

Marij Ivan Zidarič, 6.b

Netresk stisnemo v čajno žličko, pogrejemo (temperaturo preverimo s prstom) in še topel sok nakapljamo v boleče uho.

Za uho z obližem nalepimo strok česna in pustimo čez noč. Zbudimo se brez vsakršnih bolečin.

Sesekljajte eno čebulo, zavijte jo v krpo in položite za boleče uho.

Pripovedoval Ciril Pirih, rojen l. 1940.

Tadeja Pugelj, 6.a



Uporabljali so rastlino Ušesnik.

List ušesnika so iztisnili na žličko.

Recept:

Iz lističa rastline ušesnik na čajno žličko iztisnemo sok, ga segrejemo na temperaturo 36°-37°C in nakapamo v boleče uho. Toplo segreto krpo položimo na uho in jo tam držimo dokler se ta ne ohladi.

Recept je pripovedovala 40-letna Klara Pugelj rojena leta 1972, po lastnih izkušnjah.



RANE, OPEKLINE TER SUHA KOŽA

Alja Boštjančič, 6.b

Uporaba ognjičevega mazila:

Svinjsko mast so segreli ter ji nato primešali cvetove ognjiča in zmes pustili kar čez noč.



Recept:



- ❖ Najprej segreješ pol kilograma svinjske masti (najboljše salo).
- ❖ Vroči masti primešaš tri pesti svežih cvetov ognjiča in zmes premešaš – nato hitro odstaviš z ognja in še enkrat premešaš.
- ❖ Maso pustiš stati čez noč.
- ❖ Drugo jutro mast malo segreješ, da se razpusti. Dobro premešaš.
- ❖ Nato jo na gazi precediš v manjše kozarčke ali posodice, ki jih dobro zapreš.
- ❖ Mazilo hraniš v temnih in hladnih prostorih.

Recept je pripovedovala stara mama Marija Boštjančič po izkušnjah svoje mame in tašče-Marije Iskra, rojene leta 1903 v Zabičah in Frančiške Boštjančič, rojene leta 1906 v Podgrajah.



PROTI REVMI, BOLEČINAM, OPEKLINAM, ZA HLAJENJE RAN

Alja Boštjančič, 6.b

Šentjanževo olje



Nabrane šentjanževe cvetove so dali v steklen litrski kozarec in vanj natočili olje.

Recept:

- ❖ V litrski kozarec daš dve pesti suhih ali svežih šentjanževih cvetov.
- ❖ V kozarec dotočiš še olivno olje in tri/štiri tedne daš na sonce. Medtem pogosto obračaš kozarec.



- ❖ Nato zmes precediš in olje shraniš v manjše temne stekleničke.
- ❖ Stekleničke nato hraniš na hladnem mestu.



Recept je pripovedovala stara mama po izkušnjah svoje mame in tašče- Marije Iskra, rojene leta 1903 v Zabičah in Frančiške Boštjančič, rojene leta 1906 v Podgrajah.

PROTI BOLEČINAM

Alja Boštjančič, 6.b

Izkopali so korenine hrena, jih olupili in si jih položili na boleče mesto.

Recept je pripovedovala stara mama Marija Boštjančič po izkušnjah svoje mame in tašče- Marije Iskra, rojene leta 1903 in Frančiške Boštjančič, rojene leta 1906v Podgrajah.



ZVINI

Jasmina Kotorič, 6b

Zdravili so jih z jabolčnim kisom. Recept za naravni jabolčni kis:

Oprali so sveža jabolka, nato so jih naribali z lupino. Stresli so jih v posode, premešali in jih zaprli v plastenke. Tekočina mora stati najmanj 4 tedne. Po štirih tednih so ga zalili z vodo, premešali in pustili stati še 6 tednov. Po šestih tednih moramo kis precedit v steklenico in jo dobro zapreti.



Zdravili so tudi z ledom.

Podatke sem dobila od svoje sosede Milke, ki je rojena v Zabičah leta 1928.



