIALETTALI: Tim, Mazorana, Erba da la zopina.

DESCRIZIONE: Fusi prostrati e lungamente radicanti (10-20 cm.); foglie ovate o bislunghe cuneate o lineari, nervose, piccole, picciolate; fiori in glomeruli formanti un capolino ovoidale; calice con tubo ristretto alla base. H: nei luoghi erbosi, pascoli, ai margini delle strade. P: la pianta. F: Labiate.

Questa pianticella apparentemente insignificante, ha proprietà digestive, antisettiche, antispasmodiche, sudorifere, emmenagoghe. Si usa il the di 2-3 gr. in una tazza d'acqua, nelle difficili digestioni, nelle mestruazioni con crampi, nei crampi, nel mal di testa, nei crampi al basso ventre e contro i catarri. Esternamente serve per impacchi, bagni, fasciature, nelle piaghe di qualsiasi natura, nelle fratture, slogature, distorsioni e tumori freddi.

Tormentilla

Potentilla tormentilla
Neck., Schr.

TAV. 3 - N. 18

DESCRIZIONE: Rizoma legnoso, grosso; fusti gracili protrato-ascendenti, dicotomi (10-30 cm.); foglie ternate, le cauline sessili, e tre foglioline bislungo-cuneate seghettate; fiori tetrametri, gialli, con peduncoli più lunghi delle foglie sottili; carpelli lisci. H: nei boschi erbosi e macchie umide, fino alla zona alpina. P: le radici. F: Rosacee.

Il «Rhizoma tormentillae» è officinale e ha proprietà astringenti, toniche, stimolanti. Si usa la polvere in infuso (2-4 gr.), o la decozione in dose di 15 gr. in un litro d'acqua, contro la diarrea, dissenteria, flussi sanguigni e mucosi, nelle febbri intermittenti, negli avvelenamenti, nei vermi e nelle piaghe interne ed esterne.

Negli avvelena-

menti e nelle malattie contagiose non si dimentichi mai la tormentilla. La polvere, presa per alcuni giorni nell'uovo al latte, previene i parti immaturi. Il rizoma nella quantità di 70 gr., messo a macerare per 8 giorni in un litro di vino o marsala, si somministra ai tubercolotici e alle persone vecchie e deboli, affetti da diarrea. Si dà a bicchierini in tutti i suaccennati preparati. Contiene il 17% di tannino; quindi uno dei più potenti astringenti.

Tragoselino

Pimpinella magna Av. N 5-16
et saxifraga, L.

DESCRIZIONE: Pimpinella magna, L. - Fusto eretto, foglioso, angoloso solcato cavo, ramoso in alto (10-100 cm.); foglie pennatosette, le inferiori con 5-7 segmenti ovali, lanceolati acuti, grossolanamente seghettati, le superiori più piccole, fiori bianchi o rosei in ombrelle con 9-15 raggi.

Pimpinella saxifraga, L. - Fusto eretto cilindrico leggermente striato, quasi nudo nei 3 quarti superiori (30-90 cm.); foglie inferiori pennatosette a segmenti quasi tondi od ovato ottusi seghettati, le medie e superiori (ottuse) con lembo piccolo pennatifido inciso; stili più corti dell'ovario; frutti quasi tondi (2 mm.). H: nei prati e luoghi erbosi della zona montana. P: la radice. F: Ombrellifere.

La «Radix pimpinellae» dei farmacisti ha qualità toniche, digestive, emollienti, espettoranti e sudorifere. L'infuso della radice (15-25 gr. in 180 di acqua) si usa nella raucedine, nel catarro polmonare, nell'atonìa degli organi digestivi e respiratori, nei disturbi urinari. Quale corroborante, all'acqua si può sostituire il vino. Quale gargarizzante contro la raucedine, ma di denti, mal di gola, rilassamento dell'ugola e rattrappimento della lingua, si usa il decotto in dose di 10-15 gr. in 180 d'acqua. L'estratto, in 10-20 gocce al giorno, è diuretico.

Trifoglio sfibrino

Menyanthes trifoliata, L.

DESCRIZIONE: Foglie trifogliate a foglioline ovate, obovate o bislunghe, con lungo picciolo slargato in guaina alla base; fiori rosei in racemo terminale a lungo peduncolo. H: nelle acque stagnanti, lungo i fossi, nelle torbiere. P: le foglie e i gambi. F: Genzianacee.

L'infuso, fatto con 50 gr. di foglie in un litro d'acqua, dà una bevanda assai giovevole contro le scrofole, clorosi, itterizia, idropisia, ipocondria, febbri e disturbi digestivi. Nelle febbri malariche, nello scorbuto, nelle laringiti delle clorotiche, si dà l'estratto: 2-3 gr. al dì.

Uva orsina

Arctostaphylos uva urli, Spr. TAV. 2 N. 10

NOMI DIALETTALI: Zate d'ors, Martellina, Ambrosi-

nari da l'or, Brussici de l'ors.

DESCRIZIONE: Fusto legnoso prostrato, strisciante; foglie coriacee obovato spatolate, persistenti, punteggiate ai margini piani intierissimi; fiori rosei clinati nascenti dopo le foglie; bacche rosse; H: sulle rupi boschive, soleggiate, fino a 1500 metri. P: le foglie. F: Ericacee.

La decozione delle foglie, in dose di 20 gr. di foglie in 250 gr. di acqua fino a ridurla a metà, giova assai nella ritenzione d'urina, nel catarro cronico della vescica, nei passaggi mucosi, nella renella, nei calcoli e nell'idropisia. La cura però deve essere prolungata. Le foglie, mescolate con il tabacco da fumo, danno un aroma speciale. Il suo decotto alternato con la parietaria è indicato per pulire le vie urinarie e favorire l'espulsione del muco e della sabbia. Si aromatizza con scorza di arancio.

Valeriana

Valeriana officinalis, L. TAV. 2 N. 9

DESCRIZIONE: Rizoma troncato; fusto eretto semplice solcato (100-150 cm.) foglie tutte pennatosette con 7-10 coppie di segmenti lanceolati inciso dentati o interi a nervature sporgenti; fiori bianchi o rosei ermafroditi in corimbo tricotomo; bratteole-lineari. H: comune nei boschi umidi e lungo i corsi d'acqua dalla pianura alla zona alpina. P: la radice. R: nel secondo anno. F: Valerianacee.

La Valeriana s'impiega contro il tifo, nelle febbri perniciose e intermittenti, nelle malattie nervose, nell'epilessia e nell'emigrania. Giova pure nei disturbi della matrice, nell'asma, nei crampi al basso ventre, e nell'epilessia verminosa dei bambini. Dose: infuso di 15 gr. in un litro di acqua. Si prende a sorsi ogni due ore, con zucchero o miele. L'odore di questa pianta attira i gatti. Da qui il nome «Erba de gat».

Veratro

veratrum album, L,

NOMI DIALETTALI: Faiàgro, Filàgro, Valestri, Malón, Foastro, Golostri, Lóvena.

DESCRIZIONE: Foglie ellittiche larghe, le superiori gradatamente più strette, fino a ridursi lanceolate, un po' pubescenti di sotto; fiori bianco-verdognoli in pannocchia terminale; tepali più lunghi del peduncolo, bianchicci di sopra, verdi di sotto. H: nei prati montani e subalpini. P: il rizoma. F: Colchicacee.

È pianta velenosissima, simile nella forma alla Genziana: quindi, attenti nella raccolta!

Per uso esterno si usa la polvere del rizoma contro le ulcere infiammate, e come unguento contro la rogna e i pidocchi. Per uso interno i medici la prescrivono contro il colera, le febbri intermittenti, nella debolezza generale e nella tosse convulsiva.

Verbascio

Verbascum thapsiforme, -TAV. 7 N. 50
Schr.

H: dove cresce il Tasso barbasso e ha le stesse proprietà. Vedi: Tasso barbasso.

Verbena

Verbena officinalis, L.

Nomi DIALETTALI: Erbena, Erba de la represa.

DESCRIZIONE: Fusto tetragono ramoso in alto (20-60 cm.); foglie ovato bislunghe, pennatifide, le medie tripartite a segmenti incisi e inegualmente crenulati; fiori piccoli di colore violaceo pallidi a spighe gracili terminali formanti una pannocchia. H: luoghi aridi, incolti, vicino alle abitazioni. P: le foglie e sommità fiorite. F: Verbenacee.

La pianta, cotta nel vino, giova nei mali di fegato, di reni e di milza. Contro le nevralgie, dolori reumatici e nelle febbri, si fa l'infusione di 2 gr. di foglie in una tazza di acqua bollente. Bollita nell'aceto, si adopera come cataplasma sui punti doloranti nelle nevralgie, sciatiche, lombaggini, pleurite e dolori intercostali.

La pianta, messa in infusione nel vino, serve contro l'itterizia e clorosi, prendendone 60-80 gr. la mattina a digiuno; il decotto usato come gargarismo guarisce le ulcere delle tonsille, e le foglie fresche pestate unite a farina di segala e bianco d'uovo danno un cataplasma molto risolvante. E usata anche contro la renella e come tonica.

Verga d'oro

Solidago virga aurea, L. TAV.5 N.37

DESCRIZIONE: Fusto eretto, striato, un po' flessuoso (20-60 cm.); foglie ruvide negli orli, lanceolate od ovato acuminate, le inferiori seghettate; capolini in racemo terminale composto, piccoletti, fiori gialli; achenii giallastri, pelosi. H: comune nei boschi freschi della zona montana e subalpina. P: sommità fiorite. F: Composte.

L'erba «Consolidae saracene» è raccomandata contro le ferite e il mal della pietra. Si fa la decozione di 80 gr. di sommità fiorite in un litro d'acqua. Giova nella raucedine e nel mal di denti, quale gargarismo, nella difficoltà d'orinazione, nelle infiammazioni della vescica e dei reni. La pianta, cotta nel vino bianco, promuove assai l'orinazione, rompe e scaccia i calcoli. Giova in tutte le piaghe interne ed esterne.

Nell'insonnia si fa l'infuso di 4 parti di Verga d'oro e una parte di ginepro schiacciate o di biondinella.

Dose: 50-60 gr. in un litro d'acqua. Una tazza prima di coricarsi. Giova pure nell'enterocolite e nell'enterite dei bambini. Decotto 30 per mille.

Vilucchio bianco (Convolvolo)

Convolvulus sepium, L. TAV 12 N. 89

DESCRIZIONE: Fusto angoloso, volubile, lunghissimo; foglie saettiformi o astate, a orecchiette troncate; peduncoli ascellari uniflori; brattee cuoriformi ovate; corolla bianca, grande. H: nelle siepi, entro i cespugli freschi, fino alla zona montana. P: foglie e radici. F: Convolvulacee.

La radice e le foglie di questa pianta sono fortemente purgative e calagoghe (atte a espellere la bile), come quella della gialappa, ma meno irritanti l'intestino, pur conservando l'attività purgativa e colagoga. Si prescrive l'infuso delle foglie (6-12 grammi al giorno) o il succo della radice, da 1-2 gr. al giorno.

Vincetossico

Cynanchum vincetossicum, Pers.

DESCRIZIONE: Foglie ovate o bislungo acuminate; fiori bianchi; lacinie ovate; corolla staminale a lobi ovato-rotondati, distanti, ma riuniti da membrana trasparente. H: comune nei boschi e nelle macchie della zona montana. P: il rizoma. F: Asclepiadacee.

Il rizoma di questa pianta ha proprietà purgative, sudorifere, diuretiche, e si adopera nell'idropisia, nella mancanza o irregolarità dei mestruai, nelle scrofole, nelle febbri nervose, nelle eruzioni cutanee, specialmente nell'eruzione ritardata dal vaiolo. Si somministra la decozione di 15 gr. di rizoma, in un litro d'acqua.

Viola del pensiero

Viola tricolor, L.

Nomi DIALETTALI: Crècheni, Madrigne, Velludine, Galeti.

Pianta da tutti conosciuta e comune. P: la pianta. F: Violacee.

L'«Herba Jaceae» è depurativa e cicatrizzante. È eccitante l'intestino, i reni, esercita un benefico influsso nelle eruzioni cutanee, ed è depurativa del sangue. Le croste latteie dei bambini si curano con fiori e foglie pestate e mescolate col latte in modo di cataplasma. Quale depurativo e nelle malattie indicate si usa l'infuso di 20 gr. in un litro d'acqua.

