

Sinonimi: Pulmonaria Gallorum Gueldenst. — Pulmonaria maculosa Hayne — Pulmonaria obscura Dum. — Pulmonaria tuberosa Vel.

Narodni nazivi: lisac — lišac — medunika — plućnik — pljučnica — trava od guje — turski svati — velik danak — zajčeki — žigeričnjak.

{rokbox title=|Plućnjak| }images/stories/ljekovitobilje/118-plucnjak.jpg{/rokbox}

Opis biljke: trajna je biljka koja ima prizemne listove s dugom peteljkom, dok su listovi na stabljici sjedeći i manji. Listovi su jajastog oblika, zašiljeni i po obodu čitavi. Gornja strana listova je tamnozeleno boje išarana svijetlozelenim bjelkastim pjegama, dok je donja strana svijetlozelena. Cvjetovi se razvijaju na vrhu, do 30 cm visoke stabljike, slično jaglacu, te su u početku crvenkaste, a kasnije ljubičaste boje. Čitava je biljka gusto pokrivena oštrim dlakama.

{rokbox title=|Plućnjak| }images/stories/ljekovitobilje/118-plucnjak2.jpg{/rokbox}

Miris i okus: biljka je gotovo bez mirisa, a okusa je zeljasta, malo trpka i sluzava.

Vrijeme cvatnje: od ožujka do kraja svibnja, već prema položaju.

Stanište: plućnjak je udomaćen gotovo u čitavoj srednjoj Evropi, uglavnom u svijetlim listopadnim šumama, a pojedinačno se javlja i u crnogoričnim šumama te daje prednost vlažnim i dubokim zemljištima, često se u velikom mnoštvu pojavljuje na krčevinama, među grmljem ili uz rubove šuma.

Ljekoviti dijelovi biljke: sabire se biljka u cvatu bez korijena, odnosno, samo listovi (Herba ili Folia Pulmonariae).

Ljekovite i djelotvorne tvari: ljekovito djelovanje na oboljele plućne organe svodi se na znatniji sadržaj slobodne i vezane kremečine kiseline, kao i na soli kalcija, na kalij, aluminij, smolu, smolne kiseline, malo masnog ulja i tanina. Sluzavih tvari postoji vrlo malo. Listovi su najbogatiji kreimičnom kiselinom, dok korijen ima vrlo mali sadržaj kremečine kiseline pa se kod sabiranja može zanemariti.

Ljekovito djelovanje: u službenoj je upotrebi cvatuća biljka (Herba Pulmonariae maculosae). Za žaljenje je da se toj ljekovitoj biljci ne priznaje više toliko značenje kao ranije, kada je vrijedila kao izvanredna pomoć kod svih plućnih oboljenja.

Plućnjak se s uspjehom primjenjuje naročito kod svih katara dišnih putova, kod kašlja s manje ili više izbacivanja sluzi, kod gripoznih pojava pa čak i kod krvavog kašlja, upale pluća, kroničnog bronhitisa i plućne tuberkuloze. Trajnija upotreba čaja od plućnjaka, pomiješanog s trpućem (br. 108) i poljskom preslicom (br. 55), donijela je poboljšanje čak i kod napredujuće tuberkuloze pluća.

Primjena u pučkoj medicini: osim već navedenih oblika liječenja, pučka medicina primjenjuje plućnjak kod promuklosti i upale grla. Čaj od plućnjaka treba piti i kod krvave mokraće.

Osušeni plućnjak smrvi se u prah, te se 1 jedaća žlica praha pomiješa u čaši mlakog mlijeka.

Ovo je piće za one koji imaju slaba pluća ili koji boluju na plućima, a uzima se 2 do 3 puta dnevno.

Čajna mješavina za bolesti pluća i bronha:

200 g osušenog plućnjaka  
200 g listova trpuca (br. 108)  
100 g listova koprive (br. 150)  
100 g poljske preslice (br. 55).

Od te se mješavine uzme vrhom puna čajna žlica za 1 šalicu, a priprema se odmah ujutro količina od 3 šalice u obliku čajnog oparka; nakon što se čaj ocijedi i ohladi da se može topao piti, dodaju se 3 čajne žlice meda. Taj ljekoviti čaj pije se tokom dana u gutljajima.

Primjena u liječenju životinja: pastiri su ranije marljivo sabirali plućnjak, sušili ga, fino ga smrvili, dodali mu nešto soli i miješali u piće kod kašlja i teškog disanja krava, konja i ovaca. Iz bijelog pepela sagorjelog plućnjaka pravili bi lužinu koja im je služila za ispiranje rana i čireva kod domaćih životinja.

Nešto iz povijesti i pučkog vjerovanja: kod antičkih botaničara i liječnika plućnjak nije bio imenovan. Pod imenom "pulmonaria" smatran je u najstarijim bilinarskim knjigama plućni lišaj - *Lobaria pulmonaria* (L.) - Hoffm. kojega je pučka medicina upotrebljavala za liječenje plućnih bolesti. Iako taj lišaj nema nikakve ljekovitosti, vjerojatno ga je narod upotrebljavao za liječenje zbog oblika i građe tog lišaja koji raste po drveću i panjevima, na sjenovitim položajima, a razvija dosta veliku smeđu steljku mješuraste građe poput građe pluća. Pa i stara je nauka o signaturi dala svijetlim mrljama listu plućnjaka sličnost plućnim krilima radi čega je i upotreba te biljke bila prikladna protiv plućnih bolesti.

Napomena: varijacije plućnjaka, uvjetovane staništem, kao npr. biljke s jasno-bijelim mrljama i grubim dlakama na listu, odnosno, biljke bez mrlje i s mekanim dlakama na listu, imaju istu ljekovitost.



Ovdje može biti Vaša reklama