

Seznam sbíraných léčivých bylin (rok 2022)

- bez černý - květ, plod
- bříza bělokorá - list
- citronová kůra - oplodí
- divizna velkokvětá - květ
- dobromysl obecná - nať
- fazolové lusky- lusk bez semen
- heřmánek lékařský - květ
- hloh obecný - list, květ, list s květem
- hluchavka bílá - květ, nať s květem
- hluchavka nachová, žlutá – květ
- chrpa polní - květ
- jeřáb obecný - plod
- jestřabina lékařská - nať
- jetel luční červený - květ
- jitrocel kopinatý - list
- jmelí bílé (bez kuliček) - nať
- kontryhel obecný - nať
- kopřiva dvoudomá - nať
- krvavec toten -kořen
- kuklík městský- kořen
- levandule lékařská - květ (drhnutá)
- lípa malo a velkolistá - květ
- maceška trojbarevná - nať
- maliník obecný- list
- máta peprná- nať



- **mateřídouška obecná**- nat'
- **meduňka lékařská** - nat'
- **měsíček lékařský** - květ+kalich
- **mochna husí** – nat'
- **ostružiník křovitý**- list
- **pampeliška lékařská** - list
- **pivoňka lékařská** - květ
- **pomerančová kůra** - oplodí
- **proskurník lékařský** - kořen neloupaný
- **prvosenka jarní** - květ
- **přeslička rolní** - nat'
- **rdesno ptačí (truskavec)** - nat'
- **růže stolistá květ** – květ-okvětní lístky-barevné
- **růže šípková (šípky)**- plod
- **řebříček obecný** - nat'
- **řepík lékařský** - nat'
- **sedmikráska chudobka** - květ
- **slunečnice** - květ-okvětní lístky
- **šalvěj lékařská** - nat'
- **topolovká růžová**- květ
- **trnka obecná**- květ
- **třezalka tečkovaná**- nat'
- **tymián obecný**- nat'
- **vratič obecný**- květ
- **vrbovka malokvětá**- nat'
- **vřes obecný**- nat'+ květ
- **zlatobýl**- nat'



Zásady sběru, sušení a skladování bylin

Sběr

- Zásadou správného sběru je důkladné seznámení se s léčivou rostlinou, kterou chceme sbírat.
- Nesbíráme více druhů najednou, kvůli možné záměně.
- Nesbíráme léčivé rostliny za deště nebo bezprostředně po dešti.
- Léčivé rostliny nesbíráme do igelitových sáčků - zapařením dochází k jejich znehodnocení.
- Léčivé rostliny nesbíráme nahnilé, plesnivé, barevně zbarvené a napadené.
- Přeprava léčivých rostlin je nejvhodnější ve vzdušných tkaninách.
- Plochy, ze kterých léčivé rostliny sbíráme, nesmí být 36 měsíců před sběrem chemicky ošetřeny přípravky, které jsou zakázány.
- Nesbíráme v těsné blízkosti oblastí, kde může docházet ke znečištění sbíraných léčivých rostlin např. v blízkosti silnic, dálnic, továren apod.
- Sběr nesmí být na újmu ekologické stability v místě sběru, proto vždy ponecháme na místě několik jedinců z důvodu zachování druhu.
- Vedeme evidenci o množství sklizených léčivých rostlin.
- Doba sběru - kořeny a kůry na podzim a na jaře, natě v době květu, jiné před rozkvetem, aby při sušení nedozrávaly (celík zlatobýl nebo vrbovka).
- Kořeny volně rostoucích trvalek sbíráme ve druhém až třetím roce.
- Cibulky po odkvětu rostliny, hlízy během květu ráno nebo večer.
- Listy během celé vegetační doby.
- Kůru loupeme na jaře z mladších jedinců.
- Květy před začátkem rozkvetu.
- Plody po dozrání, nebo je necháme dozrát na suchém místě.

Sušení

- Optimální teplota při sušení je 30-40°C při použití umělého tepla, přirozené teplo lze regulovat zvýšeným prouděním vzduchu.
- Léčivé rostliny sušíme ve stínu, v tenké vrstvě, nejlépe na čistých papírech pokud možno ne na zemi.
- Vhodné jsou síťové stojany, sušení na šňůře, ve věchtech, kyticích a svazcích.
- Během sušení léčivé rostliny obracíme.
- Dokonalé usušení kontrolujeme umístěním 50g drogy do igelitového sáčku, který pevně uzavřeme, když se do 5 hodin neobjeví zápar - je léčivá rostlina usušená.
- Při sušení počítáme s úbytkem hmotnosti = tzv. sesychacím poměrem - u kůr a kořenů - 3:1 až 4:1, u listů a natí 5:1 až 6:1, u květů 7:1 až 8:1, u plodů až 10:1 (u šípků 2:1).

Skladování

- Skladujeme je v suchu, ve tmě a v chladu.
- Dlouhodobé skladování v plátěných pytlích nedoporučujeme kvůli vlhkosti - papírové krabice mohou být jen z tvrdého papíru.
- Používáme papírové nebo jutové pytle, popř. žoky nebo kontejnery.
- Hygroskopické léčivé rostliny skladujeme ve vlhkovzdorných plastových obalech.
- V jednom obalu neskladujeme více druhů léčivých rostlin.