Viola mammola

Viola odorata, TAV.11 - N 79

H: coltivata e nelle posizioni calde e riparate della

collina. P: i fiori e le radici. F: Violacee.

La viola mammola ha proprietà pettorali, espettoranti, emollienti, sudorifere, emetiche e purgative. Il Kneipp prescrive una manata di fiori e foglie in infuso in mezzo litro d'acqua, contro la tosse e i catarri di gola. Ai bambini se ne danno due cucchiaini ogni due ore; agli adulti, tre tazze al giorno. Come vomitivo si prescrive la decozione da 15 a 20 gr. in 300 di acqua, lasciando bollire, finché il liquido è ridotto a metà.

Viorna

(Vitalba)

Clematis vitalba, L TAv 8 N 61

NOMI DIALETTALI: Veduzze, Vigazzoni, Vedicone, Vièce, Vedice, Vidolòc, Guidoï, Videzze, Róghe.

DESCRIZIONE: Fusto scandente, angoloso; foglie pennate a foglioline cuoriformi dentate o intere; fiori in pannocchie rade ascellari o terminali; tepali 4 bislunghi, bianchi, vellutati sulle due facce; antere lunghe un terzo del filamento; ricettacolo vellutato. H: lungo le siepi e nei boschi cedui. P: foglie e corteccia interna. F: Ranunculacee.

Tutte le parti della viorna sono acri e contengono principi venefici. Foglie e corteccia interna vengono adoperate come cataplasmi energicamente vescicatori. Per uso interno, quale purgativo e diuretico, sono da sconsigliarsi.

Come vescicatorio serve benissimo contro la sciatica.

Vischio

Viscum album, L.

NOMI DIALETTALI: Vis-cio, Finocio de pin, Mezchèl, Malvist, Martèl de pin, Bròcola.

DESCRIZIONE: Fusto ramoso, dicotomo, articolato, (20-50 cm.); foglie coriacee, opposte, bislungo-lanceolate, ottuse con 3-5 nervi; fiori gialli in capolini terminali o ascellari; bacca sferica, bianca. H: parassita dei pini, raramente dell'abete. P: le foglie e i rami sottili. F: Viscacee.

Il vischio giova contro l'epilessia, l'arteriosclerosi, l'emottisi, nel mondo di Bright, nei disturbi della menopausa e nelle malattie nervose dei bambini. Si fa il decotto di 70 gr. in un litro d'acqua, bollendo fortemente. Si beve a tazze.

Il vischio che si estrae dalle bacche unito a uguali quantità di ragia e cera vergine serve a maturare tumori, ulceri, posteme. Il decotto si usa con buon effetto sui geloni e screpolature alle mani.

Zucca

Cucurbita pepo, L

H: coltivata nei campi e negli orti. P: i semi. F: Cucurbitacee.

I semi di zucca si usano per scacciare il verme solitario. Essi hanno il vantaggio di non essere né irritanti, né tossici; tanto che la dose può essere ripetuta ed elevata, senza inconvenienti, anche nei bambini, sino a raggiungere l'effetto voluto. Si mondano i semi, e poi si pestano in

un mortaio con zucchero: semi 60 gr.: zucchero 20 grammi. In questa pasta si mescolano 160 gr. d'acqua aromatizzata con corteccia di limone. Cinque minuti dopo presa questa pozione, si deve dare all'ammalato una buona dose di olio di ricino. In questo modo, il parassita infesto deve uscire. Come frutto cotto e ben preparato, si consiglia ai giovani e a persone dal temperamento sanguigno e bilioso; da sconsigliarsi a persone deboli, o di vita sedentaria o a chi va soggetto a disturbi intestinali. Perciò molto adatto ai convalescenti, ai dispeptici, ai vecchi e a chi soffre di stitichezza.

2 PARTE
FORMULE SPECIALI
CURE - CONSIGLI

CURA DEI FICHI CONTRO LA STITICHEZZA

È noto che il cinquanta per cento delle malattie hanno origine da otturamenti e irregolarità di evacuazione. Mancando questa evacuazione giornaliera alcuni patiscono mal di testa o di occhi; altri dolori di petto, di stomaco o nel basso ventre.

Se la stitichezza è prolungata, sopravvengono mali maggiori, quali ulceri al ventricolo, al duodeno, emorroidi, appendicite, e infine otturazione del ventricolo. Per prevenire tutti questi mali, si prendono giornalmente dai cinque ai dieci fichi secchi; si lavano bene in acqua nitida, e alla sera si mettono in una tazza di acqua, lasciandoli in composta tutta la notte. La mattina si mangiano a digiuno, bevendovi dietro l'acqua rimasta nel vaso. La cura può esser continuata fino a due mesi. Sta sicuro che l'evacuazione si fa regolare, e le pareti dello stomaco e dell'intestino si puliscono magnificamente.

CURA DELLE MALATTIE DEI BAMBINI

Molte malattie dei bambini provengono dal fatto che emettono poca acqua. Stiano attente le madri, perché i bambini non avvertono, o non sanno parlare. Per ovviare a questi mali (eruzioni cutanee, scarlattina, morbillo, ecc.) va somministrato loro una o due volte al giorno mezza tazza di thè di radici di gramigna, o di aichemilla, o di coda cavallina. Nel morbillo e nella scarlattina non si facciano loro mai bagni caldi, nè siano mai coperti con panni pesanti; piuttosto ogni ora si lavi il bambino con un pannelino freddo, finché sia cessato il calore. Allora soltanto si faccia loro un bagno giornaliero, con fiori di fieno, o con germogli di abete.

Nella tosse canina o asinina, si fanno due bagni caldi di foglie di abete, due volte al giorno; si fanno fregagioni al petto, parecchie volte al giorno, con succo di felce; per l'interno si dà ogni ora un sorso di thè di timo, melissa, menta, salvia e radici di gramigna. Questa miscela è giovevole assai.

Nei vermi, si dà ai bambini il thè di ruta muraria o di capelvenere. Questo thè si dà a digiuno, per tre o quattro giorni.

Nella dissenteria, giova assai il thè di foglie di rovo, o quello di stella alpina (4-5 fiori), o meglio ancora e con ottimo effetto, il thè delle radici di tormentilla.

Nel rachitismo, giovano assai i bagni di foglie d'abete. La cottura si deve prolungare da 3-4 ore. La cura può durare dalle quattro alle otto settimane. Durante la cura, si dà al bambino sciroppo di piantaggine lanceolata, o il thè di radici di gramigna. Anche i bagni caldi di coreggiola procurano il medesimo effetto salutare.

Nelle malattie della bocca, si fanno gargarismi con il decotto di rose, o di cicuta rossa, o di foglie di rovo, di lampone, o di rovo di monte, o di malva.

In caso di avvelenamento, per aver ingerito erbe tossiche, quali: l'aconito, il colchico, la belladonna, si dà subito a bere latte caldo, sforzando il bambino a prenderne più che sia possibile. Intanto si corre a prendere radici di crespino o di angelica, sforzandolo anche qui a berne il decotto. In tal modo il bambino è salvato.

Per i bambini e fanciulli che bagnano il letto, è assai indicata la seguente mescolanza: si prende una parte di iperico, due di millefoglio, tre di cinquefoglio, due parti di coreggiola, e una parte di bacche di ginepro. Si prescri-

ve una tazza di thè due volte al giorno. Se la debolezza dipende da sonno profondo, si applica al basso ventre una pezza bagnata, fermata al di dietro. Facciano attenzione, infine le madri, di non lasciare esposti o seduti i loro bambini su scale di pietra o su pavimenti di cemento. Molte delle loro malattie provengono da questo mal uso.

POLMONITE, PLEURITE, NEFRITE

Nella polmonite, appena si sente il solito dolore acuto locale, si beve l'infuso di foglie di agrifoglio, e al torace, sulla parte dolorante, si fa un impacco con un panno inzuppato metà nell'aceto e metà nell'acqua. Le foglie dell'agrifoglio devono essere fresche. Provenendo la polmonite da forti raffreddori, forma un deposito di acqua nei polmoni, che si deve far uscire per via di orinazione. Mancando l'agrifoglio, si fa il thè con radici di graminia, o di coda cavallina. Con questo mezzo si evita la polmonite. Che se anche con questo rimedio l'acqua non uscisse, è segno certo che la vescica è infiammata. In tal caso, si fa un sepicupio per mezzora, nella coda cavallina, e il buon esito è sicuro. Abbiamo la medesima causa di male nella pleurite e nella nefrite. Il Kiinzle ordina per queste malattie il thè di 5 parti di ruta, 3 di salvia e due parti di stimmi (barbe) di granoturco. La ruta accelera la circolazione del sangue, mentre la salvia e gli stimmi del granoturco rinforzano i reni e promuovono fortemente l'orinazione.

MIXTURA PROFESSORALIS

Con questo nome il Künzle chiama la mescolanza

delle erbe alpine, per fare il thè a quelle persone che devono parlar forte e di spesso, per evitare catarri, raffreddori, raucedine, mal di denti e mal di testa. Queste persone sono i professori, i predicatori, i catechisti, i maestri, i commissionati, i ferrovieri, gli istruttori militari, ecc.

Il the si compone delle erbe seguenti: primola, alchimilla alpina, camedrio alpino, cariofillata di monte, potentilla aurea, motellina, piantaggine alpina, menta peperita o acquatica, e graminia. Il thè si lascia bollire per mezzora e si prende d'ordinario la sera, alquanto tempo prima di andare a letto. Questo thè scaccia anche la febbre, le infiammazioni, e rinforza i muscoli.

CONTRO I CALCOLI BILIARI

La mattina, a digiuno, si prende un leggero purgante, indi caffè e latte. Due ore dopo, tre etti di olio d'olivo; mezzora dopo preso l'olio, si prende una minestra di gries, cotto in mezzo litro di latte. Durante questa cura, si mette sulla parte dolorante un sacchetto caldo di semi di lino, alternato con sacchetto di fiori di camomilla.

Altro mezzo per scacciare i calcoli biliari è questo: si lava un ravanello grosso, nero, senza levarne la corteccia; se lo grattugia; e si preme fortemente la poltiglia, posta in

un pannolino, per farne uscire tutto il succo, aggiungendovi, verso la fine della spremitura, un po' di acqua, in modo che ne esca tutto il liquido. Se lo prende metà la mattina a digiuno, e metà la sera. Per lo stesso scopo servono le foglie di edera cotte nel vino. Se ne prende un cucchiaino dopo il pasto, non di più.

CONTRO LA TOSSE, ULCERI, MALI DI VESCICA,
CATARRO, INAPPETENZA

Infuso in parti eguali di coda cavallina, millefoglio e piantaggine lanceolata.

CONTRO LA TOSSE, RAUCEDINE, MAL DI GOLA

Una manata di verbasco, una di thè svizzero e quattro grammi di anice: il tutto cotto in mezzo litro di vino.

CONTRO LA GOTTA, MAL DI FEGATO, ARTRITE,
DOLORI DI VESCICA

Primola 30 gr.; radice di bardana gr. 30; centinodia gr. 5; radici di gramigna gr. 25; bacche di ginepro gr. 10; coda cavallina gr. 20. Si fa il decotto in un litro d'acqua, bollendo per cinque minuti. Dose: due bicchieri al dì, a digiuno.

CONTRO L'EMORROIDI

Si polverizzano sette-otto gr. di verbasco, si mischia la polvere con altrettanti gr. di farina di frumento aggiungendovi un tuorlo d'uovo. Si impasta la miscela con un po' d'acqua e olio vegetale; indi si cuoce nel forno, a modo di focaccia. Questa cura deve durare dagli otto ai dieci giorni. Matteo de Gradi chiamava questo rimedio il suo «secretum».

PER DEBOLEZZA DI CUORE,
INFREDDATURE O ACQUA AL CUORE,
SI USA IL SEGUENTE DECOTTO

Cinque parti di centocchio (stellaria media), due parti di alchimilla alpina, due di camedrio alpino, una parte di assenzio. Se ne beve mezza tazza, dalle quattro alle cinque volte al giorno.