OPEKLINE

Za opekline in otekline so uporabljali šentjanževko v olju.



Cvete šentjanževke lahko nabiramo od sredine meseca junija do avgusta.



Priprava: V steklen kozarec damo majhno pest cvetov šentjanže in zalijemo z oljem. Kozarec damo na sonce za nekaj tednov. Vmes kozarec večkrat pretresemo. Ko olje dobi lepo rdečo barvo, ga precedimo in shranimo na suho in temno mesto.

Uporaba: Pri opeklinah olje vtiramo v rano, medtem ko pri oteklinah oteklo mesto z oljem masiramo.

Recept mi je pripovedovala stara mama Sonja, izvedela ga je od svoje mame Marije rojene 1927. leta.

Anja Drožina, 6.b



Marsikdo se včasih opeče (npr. z ognjem ali s zelo vročo tekočino). Ker se velikokrat opečejo tudi zelo majhni otroci (saj jim je npr. plamen ognja zanimiv in bi ga radi prijeli), morajo in so morali tudi nekoč, predvsem starši, poznati dobro zdravilo, ki bi hitro in učinkovito pozdravilo bolečo opeklino.

Potek zdravljenja: trpotec zmečkamo oz. zdrgnemo ob kamen, da iz njega priteče zdravilen sok. Ta list trpotca nato položimo na opeklino ter ga nekaj časa pustimo na njej. Tako zdravilni trpotec opeklino razkuži in hitreje pozdravi. *Vir: nono Marjan, rojen leta 1945, Mala Bukovica*



Ana Mari Možina, 6.a

Lan pomaga za opekline

Potrebujemo: lanena semena. Priprava:



Najprej lanena semena zdrobimo (največ 2 pesti semen), nato jih prelijemo z vodo. Ko se napnejo jih položimo na opeklino.



Pripovedovala Anita Možina rojena v Jasenu leta 1964.



KAČJI UGRIZ

Aneja Volk, 6.b

Če so bili na polju ali travniku, so položili kamen, kjer je bila rana in zgoraj rane pa ovili robček ali ruto, tako da se strup ni širil. Če so bili zraven svojega bivališča, so stekli domov, zmočili povoj in močno stisnil, da se strup ni širil. Če je bilo hujše, so odšli k zdravniku.

Pripovedovala nona Danica Volk, rojena 1952 iz Velike Bukovice.



PIK ČEBELE

Jasmina Kotorič, 6.b

Kadar jih je pičila čebela so na pik dali nož in pritisnili.

Podatke sem dobila od svoje sosede Milke, ki je rojena v Zabičah leta 1928.



VNETO GRLO

Nejc Tomšič, 6.b



Mati je naredila mešanico iz domačega kisa in vode - ta je morala biti mlačna. V mešanico je namočila krpo in dala obkladek na vrat. Potem je preko obkladka vrat zavila še s toplo krpo. Obkladek je bolnik obdržal na vratu eno do dve uri. S takimi obkladki se je lahko zdravil tudi glavobol.

Recept je pripovedovala Štefanja Tomšič roj. l. 1940 na Veliki Bukovici, po izkušnjah njene matere Marije Baša rojene l. 1909 na Sozah.

Neža Potepan, 6.b

Recept: Nabereš žajbelj, katerega skuhaš na vodi. Ko se ohladi ga večkrat na dan »grgraš«. Za bolečine v grlu, pomaga tudi če »grgraš« jabolčni kis: narediš zmes pol vode in pol kisa.

Pripovedovala moja nona Olga Borenovič, rojene 1942



Maja Škrlj, 6.b

Najbolj preprosto je boleče grlo zdraviti z zelišči.

