

## Čuvarkuća - ljekovita svojstva i recepti



Latinski naziv za čuvarkuću je *sempervivum*, što znači "živjeti vječno" (*semper* = uvijek i *vivum* = život). U narodnoj medicini čuvarkuća se koristi zbog svojih **antiupalnih i diuretičkih svojstva**.

Čuvarkuća se koristi **u obliku soka, masti ili čaja**. Najčešće se upotrebljava za **liječenje rana, ispucale kože, čireva, hemoroida, crijevnih problema, grlobolje ili dijabetesa**.

### Priprema čaja od čuvarkuće

#### Potrebni sastojci:

- 2 dl tople vode
- 2 sitno sjeckana lista čuvarkuće

#### Priprema:

Stavite listove u lonac i prelijte ih vrućom vodom. Ostavite ih na dva sata. Čaj zatim procijedite i popijte četvrtinu šalice prije svakog obroka (tri puta dnevno).

Ovaj čaj je vrlo učinkovit ako patite od proljeva ili menstrualne boli. Također je odličan lijek za upalu uha. Ako je vaša upala u početnoj fazi, bolove možete umiriti tako da nakapate nekoliko kapi svježeg soka čuvarkuće u uho.



## **Čuvarkuća za brži metabolizam i detoksikaciju**

### **Potrebni sastojci:**

- 500 grama čuvarkuće
- 1 kg meda

Usitnite i iscijedite čuvarkuću u jednu zdjelu. Dodajte med i miješajte dok se sastojci ne sjedine. Neka smjesa odstoji 7 dana na toplom mjestu.

Uzmite jednu žlicu ujutro na prazan želudac i nemojte jesti ništa 2 sata nakon što ste konzumirali ovaj prirodni lijek.

Ova smjesa od čuvarkuće će očistiti tijelo od toksina i ubrzati metabolizam.

## **Lijek za hemoroide s čuvarkućom**

### **Potrebni sastojci:**

- 300 grama lišća čuvarkuće
- 750 grama meda
- 1 limun

Oguljeni limun stavite u vodu i dodajte žličicu soda bikarbone. Ostavite sat vremena da odstoji. Zatim operite limun i narežite ga na kriške. Lišće čuvarkuće zajedno s kriškama limuna dobro usitnite, a potom procijedite kroz gazu. U sok dodajte med i promiješajte.

Držite smjesu u hladnjaku. Uzmite 1 žličicu ujutro prije obroka. Koristite ovaj lijek mjesec i pol dana.