MEZZO SPICCIO PER GUARIRE
DAL REUMATISMO ARTICOLARE,
DALLA LOMBAGGINE,
E DALLA STESSA SCIATICA

Prendi delle radici fresche, ben pulite, ma non lavate, della felce maschio, tagliate fine, applicate in un sacchetto sulla parte dolorante, e lasciate finché è cessato il dolore. Assai spesso il dolore cessa in mezza giornata. Se non vuoi rimanere in letto, fa' un bagno delle stesse radici nell'arto lesa. Rimanendo in letto, fa' un bagno a vapore asciutto, gettando delle bacche di ginepro sui carboni accesi, involgendo la parte dolorante, perché non scappi il fumo, in una coperta.

Facendo il bagno di radici di felce, è indicato di fare durante il bagno, dei massaggi con le mani, sulle parti lese. Prima di coricarsi, alla sera, è cosa giovevole prendere un buon bicchiere di vino generoso, o un thè di fiori di sambuco, o di foglie di betulla, o, meglio ancora, di olmaria.

RICETTA CONTRO IL DIABETE

Oltre la prescrizione medica, prendi due parti di cinquefoglio, tre di cariofillata, una di foglie di rovo di macchia, una di foglie di mirtillo; bollisci la miscela e bevine cinque volte al giorno mezza tazza.

CALCOLI AL FEGATO

Rabarbaro radici gr. 5, Salvia foglie gr. 5, Genziana radici gr. 15, Ginepro bacche gr. 10, Frangola corteccia gr. 15, Senna foglie gr. 10, Anemone epatica gr. 10, Assenzio gr. 5, Finocchio semi gr. 5.

Mescolare finemente. Per un thè 15 gr. di miscuglio su 300 di acqua. Bollire 10 minuti, lasciar riposare e poi filtrare. Berne due tazze al giorno a stomaco vuoto. Usare due tre cucchiari al giorno di succo di Ravanello, poco grasso e moto.

DOLORI REUMATICI E ARTRITICI

Tisana di foglie intere di uva orsina. Uso: Tre cucchiari da minestra mettere a freddo in mezzo litro di acqua. Bollire per 15 minuti da farne restare un quarto. Da prendersi la sera due ore dopo cena e la mattina a digiuno un'ora prima di prender cibo. Durata della cura 60 giorni. Da evitarsi nei mesi di giugno, luglio e agosto.

ULCERA ALLO STOMACO

Tisana: Bollire per 15 minuti rametti e foglie di camedrio alpino: due cucchiari in 1/2 litro di acqua; oppure due cucchiari di radice di bistorta tagliuzzata; oppure 2 cucchiari di potentilla tormentilla. Da prenderne una tazza al giorno. Durata della cura dai 2 a 3 mesi.

DIABETE

Foglie di mirtillo nero gr. 20, foglie di mirtillo rosso gr. 20, foglie di rovo moro gr. 20, radici di dente di leone gr. 20, bacche di ginepro gr. 20. Uso: 15 gr. della miscela in 300 di acqua; cuocere per 10 minuti, indi filtrare. Si prende due-tre volte al giorno.

STITICHEZZA

Fiori di calendola gr. 20, sommità fiorite di lamio albo gr. 20, bacche di ginepro gr. 10, radici di cicoria gr. 10, assenzio gr. 10, corteccia di frangola gr. 30. Bollire per 10 minuti 15 grammi di miscuglio in 300 di acqua. Una tazza (tepid) la mattina e una la sera. Moto, e un bicchier d'acqua appena alzati.

ALOPECIA

Radici di tormentilla gr. 50, coda cavallina gr. 50, foglie di oleandro gr. 50; il tutto ben tagliuzzato e mescolato. Uso: due cucchiari di miscela bolliti per 10 minuti in due tazze di acqua. Fare impacchi in questa decozione e applicare sulla parte malata. In casi gravi aggiungere un cucchiaino di zolfo.

MORBO DI BASEDOF

Cardo santo gr. 40, timo serpillio gr. 20, radici di valeriana gr. 40; il tutto ben tagliuzzato e mescolato. Mettere a macero per mezzora, indi bollire per 10 minuti 25 gr. di miscuglio in 1/2 litro d'acqua. Una tazza tre volte al giorno.

Durante la cura astenersi dalle carni e una volta in settimana fare un bagno di camomilla: 1/2 kg. su 5 kg. di acqua.

FORUNCOLI, INFIAMMAZIONI, GONFIORI

Sui foruncoli si applica una polentina calda di Fieno greco. In tal modo i foruncoli vengono portati subito a maturazione e fanno uscire il pus. Per infiammazioni e gonfiori si applicano impacchi caldi di fieno greco cotto per 10 minuti. Le applicazioni saranno ricoperte con fasce di lana asciutte per mantenere il calore più a lungo.

TOSSE PROFONDA

Fiori di farfaro gr. 10, piantaggine lanceolata gr. 10, radici di altea gr. 30, primola officinale fiori gr. 10, lichene tagliuzzato gr. 20, polmonaria foglie gr. 20.

Di questa miscela si fa l'infuso di 15 gr. in V2 litro di acqua. Prenderne a sorsi tre tazze al giorno.

TOSSE CANINA

Con 100 gr. di radici di pimpinella (tragoselino) ben tagliata si fa l'infuso in un quarto di litro di acqua bollente. Indi si levano le radici e si cuociono per 10 minuti in 1/2 litro di acqua; filtrare e mescolare i due thè. Se ne prendono due tazze la mattina e due dopo mezzogiorno di nuova preparazione.

PER INDIGESTIONE

Due ore dopo il pasto, si mastica adagino un pezzetto di radice d'imperatoria.

CONTRO EMORRAGIE E SPUTI SANGUIGNI

Oltre il vischio, si usa il thè di 3 gr. di corteccia di quercia, 3 gr. di radice di tormentilla e 3 gr. di borsa-pastore.

PER CATTIVA DIGESTIONE E SOFFERENTI DI FEGATO

Si fa il thè di 10 bacche di ginepro schiacciate, 3 gr. di coda cavallina e 2 gr. di assenzio.

THÈ DIURETICO E CONTRO L'IDROPISIA

Si usano 3 gr. di ebbio, 3 gr. di rosmarino e 3 gr. di coda cavallina; oppure 3 gr. di fiori di sambuco, 3 gr. di ebbio, e 10 bacche di ginepro schiacciate.

CONTRO LA RENELLA E CALCOLI VESCICALI O RENALI

Si usa il thè di 3 gr. di ginestra, 3 gr. di centinodia, e 4 gr. di coda cavallina.
4 gr. di coda cavallina.

CONTRO IL CATARRO BRONCHIALE E POLMONARE

Il thè di 3 gr. di piantaggine lanceolata, 3 gr. di farfaro, e 3 gr. di ortica.

CONTRO LA COLICA E NEI RAFFREDDORI

Si prendono 2 gr. di menta peperita, 4 gr. di fiori di

tasso barbasso, e 3 gr. di fiori di tiglio.

NELL' IPOCONDRIA E
PALPITAZIONE DEL CUORE

Si fa il the di veronica officinale (tè svizzero) in dose di 4 gr. e 3 gr. di radice di valeriana.

CONTRO I CRAMPI E SVENIMENTI

Si prendono 3 gr. di finocchio, 3 gr. di potentilla anserina e 3 gr. di ruta.

VINO CONTRO I GAS INTERNI, TOSSE,
RAUCEDINE, ASMA

Si macera per 8 giorni in 1 litro di vino bianco 60 gr. di anici, 60 gr. di finocchio e 120 gr. di regolizia; indi si filtra e si beve a cucchiaini di spesso.

CONTRO LA FORFORA E CADUTA DEI CAPELLI

Si mette in recipiente, che poi si chiude ermeticamente, una parte di foglie di ortica in 3 parti di alcool; si espone al sole per 14 giorni; indi si filtra. Per l'uso si uniscono 3 cucchiaini da tavola di questa tintura con 1 quarto di litro di acqua; si lava con quest'acqua il cuoio cappelluto 2 o 3 volte al giorno, si friziona e si asciuga.

CONTRO IL DIABETE

Prendi foglie di eucalipto, bolliscine 6-7 gr. per 10 minuti in 150 d'acqua da prendersi 2-3 volte al giorno; oppure fa' dei biscotti con radice di barbana, acqua e burro, falli seccare al forno. Si prendono a piacimento, quanti ne può sopportare l'ammalato; oppure si può usare l'insalata di crescione (nasturzio) con olio, cipolle tagliuzzate e succo di limone; da prendersi senza sale e senza aceto.

CISTITE

Per curare questa malattia si fa il thè di 12 gr. di stimmi di granoturco in 1 quarto di acqua, da prendere una tazza prima del pranzo e una prima di cena; oppure si mette un cucchiaino di semi di lino in una tazza di acqua la mattina da bersi il giorno dopo a digiuno, continuando la cura per 8-10 giorni. Non è necessario deglutire i semi. Oppure il thè di coda cavallina (7-8 gr. in 1 quarto di acqua), da prenderne due-tre tazze al giorno a piacimento. Oppure bollire 60 gr. di radice di omonime in un litro di acqua fino a ridurlo a tre quarti. Berla in 24 ore; oppure il decotto di 30 gr. di verga d'oro in un litro di acqua; se ne bevono due-tre bicchieri al dì.

CONTRO I CALCOLI

10 deca di fiori di biancospino, 4 deca di foglie di salvia, 4 deca di malva e 4 deca di bacche di ginepro schiacciate. Si mette il tutto in 1 litro e mezzo d'acqua e si fa bollire finché resta un litro. Lasciato sedare per 10 minuti, si filtra e se ne bevono due bicchieri la mattina a digiuno entro lo spazio di una-due ore.

CONTRO LA NEFRITE

Si macerano due-tre cipolle in 1 litro di vino bianco per alcuni giorni. Se ne prende un bicchiere la mattina a digiuno. Serve anche contro l'albubinuria. Da prendersi negli ultimi dì di luna. Anche l'emulsione dei semi (frutti) di nocciolo sono indicati contro la nefrite. Così pure il rizoma di pugnitopo (*Ruscus aculeatus*); un bicchiere di decotto a digiuno per alcuni giorni. Altro rimedio contro la nefrite si ha bollendo per 15 minuti 3 cucchiari di foglie intiere di uva orsina. Si prende il thè mattina e sera fatto nuovo. Durante il giorno si prende il thè, a piacimento, di millefoglio. Durante la cura, di quando in quando si fanno impacchi sui reni di sale comune pestato e arrostito in una padella.

CONTRO L'INAPPETENZA E DISTURBI DI STOMACO

Bollire per 10 minuti 3 gr. di biondella (*Centaurea minore*), 2 gr. di genziana, e 12 bacche di ginepro in un quarto di acqua. Da prendersi avanti il pasto. Per lo stesso scopo e per sofferenti di fegato, si bolliscono per 5 minuti 10 bacche di ginepro schiacciate, 3 gr. di Coda cavallina e 2 gr. di assenzio in 1 quarto di litro d'acqua.

THE CONTRO EMORRAGIE E SPUTI SANGUIGNI

Bollire per 10 minuti 3 gr. di corteccia di quercia, 3 di radici di tormentilla e 3 di borsapastore in 1 quarto di litro d'acqua.

CONTRO L'IDROPISIA

Bollire per 10 minuti 3 gr. di sambuco (fiori), 3 di corteccia di radici di sambuco ebulo (*ebbio*) e 10 bacche di Ginepro schiacciate in un quarto d'acqua.

PER COLICHE VISCERALI SPASMODICHE

Bollire 1 cucchiario di finocchio in una tazza di latte e berlo più caldo che si può.

PER CATARRO AL COLON

(Specialmente se cronico). Si fa il decotto di foglie di olivo, e per altri catarri si usa versare 20-30 gr. di radici di altea in 1 litro di acqua bollente.

CONTRO L'ARTRITE

Primola officinale gr. 5, foglie di frassino gr. 4, radici di bardana tagliuzzata gr. 5, radici di valeriana gr. 3, bacche di ginepro gr. 4, coda cavallina gr. 4, centinodia gr. 2. Si mette la miscela a macero per qualche ora in 1 litro e mezzo di acqua fredda mescolandola di quando in quando; indi si mette il tutto sopra il fuoco, lasciando bollire per 5 minuti, poi si filtra e si mette il liquido in recipiente di terra cotta o termo, o smalto. Se ne beve una tazza tre volte al dì prima dei pasti.