Recepti:

1. Iz kamilic ali žajblja si lahko pripravite čaj ki ga lahko grgate ali pijete.
2. Iz žajblja si lahko naredite tudi čaj
3. Lahko si tudi naredite sirup iz smrekovih vršičkov. Zanj je potrebno imeti približno 20 gramov smrekovih vršičkov , 1 kilogram rjavega sladkorja ter liter vode. Nato zmes zavrete(10 minut) ,precedite sok in ga dajte kuhati (20 minut) in nazadnje sirup takoj zlijete v zaprt kozarec



Pripovedovala nona Silva Škrlj, rojena 1944

Marij Ivan Zidarič, 6.b

- Grgranje žajbljevega čaja.
- Nekaj kapljic propolisa damo na žličko sladkorja in počasi polizemo.
- Svež zeljni list zavijemo v kos blaga in ga prelikamo – poparimo. Obložimo vrat.
- Za grlo je dobra mešanica medu, limone in olivnega olja. Zmešamo in popijemo. Lahko pijemo vsako jutro, predvsem pozimi.
- V lonček nalijemo 2 dl mleka in dodamo 1 malo žličko suhega žajblja. Pustimo, da zavre, in pokrijemo za 5-10 min. Precedimo in dodamo žličko medu.
- Karamelno mleko: v suhi kozici zlatorumeno prepražimo 2 žlici sladkorja, ki se ne sme zažgati. Previdno zalijemo z 2 dl mleka in mešamo toliko časa, da se sladkor razpusti. Pustimo vreti dve minuti. Lahko dodamo tudi nekaj listkov suhega žajblja. Precedimo. Pomaga tudi pri izgubi glasu!
- Oljni ovitek – laneno krpo namočimo v toplo olivno olje in jo ovijemo okoli vratu. Čeznjo ovijemo še suho volneno krpo. Olje ne sme biti vroče.

Pripovedovala Elza Pirih, rojena l. 1946.

GLISTE V TREBUHU

Neža Potepan, 6.b

Recept: Brinjevo olje masiraš okoli popka in namažeš pod nos. Ješ lahko tudi česnovе stroke.

Pripovedovala moja nona Olga Borenovič, rojene 1942



Aneja Volk, 6.b

Ko so otroci imeli gliste v trebuhu, se je olupilo surov česen, ter ga dalo na sukanec in obesilo okrog vratu, imeli so ga par dni. Ta česen je smrdel glistam, tako da so zaradi smrada umrle.

Te bolezni mi je povedala nona, ki je stara 61 let, rodila se je leta 1951.22.4. Gliste v trebuhu je že zdravila mojemu očetu. To mi je povedala na Veliki Bukovici.

BOLEČINE V TREBUHU

Manuela Baša, 6.a

Za bolečine v trebuhu so skuhalo čaj iz rastline kimelj-kumina.



Recept: rastlino so posušili in otresli semena. V zavreto vodo so dali semena kimlja in še nekaj minut pustili vreti.

Recepte mi je povedala Jožefa Baša iz Jasena ki se je rodila leta 1944.

Sebastjan Derenčin, 6.a

Za bolečine v trebuhu so si ljudje pomagali s čaji: iz kamilic, kimlja, janeža... ali pa so si trebuh obložili z toplimi obkladki.

Recept: skuhati čaj (kamilice, kimelj, janež...) ali pa segreti vodo in z njo oblitati krpo.

Pripovedovala stara mama Nevenka, Ilirska Bistrica 1971

Manuela Baša, 6.a

Za bolečine v želodcu so skuhalo čaj iz rastline vrednik.

Recept: rastlino so posušili, dali vreti vodo in ko je zavrela so v njo dali rastlino in pustili vreti še nekaj minut.

Recepte mi je povedala Jožefa Baša iz Jasena ki se je rodila leta 1944.



Marko Iskra, 6.b



V mesecu juniju raste na travnikih na območju Pake vinska rutica. Eno vejico položimo v domače žganje ali skripovec in pustimo, da nekaj časa odstoji. Včasih so odrasli, ko jih je bolel želodec popili majhno količino tega domačega zdravila.

Priporočljivo: več kot eno vejico ne smemo vložiti v žganje saj je lahko smrtno nevarno!

Pripoveduje Natalija Mikuletič po izkušnjah njenega pradedka, rojenega 1909 v Zarečici.