

Les 45 plantes medicinals més fàcils de trobar als Hostalets de Pierola i els seus usos

Gemma Solanellas Bofarull

2n de Batxillerat B

Treball tutoritzat per Mercè Caelles

Promoció 2012-2014

Herbari volum 2

Lavandula dentata L.

23

Família: Labiatae

Nom en català: Lavanda. Gal·landa.

Nom en castellà: Lavanda. Alhucema rizada.

Distribució a Espanya: Zona nord del país i llocs de muntanya.

Hàbitat, biòtop: Llocs àrids i pedregosos.

Època de floració: De gener a maig.

Parts útils: Flors.

Descripció:

Aquesta Lavandula s'assembla molt a les altres: Totes tenen flor lila, en forma d'espiga, fulles petites...

La Lavandula dentata però, presenta les fulles d'un color verd brut i dentades.

Els altres tipus de lavandules, són de l'espècie *stoechas*, *pedunculata*, *latifolia* i *angustifolia*, i no totes són medicinals. De les dues primeres, l'espècie *dentata* es distingeix d'elles per l'absència de pètals "extra" de color lila fort que aquestes presenten a la part superior de la seva flor (de diversos centímetres d'alçada). Pel que fa a l'*angustifolia*, aquesta té les flors d'un color més viu i la *latifolia* té les flors una mica més separades dins del mateix capítol. De totes maneres, per distingir la Lavandula dentata, el més efectiu és mirar les fulles.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Tranquil·litzant.

Indicacions:

- **Principals:** Nerviosisme, insomni.

Formes d'administració: Olis essencials, altres.

Observacions:

- La Lavandula angustifolia i la Lavandula latifolia són anomenades espígol verd i espígol respectivament, i també tenen propietats medicinals.

Receptes:

- **Olis essencials:** Tots els efectes.
- **Altres:**
 - **Saquets d'olor:** Tots els efectes.

Fotografies:

Imatge al camp



Detall fulla:



Detall flor:



Lonicera implexa L.

24

Família: Labiatae

Nom en català: Gavarrera. Lligabosc. Mamellera. Mare-selva. Rotaboc. Xuclamel.

Nom en castellà: Madreselva.

Distribució a Espanya: Zona central del país i part mediterrània.

Hàbitat, biòtop: Boscos.

Època de floració: D'abril a juliol.

Parts útils: Flors.

Descripció:

Liana de fulles oposades que es tornen perfoliades quan són properes a la inflorescència. Les seves flors de forta i dolça olor, són grogues, però surten de la punta d'un petit tub de color rosa amb aspecte de pètal i agrupat en grups de 10 tubs aproximadament, de manera que sembla que les seves flors siguin roses.

El fruit resultant és de color vermell i perfectament rodó.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Antitussigen, anticatarral.

Indicacions:

- **Principals:** Tos, asma, refredat, grip.

Formes d'administració: Infusió.

Observacions:

- S'ha d'anar en compte a l'hora de recol·lectar la planta ja que en aquests últims anys s'ha vist envaïda per altres espècies i ha minvat el número d'exemplars de manera molt brusca.

Fotografies:

Imatge general:



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Malva sylvestris L.

25

Família: Malvaceae

Nom en català: Malva. Vauma.

Nom en castellà: Malva silvestre.

Distribució a Espanya: Tot el país, però més freqüent en zones muntanyoses.

Hàbitat, biòtop: Camins, cementiris, terrenys rics en humus...

Època de floració: De març a octubre.

Parts útils: Flors, fulles i rel.

Descripció:

Planta de tiges altes, de 30 a 120 centímetres d'altura, fulles alternes palmípedes de color verd fosc i flors de cinc pètals de color entre blau i púrpura, que fan forma de campana.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Emolient, laxant, anticatarral.
- **Altres anomenades:** Antiforoncolós, antiasmàtic.

Indicacions:

- **Principals:** Estrenyiment, inflamacions, tos, refredat, inflamació de les mucoses.
- **Altres anomenades:** Furóncols, asma, picades d'insectes, dolor de queixal, irritació dels ulls.

Formes d'administració: Cataplasma, suc, infusió, decocció, col·liri, altres.

Receptes:

- **Cataplasma de fulles i rels:** Emolient, antitumorològic, inflamacions.
- **Suc extret de la planta:** Emolient, laxant, estrenyiment, inflamacions.
- **Infusió de flors:** Emolient, laxant, anticatarral, estrenyiment, inflamacions.
- **Infusió de fulles:** Emolient, anticatarral, inflamacions.
- **Infusió de fulles (amb repòs d'una hora i per glopejar):** Dolor de queixal.
- **Infusió de flors i fulles:** Laxant, estrenyiment.
- **Decocció de fulles i flors:** Laxant, estrenyiment.
- **Decocció de fulles i flors (inhalat):** Antiasmàtic, asma.
- **Decocció de flors i rels:** Laxant, estrenyiment.
- **Decocció de fulles:** Laxant, estrenyiment.
- **Infusió de flors (en col·liri):** Irritació dels ulls.
- **Altres:**
 - **Aplicació de fulles fresques sobre la pell:** Picades d'insectes.