PER REGOLARE LA MATERNITA, parto facile, nelle regole difficili e per purgare il sangue represso interno è farmaco salutare il thè di alchimilla. Otto grammi in 1 quarto d'acqua.

CONTRO L'ALTA PRESSIONE SANGUIGNA

Oltre il decotto di vischio ed il thè di fumaria serve magnificamente l'uso del camedrio alpino. Uso: due cucchiari da minestra di rametti fogliosi in 1/2 litro di acqua che si bolle per 15 minuti. Si prende la mattina a digiuno, restando possibilmente a letto ancora per un'ora. La cura deve durare 30 giorno consecutivi.

DECOTTO DEPURATIVO E PURGATIVO

Si prendono 200 gr. di orzo greggio, una manata di gramigna, una di malva (foglie, fiori e frutti), un cucchiario di rabarbaro, bollendo il tutto in due litri di acqua. Consumandosi l'acqua se ne aggiunga dell'altra fino a tanto che l'orzo si apre, restando 1 litro e mezzo di acqua.

Se ne beve una tazza a distanza dei pasti e prima di coricarsi.

VINO STOMACHICO E RICOSTITUENTE

Prendere 3 gr. di salvia e altrettanti di ruta, di origano, di cicoria selvatica, di assenzio, di valeriana, di lavanda, di menta, di malva, di angelica, di trifoglio fibbrino, di achillea moscata. Mettere il tutto in infusione per 48 ore in un litro e mezzo di vino bianco generoso, e poi berne tre volte al giorno un bicchierino, prima dei pasti.

CONTRO L'ARTERIOSCLEROSI

Radici d'imperatoria gr. 20, foglie di betulla gr. 20, timo gr. 10, marrobio gr. 20, radice di tragoselino gr. 30, verbena officinale gr. 10.

Si bolliscono 2 cucchiari di miscela in 1 quarto di acqua per 10 minuti, lasciando poi riposare per altri 10. Mezza tazza 4 volte al dì. La cura deve essere prolungata.

THÈ LASSATIVO

Fa' una miscela di 30 gr. di semi di finocchio, 30 gr. di bacche di ginepro, 10 gr. di fieno greco (frutti), 30 gr. di trifoglio alpino e 5 foglie di altea. Metti due cucchiari da tavola della miscela in 1 quarto di litro d'acqua; fa' bollire per 5 minuti e altrettanti lasciala riposare. Da prendersi alla sera prima di coricarsi. Questo thè serve nelle indigestioni, nella stitichezza, nelle coliche epatiche e nelle diarree.

THE ASTRINGENTE

Prendi 40 gr. di salcerella, 20 gr. di verga d'oro, 20 gr. di millefoglio, 10 gr. di ortica, 7 gr. di corregiola e 3 di altea.

Si fa bollire per 3 minuti un cucchiario di miscela in mezzo litro d'acqua. Si lascia sedare per 15 minuti, e, filtrato, si beve caldo o freddo, durante la giornata.

THE ESPETTORANTE

Si fa una miscela di 20 gr. di edera terrestre, 15 gr. di timo, 10 gr. di vischio, 10 gr. di foglie di eucalipto, 10 gr. di marrobio, 10 gr. di foglie di castagno, 10 gr. di foglie o fiori di farfaro, 5 gr. di primola officinale, 5 gr. di altea e 5 gr. di borrana. Questo thè è indicatissimo in tutte le malattie delle vie respiratorie, nell'influenza e nelle tossi spasmodiche. Dose: 2 cucchiari da tavola da bollirsi per 5 minuti in 1/2 litro d'acqua. Lasciar sedimentare per 10 minuti e berlo caldo a tazzine durante il giorno.

THE ANTIREUMATICO

Radice di tragoselino (Pimpinella) gr. 15, salvia gr. 5, rametti di ginepro gr. 15, radice di ebbio gr. 5, licopodio gr. 5, biondella gr. 10, timo gr. 10, calamo aromatico gr. 5.

Far bollire 5 minuti un cucchiaino di miscela in una tazza di acqua. Prenderne mezza tazza 4 volte al dì.

Anche le frizioni sulle parti doloranti con alcool nel quale ha macerato le radici di felce maschio sono assai efficaci.

Giovano pure le battiture locali con un mazzetto di ortiche fresche.

N.B. - Oltre le ricette qui descritte, ve ne sono altre riportate nel testo, anche per una stessa malattia. Si usino quelle che sono più alla portata e mai stancarsi, se non si ha un pronto ed efficace effetto.

Da consultarsi pure l'Indice alfabetico delle malattie.

ACIDI URICI

Le ciliege sono raccomandate contro l'acido urico. Secondo il dottor Weiss, dopo averne mangiato 750 gr. non si dovrebbe trovar più acido urico nelle urine. I peduncoli sono molto diuretici: da 30-50 grammi bolliti per 15 minuti in 1 litro d'acqua.

Le cipolle mangiate crude (5-6 al giorno) favorendo fortemente l'urinazione, scacciano l'acido urico. Anche i fiori di fava (infuso), il melo, il pomodoro e in generale tutti i diuretici servono contro l'acido urico.

ARTERIO-SCLEROSI

È mezzo efficacissimo contro questa malattia il succo di limone (150-200 gr. al giorno) preso con un po' di acqua, oppure il succo di 2-3 limoni al giorno per 10 giorni, alternati con altrettanti di riposo (Pende). Anche il biancospino presta preziosi servizi. La fumaria è pure ottimo ipotensore (succo 150 gr.) d'infuso di 40-60 gr. in 1 litro d'acqua. Anche il vischio si adopera con buon effetto. Il decotto di coda cavallina ha pure azione speciale sull'acido urico, che elimina, rendendo le urine rosse.

TOSSE

TOSSE NERVOSA: Infuso di 10 gr. di foglie di arancio amaro in 1 litro di acqua. Giova anche l'infuso di 40-60 gr. di foglie e fiori di borrana in 1 litro di acqua. E pure consigliabile il thè di 3-4 gr. di basilico in una tazza di acqua.

TOSSE OSTINATA: Si fa il decotto di uva dolce, secca. Si può fare anche decotto di 10 gr. di radice di enula in 1 quarto di acqua, da prendersi a cucchiaini più volte al giorno. Anche l'infuso di 6 gr. di erba cornacchia in una tazza di acqua è indicatissimo contro qualsiasi forma di tosse e nella raucedine. Da preferirsi l'erba fresca.

TOSSE RIBELLE: L'infuso di borrana come sopra. II: Emulsione di semi di nocciolo. III: Infuso di edera terrestre: 20-30 gr. in 1 litro di acqua. IV: erba cornacchia, come sopra.

TOSSE SECCA: I: borrana, come sopra. II: nocciolo, come sopra. III: decotto di foglie fresche di patata con l'aggiunta d'un po' di miele: 20 gr. in 1 litro di acqua. IV: the di tiglio. V: infuso di marrobio, 15-30 gr. in 1 litro di acqua bollente, lasciata per 20 minuti. Due-tre tazze al

the di tiglio. V: infuso di marrobio, 15-30 gr. in 1 litro di acqua bollente, lasciata per 20 minuti. Due-tre tazze al giorno (anche per l'asma e catarri).

MIELE

Aggiunto a qualsiasi thè, giova contro i catarri, ingorghi e ulcere interne. Per ulcere esterne si usa impastare metà miele e metà farina bianca (meglio di segala) formando una specie di unguento. Per mali di gola si bolle un cucchiaino di miele in un quarto di acqua, e si avrà un ottimo gargarizzante (KNEIPP).

CRUSCA

Il decotto è indicatissimo alle persone deboli, convalescenti, ai vecchi e ai bambini. Si cuoce per tre quarti d'ora; indi si filtra, vi si aggiunge al liquido un po' di miele e si cuoce ancora per un quarto d'ora. Si beve due volte al giorno (un quarto).

UNGUENTO DELLA SALUTE

Prendi le seguenti erbe, in miscela o separatamente: iperico, foglie di millefoglio, calendola, piantaggine, verga d'oro, arnica, alchimilla, erba fragolina, crespino, barba di becco (trangopogon pratense). Le erbe si cuociono con d'oro, arnica, alchimilla, erba fragolina, crespino, barba di becco (trangopogon pratense). Le erbe si cuociono con becco (trangopogon pratense). Le erbe si cuociono con grasso di maiale per 3-4 ore; la massa si sprema attraverso una pezza; e serve per le piaghe, ferite, ulcere, tumori, distorsioni, scottature, ecc.

FARINA DI OSSI

Si prepara con gli ossi di un animale sano e macellato di fresco. Può essere nera se si mettono gli ossi sulla braglia finché sono carbonizzati e quindi polverizzati.

Si usa un cucchiaino di questa polvere che si mette nell'acqua o nei cibi, e si somministra ai convalescenti bisognosi di rinforzare l'organismo, ai bambini malaticci, deboli, rachitici.

La polvere bianca si ottiene bruciando gli ossi sopra il fuoco, finché assumono l'aspetto di calce, polverizzandola. Questa si dà a coloro che hanno debolezza di stomaco e a quelli che sono deboli di ossa (KNEIPP).

POLVERE DI CARBONE

Si ottiene dalla legna non troppo stagionata e preferibilmente che sia di tiglio. Se ne prende giornalmente un cucchiaino in una tazza di latte zuccherato. Favorisce la digestione; ed è indicato per i tiscici e per le malattie di fegato.

CAUSA DELLE MALATTIE

Quasi tutte le malattie provengono dal cattivo funzionamento degli organi della secrezione, quali sono: i reni, la vescica, gli intestini. Quindi le malattie di occhi, di denti, di orecchi, di testa, di gola, di polmoni, di seno, di stomaco, le malattie della pelle, il reumatismo, l'artrite, le piaghe, le ferite interne, i tumori, non sono altro che effetti di una cattiva o ridotta azione degli organi secretori. Qui sta la causa prima di tutti i disturbi locali del nostro piccolo mondo, qual è il nostro corpo. Si curino questi organi malati, e noi ritorniamo sani. Con quali mezzi? La medicina naturale prescrive i seguenti:

MEZZI DI CURA:

Per uso esterno giovano assai i bagni caldi di foglie di ginepro, di pino, di piceo, di abete, di tuia, di radici di imperatoria e di ortiche. Sono pure indicati i bagni degli Stabilimenti balneari e le rinomate Pezze Bertelli di Milano.

Per uso interno, si usano i decotti di quelle erbe che eccitano e puliscono i reni e la vescica, promovendo fortemente l'orinazione, quali, ad esempio: le bacche di ginepro, le ortiche, la salvia, i rizomi di gramigna, la coda cavallina, rebbio, l'alchimilla, gli stimmi del granoturco, il camedrio alpino, il sedano, le cipolle, la bonaga, ecc.

Molto indicati sono gli impacchi caldi sui reni, sulla vescica e sullo stomaco, di quelle erbe che servono a corroborare detti organi. Tali sono: le cipolle, l'aglio, l'imperatoria, la maggiorana, la menta, il timo, la ruta, la lavandola, le quali si applicano asciutte, per la durata di otto-quindici giorni. E cosa meravigliosa osservare la cessazione delle malattie di occhi, di orecchi, di denti, di raffreddori con questi impacchi, senza adoperare altri rimedi. Il fumo, dice il Künzle, si osserva nelle orecchie, nei denti, nella bocca, negli occhi, ma il fuoco giace nei reni.

NERVOSO

Causa, effetti, rimedi

Il nervoso è la malattia predominante del nostro tempo. È difficile trovare un individuo che, attraversato da contrarietà più o meno reali, sappia mantenersi calmo, e non trasmodi in escandescenze, in odii e vendette, da cagionare gravi guai, fino a peggiorare la propria salute, già scarsa, e rendersi ridicolo ai benpensanti e normali. Da dove proviene questa epidemica nervosità? La prima causa va ricercata generalmente nella famiglia: genitori nervosi, figli nervosi; genitori viziosi, figli viziosi. Bevono di spesso, specialmente le mamme, caffè forte, e ne danno anche ai loro bambini, con lo specioso pretesto che, facendo altrimenti, piangono. Vanno d'ordinario a dormire troppo tardi, alle dieci, alle undici, alle dodici, e permettono fare altrettanto ai loro figliuoli, con grave scapito della salute. Per non contrariare il loro cattivo gusto, favoriscono o permettono mode, capricci, allenamenti e sport inconsulti, cinematografi immorali, letture sconce, relazioni indegne.

