



ЛЕК ЗА МНОГЕ ТЕГОБЕ

Као лековита сировина најчешће се користи корен, ређе листови и семе

Чичак је веома распрострањена биљка. Расте у Европи, Сибиру, на Хималајима, у Кини, Јапану, Малој Азији. Унесен је и у Северну Америку, Аргентину и Уругвај.

– Род *Arctium* обухвата пет веома блиских врста распрострањених по целој Европи и вантропској Азији, а неке су унесене у Америку. У биљном свету нашег поднебља заступљене су три врсте. Научни назив чичка *Arctium lappa* потиче од грчких речи *arktos* – медвед и *labein*, што значи дохватити, шчепати, због кукица којима се плод закачи. У народу познат је и као репушина, репух, горки лепух, коњски чичак, подланица, велики чичак... – објашњава др **Марко Љ. Несторовић**, виши кустос Природњачког музеја у Београду.

Самоникла и гајена биљка

Може се наћи и у руралним, и у урбаним – градским срединама. Расте као коров на њивама, у воћњацима, виноградима, вртovima, баштама, поред путева, по зидинама, ђубриштима, запуштеним и неуређеним местима око насеља и кућа, парлозима, шумским чистинама, на влажнијим стаништима. Такође, може се срести и као гајена биљка.

– Двогодишња је биљка вретенастог, снажаног и меснатог корена – додаје наш саговорник. – У првој години формира розету листовата, а у другој цветносно стабло. Стабљика је црвенкаста, висока до два метра, граниче вунасте, а листови крупни, разређено маљави. Цвета од јула до септембра. На врховима грана лоптасте главице, црвенољубичасте боје, сакупљене су у гроње. Листићи на цветној ложи су уски, а на врху кукасто савијени. Кукице омогућавају лако качење, што олакшава расејавање.

Чај, уље...

Као лековита сировина користи се корен, а ређе листови и семе. Корен се вади у јесен, крајем октобра и током новембра, или у рано пролеће, пре кретања вегетације. Очисти се од надземних делова и земље, опере хладном водом, исече на мање комаде и потом суши на сунцу или у сушари. Осушен се чува заштићен од влаге, светлости и штеточина до шест месеци. После тог периода губи лековита својства. Листови се сакупљају док су млади, а семе када сазри.

– Корен чичка користи се за избацивање сувишне течности из организма и снижавање нивоа шећера у крви – указује др Несторовић. – Помаже у регулацији рада јетре, у случају камена и пе-



ска у жучи и мокраћној бешици. Споља се употребљава за лечење кожных обољења, чирева, екцема, псоријазе, лишаја, осипа, рана, реуме, за регулацију лучења лојних жлезда, јачање корена косе и против перути. Чај од листовата благотворно делује приликом лечења катарa желуца и надутости, те раница у устима. Од семена се припрема тзв. чичково уље које служи за ублажавање симптома кожных болести, појаве перути и опадања косе.

Др Несторовић додаје да у традицији становника Хаваја постоји веровање да корен чичка поседује афродизијачке моћи. Он заузима важно место и у руској народној медицини – препоручује се особама које су биле изложене електромагнетном зрачењу.

С. Ж.