Altra causa di nervosismo viene data dalle scuole, non già dai maestri e professori, che faranno certo il loro dovere, ma dalle materie delle quali sono sovraccarichi i

discepoli. Che se questo si avvera nelle scuole elementari, il nervoso cresce sempre più nelle scuole medie e superiori, dove ogni professore, terminata la sua lezione, è libero, mentre lo studente deve impiegare certe volte le ore della notte per imparare le lezioni date da tutti i professori, e nessuno pensa alla sua salute, finché non cada ammalato. E qui intendo parlare di studenti bene intenzionati e laboriosi, perché se il nervoso e deperimento avviene da tutt'altra causa che lo studio, come non di rado avviene, allora a questi miseri si può applicare il detto: chi è causa del suo mal, pianga se stesso.

Altre cause di nervosismo troviamo nelle condizioni stesse della vita di questo ventesimo secolo: i divertimenti troppo prolungati e di notte, le musiche clamorose, la radio, il cinematografo, le macchine, l'auto, il motore assordante: tutto questo apparato moderno, insomma, sconcerta fatalmente il sistema nervoso!

Come curare, dunque, questa nervosità morbosa? Prima cura per i nervosi sia quella di seguire l'ordine di natura stabilito da Dio perfino alle bestie, cioè: il giorno lavorare; di notte riposare, e non viceversa, se non in casi accidentali. Evitare cibi e carni troppo pesanti, e servirsi a preferenza di frutta e di legumi. Adoperare poco sale, niente pepe, niente acquavite, e poco vino.

Chi è sano e regolato, si faccia un dovere di consolare e distrarre questi poveri sofferenti e compatirli. Far moto all'aria aperto, specialmente nei boschi silenziosi, e a capo scoperto.

Se tu che mi leggi fossi talmente sovraeccitato dal nervoso, da non poter nemmeno dormire, va' in alta montagna, associati magari con un pastore, mangia, bevi e dormi con lui, senza più preoccuparti di leggere o di scrivere, prendi lui in tutto il suo metodo di vita come esemplare, e riacquisterai la tua primiera sanità.

Ma il buon Dio ha dato anche a questi poveri ammalati di nervoso alcune erbe speciali, per curare i loro malori; e queste sono: le cariofillate, le alchimille, le mente, le malve e le veroniche. Bevete spesso il thè di queste preziose pianticelle: vi faranno bene; e per conciliare il sonno, procuratevi guanciali di felce o di foglie di nocciolo.

Insomma, vivete sani, contenti e felici: questo l'augurio del vostro Erborista!

LA FRUTTA NELLA TERAPIA

L'uso delle frutta nella medicina fu adoperato fino dai tempi più remoti per le sostanze minerali e le molte vitamine che esse contengono. Ne riporterò qui alcune delle più importanti, seguendo le indicazioni degli scrittori più recenti che trattano questa materia.

Arancio

Citrus aurantium, L

Dell'arancio si usano le foglie, i fiori e i frutti non maturi come medicina, e anche la scorza dei frutti maturi. Le foglie e i fiori si usano in infusione (20-40 gr. in 200 di acqua) come antispasmodici, antinevralgici (Corea), nell'isterismo, nella gastralgia, nell'insonnia e nelle coliche intestinali. I frutti non maturi e la scorza dei maturi si usano come amari nelle difficili digestioni, dovute a inerzia della mucosa intestinale o a meteorismo, e nella convalescenza di gravi malattie. Dose: i frutti non maturi in ragione di 20-30 gr. in 200 di spirito di vino. Se ne beve un bicchierino o due al giorno diluito con un po' d'acqua. La scorza intera macerata nel vino o in infuso nell'acqua. Dose come sopra, cioè: dai 20 ai 30 grammi.

Limone

Citrus limonium, L

La scorza del limone torrefatta e ridotta in polvere serve contro le febbri intermittenti. Dose: 30 gr. in 1 quarto di litro d'acqua bollente. Le limonate si danno ai febbricitanti che hanno ritenzione di orina; al succo è più consigliabile aggiungere il miele in luogo dello zucchero, perché il miele contiene l'essenza di molte piante aromatiche raccolte dall'industriosa ape. Questo succo giova assai nell'uricemia, nella gotta, nella trombosi, ed essendo mol-

to ricco di vitamine ha azione antiseptica, diuretica, antiscorbutica, astringente. Tra le altre virtù, il succo di limone contribuisce all'eleganza del viso, giacché la sua applicazione contribuisce all'eleganza del viso, giacché la sua applicazione fa scomparire le macchie gialle e talvolta guarisce anche l'acne che lo deturpa.

Mandorlo

Amigdal communis, L.

Il frutto di mandorle dolce torrefatto, polverizzato e bollito nell'acqua, dà una specie di caffè assai nutritivo, non eccitante, per soggetti a temperamento nervoso e sanguigni. Questa polvere mescolata con il latte, brodo, minestra, riesce utilissima ai bambini, ai convalescenti e alle persone deboli e delicate. Il suo olio si adopera in piccole dosi come lenitivo e lassativo; in dosi maggiori nelle costipazioni viscerali ostinate.

Melo

(POMO)

Pira mala, L.

La mela per la sua composizione chimica (clorofilla resinosa, zucchero, gomma, acido malico, tannico) è molto indicata agli uricemici, ai sofferenti di renella, calcoli, gotta, artrite e reumatismo. Contenendo anche fosforo contribuisce a rendere lucida la mente. La mela cruda, dopo l'arancia e il limone, è il miglior disinfettante della bocca e della gola.

Melo cotogno

Cydonia vulgaris, Pers.

La polpa di questo frutto è medicinale per l'acido tannico, acido malico e zucchero che contiene. Per essere astringente si usa con buon effetto il decotto, tagliando i frutti in piccoli pezzi. Giova nella diarrea, dissenteria cronica, nell'emottisi, nei disturbi di digestione e nella metrorragia. Il decotto dei semi presta un efficace collirio in tutte le infiammazioni degli occhi. La sua gelatina è utile nell'acidità di stomaco. I semi bolliti nell'acqua sono emollienti, e si usano con vantaggio nelle screpolature delle mani, delle mammelle, nella risipola, nelle emorroidi infiammate, e nell'eczema delle mani.

Nespolo

Mescola germanica, L

Del nespolo sono medicinali le foglie e i frutti. Le foglie sono astringenti e stomachiche. Si fa il decotto per gargarismi nelle infiammazioni della bocca e della gola. I frutti, oltre essere saporiti e rinfrescanti, sono pure diuretici. Se non sono maturi, servono contro le emorragie interne. I semi sono velenosi per l'acido prussico e cianidrico che contengono; quindi non mangiabili.

Pero

Pyrus 'communise, L

Il pero è leggermente lassativo e calmante il calore interno. I frutti cotti con zucchero si consigliano ai convalescenti, perché nutritivi e di facile digestione. Contengono tracce di ferro, di iodio e di fosforo che sono sostanze _ facilmente assimilabili. Sono pure pettorali e si preparano decotti o sciroppi contro la tosse e per facilitare l'espettorazione.

Pesco

Amigdala persica, L.

Il pesco, ben maturo, è nutritivo, rinfrescante, diuretico e lassativo. Quindi indicato nei calori estivi, nei temperamenti sanguigni e per tutti i sani e ammalati. Mangiarne però con moderazione, perché l'abuso porterebbe a debolezza di stomaco e a gonfiore di stomaco.

Pomodoro

Solanum lycopersicum, L.

Il pomodoro è salutare, nutritivo e conviene specialmente ai temperamenti biliosi e sofferenti d'emorroidi. È pure diuretico e lassativo, favorendo così l'eliminazione dell'acido urico dall'intestino e dai reni. Contro le emorroidi si prendono parti uguali di pomodoro e grasso di maiale; si cuoce ad agnino, finché sia evaporata l'acqua; indi si aggiunge una seconda volta altrettanto di pomodoro fresco, cuocendo come prima; si filtra e si conserva per uso locale.

Prugne o Susine

Prunus domestica, L.

Le prugne sono lassative e si usano cotte in acqua zuccherata o con il vino. Per renderle più efficaci, come lassative, si può aggiungervi un po' di senna o di manna. I semi sono vermifughi e calmanti. Le foglie sono diuretiche e febbrifughe, un po' lassative ed efficaci contro i vermi intestinali. Si prescrive il decotto di 25-30 gr. in 1 litro d'acqua o di latte.

Vite

Vitis vinifera, L.

Anche l'uva è molto medicinale, usata già dai medici fin dall'antichità. È emolliente, lassativa, nutriente, pettorale; quindi consigliata nell'idropisia, negli ingorghi di fegato e di milza, nella gastrite e nell'enterite.

Mangiata in quantità rilevante, la mattina a digiuno, vince le forti costipazioni di ventre, specialmente quando s'inghiottiscono le bucce ben masticate. Nella stanchezza di mente o dei muscoli per troppo lavoro intellettuale o 237 manuale, come pure nell'anemia, nelle alte pressioni sanguigne, nell'uricemia, nella gotta, nell'indurimento delle arterie, l'uva presta ottimi servizi. La polpa dell'uva, unita a olio rosato, dà un unguento efficace contro i foruncoli maligni. Le vinacce, tolte dal torchio e ancora in fermentazione, servono per infangature totali o parziali contro l'artrite e la sciatica.

Rimedi vegetali
contro le malattie delle bestie

Contro l'asma e respiro affannoso si prende una manata di radici d'imperatoria ben pestata, vi si uniscono 4 manate di sale e si dà a bere di quando in quando una pozione alla bestia ammalata. Si può somministrare anche una manata di menta peperita con un pugno di anice pestata insieme al foraggio con lo stesso buon effetto.

Contro la gonfiezza, specialmente per avere nella primavera ingerito la prima erba, si unisce insieme finocchio, anice, comino, il tutto pestato finemente; si bollisce per cinque minuti e si dà questo beverone in due tre volte. Questo preparato produce subito ventosità, e la bestia è liberata. Si può usare anche questa formula: in un litro di latte si immettono dieci coste d'aglio tagliuzzate, un cucchiaio di comino pestato, un cucchiaio di pepe. La pozione che risulta deve essere bevuta calda.

Contro la diarrea si prescrive l'alchimilla secca, agisce benevolmente e subito.

Contro i forti calori delle vitelle si fa un decotto con la barba di becco (*Tragopogon pratense*), e se lo somministra insieme con l'acqua nella quale fu cotta.

Per mali generali, non sapendo giustamente dove risiede la malattia, si dà a diverse riprese una bevanda nella quale siano state cotte bacche di ginepro, menta e comino. Dopo questa bevanda si danno a mangiare ortiche secche, che le bestie divorano volentieri.

Contro gonfiezze e tumori chiusi, senza uscita di materia, si applicano le foglie di felce maschio, o le radici tagliuzzate.

Nei tumori aperti si bolliscono i fiori di fieno, e vi si applicano gli impacchi.

Nelle infiammazioni degli occhi, della bocca e della gola, prendi una manata di geranio roberziano (*Cicuta rossa*); tagliuzzata finemente e applicata alla parte malata. Per la bocca si introduce una tazza del decotto.

Nel cosiddetto «Mal rossino» dei maiali prendi una buona quantità di muschio verde o umido; legalo sul corpo e specialmente sulle orecchie della povera bestia, ed il male cesserà. Puoi dare anche un bicchiere di olio di perforata (*iperico*) o di ricino, che ottiene lo stesso effetto.

Per l'afta epizootica si danno a bere più volte al giorno alle bestie infette da 1 a 2 litri di decotto di timo o di maggiorana, e con il medesimo decotto si lavano le unghie. Per lo stesso scopo si dà 3 volte il dì un cucchiaio di radici d'imperatoria tagliuzzata con un po' di sale comune: con altrettante radici cotte nell'acqua si lavano le unghie. In tutti e due i casi è necessario praticare più volte al giorno delle frizioni forti ai reni con delle cipolle crude schiacciate, perché proprio nei reni risiede ordinariamente il principio della malattia.

Quale purgante per le bestie si usi questa formula: per cavalli e muli si danno 35 gr. di aloè sciolto nell'acqua, aggiungendovi un po' di sapone; per i buoi e vacche 45 gr.; per pecore, capre, maiali 15 grammi.

Per tutte le infiammazioni: lavacri e applicazioni di acqua di piombo.

Per crampi di stomaco e nella colica ventosa si propi-

nano i fiori di camomilla cotti nell'acqua. Si dà il beverone ogni tre ore. Per cavalli, muli, buoi 50 gr.; per pecore, capre maiali 10 gr.; per cani 5 grammi.

Nell'orina sanguigna e in altri mali della vescica, come pure nella stitichezza si dà il vetriolo (verderame) con un po' di genziana e bacche di ginepro. Per cavalli, muli, buoi e vacche 10 grammi; per pecore e maiali 1 gr. Nei raffreddori e sudore soppresso alle bestie grosse si dà il thè di sambuco nel quantitativo di 30 grammi.

Nella mancanza di appetito e nella difficile digestione, come pure nei crampi e nella colica si dà una pozione di bacche di ginepro con sale comune ed un po' di assenzio.

Per la digestione ha grande virtù la radice di genziana. Viene somministrata sminuzzata con il foraggio. Per cavalli, muli, buoi 25 gr.; per pecore, capre, maiali 10 grammi

Questa piccola farmacia i contadini e i proprietari di bestiame devono averla sempre pronta.

OPERE CONSULTATE

- BALDINI T.A.: Il mondo vegetale, Ulrico Hoepli, Milano, 1897
- DE CRESCENZI PIETRO: Trattato dell'Agricoltura, Bologna, Istituto delle scienze, 1784.
- DE SILVESTRI: Le erbe dei prati italiani.
- DOTT. PROF. A. MASOTTI, La farmacia galenica, Bologna, 1927
- DOTT. PROF. A. MASOTTI, La farmacia galenica, Bologna 1928
- DOTTORESSA JENNJ SPRINGER: La medichessa in casa, 2 volumi, M. O. Groch, Moscheni, Trieste 1916.
- Farmacopea Ufficiale del Regno d'Italia, Quarta edizione, Roma, Tipografia delle Mantellate, 1920.
- FIDI ALBERTO: Erbe e piante medicinali, Armando Gorlini, Milano, 1930.
- Fiori e piante medicinali, Pinerolo, Tipografia sociale editrice, 1926.
- FIORI PROF. A.: Iconografia Florae Italicae, Sancasciano Val di Pesa, Fratelli Stianti, 1921.
- FRATELLI DOTT. CARLO ED AGOSTINO PERINI: Flora dell'Italia Settentrionale rappresentata colla Fisiotipia, Tipografia Perini, Trento.
- INVERNI DOTT. CARLO: Estratti fluidi nella terapia coi vegetali, Milano, Istituto Editoriale Cisalpino, 1924.
- MATRICOLI P.A.: Discorsi su Dioscoride: Venetia, 1544.
- NEGRI DOTT. G.: Erbario figurato, Ulrico Hoepli, Milano, 1923.
- PEDROTTI COMM. DOTT. GIOVANNI E BERTOLDI V.: Nomi dialettali delle piante indigene del Trentino e della Ladinia dolomitica, Tip. Ed. G.B. Monauni, Trento, 1930.
- PENZIG O.: Flora delle Alpi illustrata, Ulrico Hoepli, Milano, 1902.
- PROF. GIORGIO A. RICHTER: Materia medica, versione di Domenico Gola, volumi 4, Milano, Ditta Angelo Bonfanti, 1833.
- SIMONI DOTT. GIORGIO: Così diverrete vecchi, Marburg s. D., Stiria, 1833.
- DOTT. C.B. INVERNI: Piante Medicinali e loro estratti, Bologna, Licinio Cappelli, Editore, 1933.
- DOTT. ALESSANDRO DE MORI: Piante officinali nostrane ed esotiche, S. Lattes & Editori - Torino, 1932.
- PROF. DOTT. G. ANTONELLI: Le piante che ridanno la salute, Federico Pustet, Editore Pontificio, Roma, 1936-XIV
- G. DALLA FIOR: La nostra flora, Tip. Ed. Monauni, Trento, 1926.

PROF. C. CRAVERI: Coltivazione industriale delle piante aromatiche da Essenza e Medicinali, U. Hoepli, Milano, 1914.

DOTT. PIETRO FAVERI: Il medico di se stesso, Edizioni «A. Barion», Sesto s. Giovanni (Milano), 1936.

DOTT. E. STRASBURGER: Trattato di Botanica, versione del Dott. Carlo Avetta, Milano, Soc. Ed. Libreria, 1904.

BARTOLOMEO GARBARINO: L'Erbario, Casa Editrice Sonzogno, Milano.

CHRISTIANSEN ALB.: Taschenbuch einheimischer Pflanzen, Verlag J. F. Schreiber, Munchen, 1916.

DOTT. HANS RICHTER: Unserer Heilpflanzen, Verlag St. Iosef Bruderschaft, Klagenfurt, 1920.

KNEIPP SEBAST.: -Pflanzen - Atlas zu Wasser - Kur, Verlag Ios. Giisel, Kempen, 1894.

KUNZELE Jos.: Chrut and Uchrut, F. Unterberger, Feldkirch, Vorarlberg, 1927.

KUNZELE Ios.: Bliitenlese, I Teil, F. Unterberger, Feldkirch, Vorarlberg, 1927; - II Teil, Idem, 1928.

KONZELE Jos.: Krauter - Atlas, Verlag Otto Walter, Often, Schweiz, 1930.

LOSCH: Unsere heilpflanzen in Wort and Bild, Verlag J.F. Schreiber, Esslingen.

ULSAMER Ios. ALF.: Gottesseggen in der Pflanzenwelt, Klagenfurt. St. Ios. Bruderschaft, 1913.

WEBER I.C.: Die Alpenpflanzen, Verlag von Christian Kaiser, Munchen, 1847.

PH. EBERHARDT: Les Plantes medicinales et leurs proprietès, Paul Lechevalier, Paris, 1927.

DOTT. H. LECLERC: Précis de Christothèrapie, Manon e & Editeurs Libraires de l'Académie de Medicine, 120 Boulevard Saint-Germain, Paris, 1935.

DOTT. LUIGI MEILLE: La Fitoterapia del medico pratico; Guide sanitarie italiane, Torino, Corso Vittorio Emanuele, 11-26.

FRANCESCO BORSETTA (Botanico): 200 Ricette pratiche per curarsi con le erbe; Vigevano, Tipografia Ferraguti - Modena 646 - 1941-XIX.

Parla il DOTTOR AMAL... su piante medicinali; Casa Editrice Sonzogno, Milano, Via Pasquirolo, 14.

PROF. ARTURO NANIZZI: Le piante medicinali del Senese, Siena 1938-XVI.

«MEDICAMENTA»: Guida teorico pratica per Sanitari. Cooperativa Farmaceutica, Milano, 1914.

INDICI

INDICE ALFABETICO DELLE FIGURE

AGLIO ORSINO (Tav. 2 - N. 12)
AGLIO SERPENTINO (Tav. 1 - N. 2)
ALCHIMILLA (Tav. 4 - N. 31)
ALCHIMILLA ALPINA (Tav. 4 - 'K. 32)
ANGELICA (Tav. 1 - N. 3)
ANTENNARIA (Tav. 6 - N. 49)
ARNICA (Tav. 1 - N. 5)
ARO (Tav. 1 - N. 6)
ASSENZIO (Tav. 12 - N. 86)
BETONICA (Tav. 2 - N. 14)
BETULLA (Tav. 3 - N. 17)
BIONDELLA (Tav. 10 - N. 77)
BONAGA (Tav. 6 - N. 41)
BORSAPASTORE (Tav. 6 - N. 44)
BUON ENRICO (Tav. 8 - N. 59)
CALENDOLA (Tav. 9 - N. 64)
CAMEDRIO ALPINO (Tav. 10 - N. 73)
CAMPANELLINE (Tav. 10 - N. 71)
CARDO SANTO (Tav. 2 - N. 13)
CARIOFILLATA (Tav. 9 - N. 67) —
CARIOFILLATA DI MONTE (Tav. 9 N. 66)
CENTINODIA (Tav. 10 - N. 74)
CICLAMINO (Tav. 3 - N. 21)
CICUTA ROSSA (Tav. 10 - N. 75)
CINQUEFOGLIO (Tav. 5 - N. 33)
CODA CAVALLINA (Tav. 6 - N. 48)
COLCHICO (Tav. 6 - N. 43)
COMINO TEDESCO (Tav. 7 - N. 53)
CONSOLIDA MAGGIORE (Tav. 11 - N. 82)
DENTE DI LEONE (Tav. 7 - N. 55)
EBBIO (Tav. 1 - N. 7)
EDERA (Tav. 3 - N. 23)
EDERA TERRESTRE (Tav. 5 - N. 38)
ERBA FRAGOLINA (Tav. 9 - N. 65)
ERICA MINORE (Tav. 4 - N. 28)
ERIOFORO (Tav. 12 - N. 90)
EUFRASIA (Tav. 1 - N. 8)
FARFARO (Tav. 6 - N. 45)
FELCE MASCHIO (Tav. 4 - N. 29)
GALLIO GIALLO (Tav. 7 - N. 54)
GENZIANA (Tav. 4 - N. 27)
GINEPRO (Tav. 11 - N. 80)
GRAMIGNA (Tav. 9 - N. 69) —
GRESPINO DEI CAMPI (Tav. 1 - N. 1)
IMPERATORIA (Tav. 8 - N. 58)
IPERICO (Tav. 6 - N. 46)
LAMIO ALBO (Tav. 10 - N. 76)

LICHENE ISLANDICO (Tav. 6 - N. 47)
LICOPODIO (Tav. 2 - N. 11)
MALVA COMUNE (Tav. 8 - N. 57)
MENTA PEPERITA (Tav. 8 - N. 63)
MILLEFOGLIO (Tav. 9 - N. 68)
MORINE (Tav. 12 - N. 85)
MOTELLINA (Tav. 8 - N. 60)
MUSCO ARBOREO (Tav. 3 - N. 22)
OLMARIA (Tav. 12 - N. 87)
ORTICA MASCHIO (Tav. 3 - N. 19)
ORTICA PUNGENTISSIMA (Tav. 3 - N. 20) PELOSETTA (Tav. 5- N. 39)
PELOSETTA (Tav. 5- N. 39)
PIANTAGGINE (Tav. 12 - N. 84)
PIANTAGGINE ALPINA (Tav. 11 - N. 83)
PINO COMUNE (Tav. 4 - N. 30)
PODAGRARIA (Tav. 5 - N. 36)
POLIGALA AMARA (Tav. 7 - N. 52)
POLIPODIO (Tav. 4 - N. 26)
POLMONARIA (Tav. 7 - N. 56)
POTENTILLA ANSERINA (Tav. 1 - N. 4)
POTENTILLA AUREA (Tav. 5 - N. 34)
PREZZEMOLO (Tav. 8 - N. 62)
PRIMOLA (Tav. 9 - N. 70)
PRUGNOLO (Tav. 10 - N. 72)
QUERCIA (Tav. 3 - N. 25)
RANUNCOLO DI PALUDE (Tav. 5 - N. 40)
RUTA (Tav. 5 - N. 35)
SALVASTRELLA (Tav. 12 - N. 88)
SEMPREVIVO (Tav. 6 - N. 42)
STELLINA ODOROSA (Tav. 11 - N. 81)
TASSO BARBASSO (Tav. 7 - N. 51)
THE SVIZZERO (Tav. 3 - N. 24)
TIMO SERPILLO (Tav. 11 - N. 78)
TORMENTILLA (Tav. 3 - N. 18)
TRAGOSELINO (Tav. 2 - N. 15)
TRAGOSELINO BECCHINO (Tav. 2 - N. 16) UVA ORSINA (Tav. 2 - N. 10)
UVA ORSINA (Tav. 2 - N. 10)
VALERIANA (Tav. 2 - N. 9)
VERBASCO (Tav. 7 - N. 50)
VERGA D'ORO (Tav. 5 - N. 37)
VILUCCHIO BIANCO (Tav. 12 - N. 89)
VIOLA MAMMOLA (Tav. 11 - N. 79)
VIORNA VITALBA (Tav. 8 - N. 61)

INDICE ALFABETICO DELLE MALATTIE E
CORRISPONDENTE CURE

- ALBUMINURIA: Borsapastore, Betulla, Ginestrella.
ANEMIA: Canapa acquatica, Romice.
ANGINA: Aconito, Agrimonia, Basilico, Biancospino, Cicuta rossa, Lantana, Orzo, Salvia.
ANTISPASMODICI: Camomilla, Enula, Erba amara, Lavandola, Menta, Millefoglio, Peonia, Pulsatilla, Timo serpillio.
APERITIVI: Biller, Calendola, Capelvenere, Dente di leone, Erba radioli, Origano, Pugnitopo, Stellina odorosa.
ARTERIOSCLEROSI: Fumaria, Prezzemolo, Vischio.
ARTICOLAZIONI (dolori alle): Aglio serpentino, Potentilla anserina, Ranuncolo di palude.
ARTRITE: Abete bianco, Aglio, Aglio serpentino, Agrifoglio, Betonica, Brionia, Consolida maggiore, Fiore di fieno, Ginepro, Primola, Pulsatilla, Saponaria, Tanaceto.
ASCESSI: Abete rosso, Arnica Biondella, Camomilla, Coda cavallina, Erba fragolina, Faggio, Fiori di fieno, Genziana, Pulsatilla, Quercia, Solatro, Tiglio.
ASMA: Abete bianco, Actea, Belladonna, Eucalipto, Farfaraccio, Ginepro, Issopo, Malva Marrobio, Nepetella, Rosolida, Stramonio.
ASTRINGENTI: Aro, Bistorta, Borsapastore, Brunella, Buglossa, Camedrio alpino, Campanelle, Cariofillata, Cicuta rossa, Consolida maggiore, Crespino, Erba peperina, Erica, Eucalipto, Melograno, Millefoglio, Mirtillo, Noce, Prugnolo, Rabarbaro alpino.
ATONIA: Achillee, Lavandola, Menta, Mirtillo, Orzo, Rosmarino, Tragoselino.
ATROFIA: Orchidee.
BAGNI: Abete bianco, Abete rosso, Fiori di fieno, Gallio giallo, Noce, Salvia, Timo serpillio.
BILE: Consolida regale, Epiteo, Fragola, Romice.
BRONCHI: Enula, Epiteo, Eucalipto, Lichene islandico, Papavero dei campi, Pino, Poligala, Rosolida.
CALCOLI (biliari, vescicali): Coreggiola, Licopodio, Potentilla anserina, Polipodio, Prezzemolo, Ribes nero, Tanaceto, Uva ursina, Verga d'oro.
CALLI: Algio, Aro, Cipolla, Epatica, Semprevivo, Sigillo di Salomone, Solatro.
CALMANTI: Cipolle, Consolida maggiore, Malva, Menta, Ruta.
CANCRO: Calendola, Celidonia, Faggio.
CAPELLI: Bardana, Lantana, Ortica, Pinguicola, Pioppo nero.
CAPOGIRO: Barbaforte, Ginepro, Lavandola, Tiglio.
CARIE OSSEA: Coda cavallina.
CATARRO: Angelica, Barbaforte, Betonica, Biondella, Bistorta, Calamo aromatico, Cardo santo, Cariofillata, Consolida maggiore, Epatica, Eucalipto, Ginestrella, Imperatoria, Iperico, Lantana, Salvia, Sambuco, Tasso barbasso, Thè svizzero.
CISTITE: Abete rosso, Bonaga, Granoturco.
COLICA: Comino dei prati, Coreggiola, Fieno greco, Imperatoria, Issopo, Lino, Malva, Menta, Santoreggia.
CONGESTIONE: Aconito, Barbaforte, Brionia, Iperico, Millefoglio, Lavandola.
CONTUSIONI: Alchimilla, Alloro, Semprevivo, Sigillo di Salomone.
COSTIPAZIONI: Acetosella, Avena, Beccabugna, Camedrio, Dente di leone, Lino, Malvone, Tiglio.

CRAMPI: Barbaforte, Camomilla, Comino dei prati, Issopo, Lup-
polo, Malvone, Melissa, Menta, Nepetella, Potentilla anserina,
Rosmarino, Rosolida, Sambuco, Tanaceto, Tiglio, Timo serpil-
lo, Valeriana.

CUORE (male, debolezza di): Aconito, Biancospino, Calamo aro-
matico, Camedrio alpino, Digitale, Graziola, Melissa, Mughet-
to, Oleandro, Olmario, Salvia.

DEBOLEZZA (generale): Canapa acquatica, Lichene islandico,
Menta, Noce, Orchidee, Quercia, Romice.

DEPURATIVI: Aglio orsino, Angelica, Arcangelica, Barbaforte,
Borrana, Cicoria selvatica, Dente di leone, Dulcamara, Eufra-
sia, Fumaria, Gramigna, Lamio albo, Motellina, Nasturzio,
Ortica, Orzo, Prugnolo, Romice, Rovo di monte, Sambuco,
Saponaria, Viola del pensiero.

DIABETE: Faggio, Mirtillo, Potentilla aurea.

DIARREA: Alchimilla, Altea, Assenzio, Bistorta, Borsapastore, Ci-
cuta rossa, Cinquefoglio, Consolida maggiore, Coreggiola, Cor-
niolo, Erioforo, Fieno greco, Potentilla anserina, Quercia, Ro-
sa di macchia, Rosolida, Salvastrella.

DIGESTIONE (disturbi, debolezza di): Achillee, Angelica, Anice,
Cinquefoglio, Consolida maggiore, Coreggiola, Cor- niolo, Erioforo, Fieno
greco, Potentilla anserina, Quercia, Ro- sa di macchia, -Rosolida,
Salvastrella. DIGESTIONE (disturbi, debolezza di):
Achillee, Angelica, Anice,

DIARREA: Alchimilla, Altea, Assenzio, Bistorta, Borsapastore, Ci- cuta rossa,
Cinquefoglio, Consolida maggiore, Coreggiola, Cor- niolo, Erioforo, Fieno
greco, Potentilla anserina, Quercia, Ro- sa di macchia, -Rosolida,
Salvastrella.

DIGESTIONE (disturbi, debolezza di): Achillee, Angelica, Anice,
Assenzio, Barbaforte, Basilico, Calamo aromatico, Canapa ac-
quatica, Camedrio, Cariofillata, Comino dei prati, Enula, Euca-
lipto, Genipi, Genziana, Ginepro, Imperatoria, Lavandola,
Luppolo, Poligala, Rabarbaro alpino, Rosa di macchia, Rosma-
rino, Salvia, Stellina odorosa, Thè svizzero, Tiglio.

DISCRASSIA (sangue grosso): Ginestrella, Motellina, Piantaggine,
Prezzemolo.

DISSENTERIA: Altea, Castagno, Cinquefoglio, Consolida maggio-
re, Coreggiola, Corniolo, Iperico, Lamio albo, Orchidee, Pru-
gnolo, Quercia, Tiglio, Tormentilla.

DISTURBI AL BASSO VENTRE: Angelica, Arnica, Assenzio, BilIeri, Cariofillacea,
Dente di leone, Gramigna, Lamio albo, Lari-
ce, Melissa, Millefoglio, Potentilla anserina, Primola, Ma-
dreselva.

DIURETICI (che provocano l'orina): Alchimilla, Abete bianco,
Altea, Barbaforte, Betulla, Borrana, Brionia, Erica minore.

EMICRANIA: Ginepro, Melissa, Imperatoria, Origano, Primola,
Pulsatilla, Valeriana.

EMOLLIENTI: Altea, Borrana, Cipolla, Erba radioli, Erba vetturi-
na, Farfaraccio, Lino, Mercorella, Polmonaria, Tasso barbas-
so, Tiglio, Viola mammola.

EMORRAGIA: Agarico bianco, Cinquefoglio, Borsapastore, Coda
cavallina, Quercia, Tiglio.

EMORROIDI: Alloro, Arnica, Avena, Bardana, Cicutu rossa, Fran-
gola, Linaiola, Millefoglio, Piantaggine, Pioppo nero, Quercia,
Romice, Tasso barbasso.

ENFIAGIONI: Agrifoglio, Grespino dei campi, Pioppo nero,
Quercia, Scrofularia.

ENTERITI: Altea, Calamo aromatico, Mirtillo, Pioppo nero, Prez-
zemolo, Scalcerella.

EPILESSIA: Amarella, Belladonna, Ruta, Stramonio, Valeriana,
Vischio.

ERPETE: Bardana, Betulla, Biondella, Calendola, Pioppo nero,

Romice.

ESPETTORANTI: Angelica, Anice, Antennaria, Altea, Cipolla, Capelvenere, Farfaro, Farfaraccio, Saponaria, Tragoselino, Viola mammola.

ETISIA: Abete bianco, Abete rosso, Agarico bianco, Graziola, Malva, Marrobio, Orchidee, Piantaggine, Romice, Salvia, Stella alpina, Trifoglio fibrino.

EVACUAZIONI: Betonica, Malva, Sambuco, Spino cervino.

FARINGITE: Agrimonia, Caprifoglio, Pervinca, Quercia.

FEBBRI: Acetosella, Agrifoglio, Arnica, Biondella, Borsapastore, Calamo aromatico, Camomilla, Corniolo, Eucalipto, Frangola, Mirtillo rosso, Musco arboreo, Ontano, Pelosetta, Pulsatilla, Ribes nero, Rosmarino, Tanaceto, Tiglio, Trifoglio fibrino, Valeriana, Vincetossico.

FEGATO (malattie di): Agrimonia, Arnica, Carlina, Frangola, Frassino comune, Luppolo Salcerella, Marrobio, Origano, Potentilla, Prezzemolo, Verbena.

FERITE: Abete bianco, Arnica, Bardana, Chenopodio, Cicuta rossa, Coclearia, Consolida regale, Coreggiola, Erba fragolina, Genziana, Iperico, Piantaggine, Pinguicola, Quercia, Tasso barbasso.

FLEMONI: Aglio serpentino, Rabarbaro alpino, Cipolla.

FLUSSI SANGUIGNI: Alchimilla, Cariofillata, Gallio giallo, Lamio albo, Millefoglio, Salcerella, Tormentilla, Uva orsina, Vischio.

FORUNCOLI: Camomilla, Edera, Fieno greco.

GARGARISMI: Brunella, Carpino, Erba fragolina, Issopo, Quercia, Tormentilla, Salvia.

GASTRICISMO: Alloro, Amarella, Angelica, Bistorta, Erba amara.

GELONI: Bardana, Castagno d'India, Quercia, Tasso barbasso.

GLANDOLE: Cicoria selvatica, Brionia, Consolida maggiore, Ginepro, Malva, Quercia.

GONFIEZZA (al basso ventre): Betulla, Camomilla, Comino dei prati, Fieno greco, Ginepro, Pioppo nero, Tiglio.

GOTTA: Aconito, Aglio serpentino, Arnica, Bonaga, Celidonia, Colchico, Madreselva, Luppolo, Pino, Saponaria.

GOZZO: Actea, Campanelline, Edera terrestre, Felce maschio.

IDROPISIA: Amica, Asparago, Avena, Barbaforte, Billeri, Brionia, Celidonia, Ebbio, Frassino comune, Ginepro, Imperatoria, Madreselva, Malva, Nepetella, Prezzemolo, Quercia, Rabarbaro alpino, Ribes nero, Sambuco, Trifoglio fibrino, Vincetossico.

INFIAMMAZIONI: Altea, Bistorta, Bonaga, Brunella, Caprifoglio, Cardo santo, Erba cornacchia, Lino, Madreselva, Malva, Olmaria, Orchidee, Pervinca, Pioppo nero, Rabarbaro alpino, Ricino, Rovo di macchia, Sambuco, Verga d'oro.

INSONNIA: Biancospino, Camomilla, Giusquiamo, Luppolo, Menta, Nepetella, Papavero, Passiflora, Verga d'oro.

INTESTINI (disturbi di): Arnica, Coda cavallina, Dente di leone, Malva, Nocciolo, Piantaggine, Pinguicola, Origano, Salvastrella, Viola del pensiero.

ISTERIA: Assenzio, Angelica, Camomilla, Giusquiamo, Melissa, Ruta, Stramonio.

ITTERIZIA: Borsapastore, Crespino, Eufrasia, Fumaria, Imperatoria, Luppolo, Madreselva, Nasturzio, Nepetella, Polipodio, Rabarbaro alpino, Romice.

LENTIGGINI: Barbaforte, Betulla, Tiglio, Trifoglio fibrino.

MAL DI BOCCA: Brunella, Caprifoglio, Carpino, Coclearia, Erba fragolina, Faggio, Iperico, Lampone, Larice, Pervinca, Scolopendrio.

MAL DI CUORE: Vedi cuore.

MAL DI DENTI: Barbaforte, Bistorta, Carlina, Comino dei prati, Faggio, Ginepro, Giusquiamo, Larice, Melissa, Origano, Potentilla anserina, Quercia, Scolopendrio, Tragoselino, Verga d'oro.

MAL DI GOLA: Agrimonia, Altea, Bonaga, Brunella, Carpino, Edera terrestre, Erba cornacchia, Erba fragolina, Lamio albo, Lampone, Larice, Origano, Pratolina, Scolopendrio, Tragoselino, Trifoglio fibrino, Viola mammola.

MAL DI OCCHI: Agave americana, Alchimiilla, Belladonna, Camomilla, Cicoria selvatica, Consolida regale, Comino dei prati, Erba vetturina, Issopo, Lampone, Malvone, Potentilla anserina, Pulsatilla, Rosa di macchia.

MAL DI ORECCHI: Aglio serpentino, Basilico, Borsapastore, Camomilla, Eufrasia, Lamio albo, Malvone, Melissa, Origano, Ruta, Tiglio.

MAL DI PIEDI: Arnica, Fieno greco, Ginepro, Lino, Quercia.

MAL DI TESTA: Alchimilla, Anice, Comino dei prati, Betonica, Finocchio, Iperico, Lavandola, Motellina, Pinguicola {per parassiti}, Primola, Pioppo nero.

MALATTIE CONTAGIOSE (contro le): Angelica, Arnica, Cardo santo, Carlina, Ginepro, Rosmarino, Tormentilla, Valeriana.

MALATTIE DELLA PELLE: Abete bianco, Actea, Aglio, Aglio orsino, Bardana, Beccabunga, Billeri, Biondella, Buglossa, Calendola, Carlina, Chenopodio, Evonimo, Frangola, Fumaria, Gittaione, Licopodio, Mirtillo, Nasturzio, Noce, Olmo, Pulsatilla, Rabarbaro alpino, Saponaria, Semprevivo, Thè svizzero, Vincetossico, Viola del pensiero.

MALATTIE DI PETTO: Antennaria, Aro, Camedrio, Lamio albo, Malva, Ortica, Pratolina, Primola, Stella alpina, Thè svizzero.

MALATTIE MULIEBRI: Borsapastore, Lamio albo, Lavandola, Melissa, Menta, Millefoglio, Origano, Patata, Pervinca, Pinguicola, Prezzemolo, Potentilla anserina, Quercia, Rovo di macchia, Salcerella, Tormentilla, Uva orsina, Vischio.

MALATTIE SESSUALI: Abete bianco, Bosso, Pino, Larice, Saponaria.

MATRICE (dolori della): Calendola, Consolida maggiore, Erba vetturina, Lavandola, Marrobio, Melissa, Origano, Valeriana.

MELANCONIA: Graziola, Iperico, Lavandola, Luppolo, Timo serpillio.

MESTRUAZIONI: Assenzio, Calendola, Capelvenere, Ciclamino, Coreggiola, Graziola, Iperico, Lampone, Lavandola, Marrobio, Millefoglio, Rosolida, Rovo di macchia, Ruta, Salvastrella, Sedano di monte, Trifoglio fibrino, Vincetossico.

MILZA (malattie della): Agrimonia, Arnica, Carlina, Coreggiola, Frangola, Lavandola, Marrobio, Romice, Saponaria, Verbena.

NASO (sangue da): Borsapastore, Consolida maggiore, Gallio giallo, Ortica, Quercia.

NERVI (debolezza, malattie di): Abete rosso, Arnica, Betonica, Cariofillata, Genziana, Luppolo, Melissa, Passiflora, Pioppo nero, Primola, Ruta, Tanaceto, Tiglio, Valeriana, Vischio.

NEVRALGIE: Aconito, Belladonna, Madreselva, Passiflora, Pulsatilla, Stramonio, Verbena.

OBESITÀ: Asparago, Fragola, Romice.

OSSA (debolezza di): Noce, Quercia, Salice.

PARALISI: Aglio, Basilico, Alloro, Arnica, Melissa, Primola.

PELLE, PETTO: vedi Malattie.

PATERECCHI: vedi Calli.

PIAGHE: Acetosella, Antennaria, Arnica, Aro, Chenopodio, Consolida regale, Edera, Larice, Salcerella, Tasso barbasso, Tormentilla, Verga d'oro.

PIETRA (mal della): Carlina, Coreggiola, Edera, Edera .terrestre, Ginepro, Ginestrella, Lino, Quercia, Tanaceto, Tiglio, Verga d'oro.

PODAGRA: Borsapastore, Fragola, Imperatoria, Podagria.

POLMONI (malattie dei): Edera terrestre, Lamio albo, Origano, Piantaggine, Poligala, Polmonaria, Romice, Stella alpina.

PORRI: vedi Paterecci.

PURGANTI: Actea, Agarico bianco, Betonica, Bosso, Brionia, Canapa acquatica, Edera, Epiteimo, Erba peperina, Erba vescicaria, Evonimo, Frangola, Frassino comune, Gittaione, Graziosa, Morine, Spino cervino, Tiglio, Vilucchio bianco, Vincetossico.

PUNTURE: Grespino dei campi, Piantaggine.

RAUCEDINE: Erba cornacchia, Motellina, Origano, Piantaggine, Polipodio, Polmonaria, Quercia, Sambuco, Tasso barbasso, Thè svizzero, Verga d'oro.

RAFFREDDORI: Achillee, Cipolla, Fiori di fieno (Nefrite), Ginepro, Issopo, Motellina, Primola, Sambuco.

RENI (mal di): Agrimonia, Cicoria selvatica, Coreggiola, Ebbio, Iperico, Verbena, Verga d'oro, Viola del pensiero.

REUMATISMO: Abete bianco, Abete rosso, Aconito, Aglio, Aglio serpentino, Agrifoglio, Alloro, Aro, Borrana, Brionia, Camomilla, Colchico, Frassino comune, Issopo, Licopodio, Lino, Morine, Olmaria (dolori articolari), Ortica, Pino, Pulsatilla, Ribes nero, Saponaria, Solatro.

RICOSTITUENTI: Angelica, Avena, Biondella, Cardo santo, Crespino, Coda cavallina, Dente di leone, Ginepro, Lichene islandico, Malva, Menta, Millefoglio, Nasturzio, Tragoselino.

RINFRESCANTI: Agave americana, Ribes rosso, Rosa di macchia.

RISOLUTIVI: Erba vetturina, Fumaria, Lino, Origano, Romice, Sambuco.

ROGNA: Brionia, Oleandro, Ranuncolo di palude, Tanaceto, Veratro.

ROSOLIA: Bardana, Fiori di fieno, Motellina, Pulsatilla.

SCIATICA: Acconito, Lappio, Ontano, Vescicatori, Verbena.

SCORBUTO: Abete bianco, Basilico, Beccabugna, Coclearia, Crespino, Lampone.

SCOTTATURE: Bardana, Gallio giallo, Grespino dei campi, Iperico, Olio d'olivo, Patata.

SCROFOLE: Borsapastore, Brionia, Calendola, Fiori di fieno, Lamio albo, Lavandola, Noce, Quercia, Scrofularia, Trifoglio fibrino.

SPUTO DI SANGUE: Cinquefoglio, Edera terrestre, Epatica, Pottentilla anserina, Quercia, Thè svizzero.

STITICHEZZA: Barbabietola, Fragola, Frangola, Polipodio.

STIMOLANTI: Lavandola, Melissa, Motellina, Pervinca.

STOMACHICI: Achillee, Alloro, Angelica, Biondella, Calendola, Camomilla, Erba fragolina, Finocchio, Genipì, Issopo, Melissa, Poligala, Tiglio.

SUDORIFERI: Abete bianco, Alloro, Amarella, Antennaria, Bardana, Borrana, Bosso, Calendola, Camomilla, Caprifoglio, Dulcamara, Fumaria, Ginepro, Polmonaria, Primola, Pulsatilla, Quercia, Ribes nero, Sambuco, Sedano di monte, Tasso barbasso, Tiglio, Timo serpillio, Tragoselino, Vilucchio bianco, Vincetossico.

TAGLI: Ciclamino, Cicuta rossa, Consolida maggiore, Erba vetturina, Piantaggine, Pinguicola.

TONICI: Biondella, Camomilla, Cariofillata, Erica, Fumaria, Genipi, Genziana, Issopo, Lavandola, Lichene islandico, Marrobio, Melissa, Menta, Millefoglio, Mirtillo, Prugnolo, Stellina odorosa, Thè svizzero.

TONSILLI: Fieno greco.

TOSSE: Altea, Anice, Basilico, Belladonna, Borrana, Carota, Casta-

gno, Consolida regale, Edera terrestre, Farfaraccio, Fiordaliso, Giusquiamo, Imperatoria, Malva, Marrobio, Origano, Papavero, Patata, Piantaggine, Poligala, Polipodio, Pratolina, Primola, Rosalida, Salvia, Tasso barbasso, Thè svizzero, Veratro, la, Rosalida, Salvia, Tasso barbasso, Thè svizzero, Veratro, Viola mammola.

TUMORI: Acetosella, Aaglio, Agrifoglio, Agrimonia, Bardana, Bor-sapastore, Brionia, Carlina, Coda cavallina, Edera, Erba di S. Barbara, Fiori di fieno, Larice, Malva, Millefoglio, Piantaggine, Salvia.

ULCERI: Acetosella, Agrimonia, Bardana, Betonica, Cavolo, Cicuta rossa, Calendola, Consolida maggiore, Edera, Farfaraccio, Fieno greco, Larice, Nocciolo, Piantaggine, Salice bianco, Semprevivo, Tasso barbasso, Veratro.

URICEMIA: Avena, Coda cavallina, Fragola, Granoturco, Limone, Melo.

VARICI (vene varicose): Agrimonia, Cavolo, Edera, Millefoglio, Nocciolo.

VENTRICOLO (disturbi, mal di): Abete bianco, Biondella, Calendola, Carlina, Ciclamino, Coclearia, Eufrasia, Ginepro, Lavandola, Rosmarino, Quercia.

VERDURE PRIMAVERILI: Bardana, Beccabunga, Betonica, Bor-sapastore, Dente di leone, Edera terrestre, Millefoglio, Nasturzio, Ortica, Salvastrella.

VERMIFUGHI: Aaglio, Antennaria, Aro, Assenzio, Betulla, Carlina, Ciclamino, Felce maschio, Frangola, Genziana, . Graziola, Melagrano, Rosa di macchia, Santoreggia, Santolina, Tanacetone, Tormentilla, Zucca.

VERTIGINI: Biancospino, Comino dei prati, Santoreggia.

VESCICA (dolori, infiammazioni della): Barbabietola, Consolida regale, Fiori di fieno, Ginepro, Piantaggine, Pulsatilla, Tannacetone, Verga d'oro.

VESCICATORI: Anemone dei boschi, Epatica, Lappio, Ranuncolo di palude, Viorna (Vitalba).

VOMITIVI: Agarico bianco, Brionia, Campanelline, Evonimo, Peonia, Pulsatilla.