Fotografies:

Imatge al camp



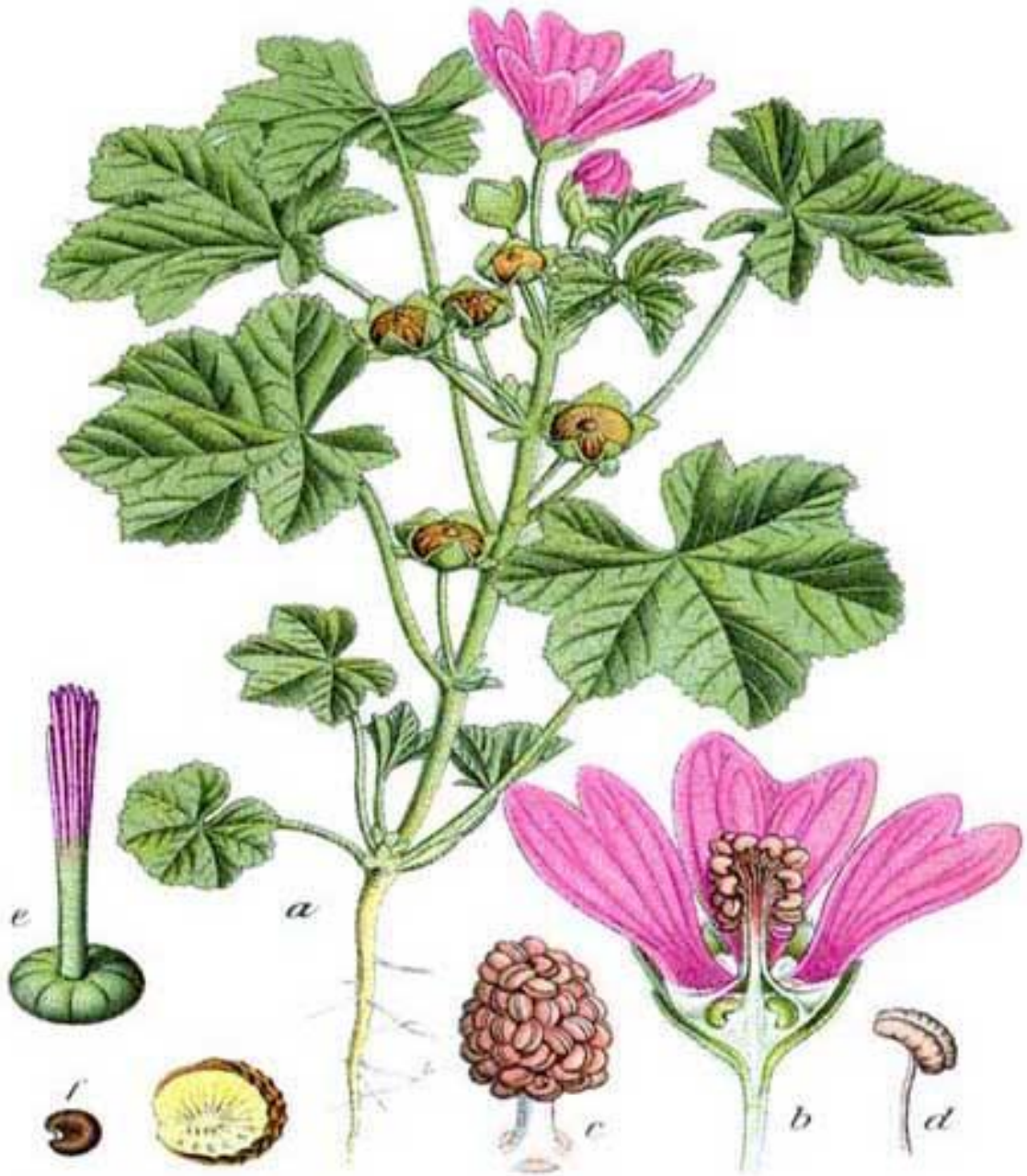
Detall fulla:



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Menta pulegium L.

26

Família: Labiatae

Nom en català: Poliol. Poliol d'aigua. Puriol.

Nom en castellà: Menta-poleo. Poleo.

Hàbitat, biòtop: Basses, torrents, fonts, camps de conreu...

Època de floració: D'abril a octubre.

Parts útils: Fulles.

Descripció:

Herba petita amb olor molt característica que es queda als dits si es prem entre ells. Té un creixement erecte sobre el terra i presenta fulles oposades, petites i ovalades.

Les flors apareixen a la part superior de la planta, una mica apartades de la resta de la planta. Aquestes són entre liles i s'agrupen en capítols esfèrics.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Carminatiu, estomacal, anticatarral, sedant, vulnerari.

Indicacions:

- **Principals:** Dispèpsia, flats, refredat, grip, dolor, ferides, picor, picades d'insectes.

Formes d'administració:

Receptes:

- **Infusió:** Carminatiu, estomacal, anticatarral, sedant, dispèpsia, flats, refredat, grip, dolor.
- **Decocció i aplicació en compresa:** Vulnerari, ferides, picor, picades d'insectes.

Fotografies:

Imatge al camp



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Morus alba L.

27

Família: Moraceae

Nom en català: Morera. Morer blanc. Morera blanca.

Nom en castellà: Morera. Moral blanco. Morera blanca.

Distribució a Espanya: Tot el país.

Hàbitat, biòtop: Introduïda.

Època de floració: Abril i maig.

Parts útils: Fulles, rels, escorça i fruits.

Descripció:

Arbre caducifoli de mida mitjana que no acostuma a sobrepassar els 12 metres d'altura. La seva copa és arrodonida i l'estructura del seu tronc és simpòdica. Les seves fulles són grans, cordiformes i dentades en general (varien la seva forma). De les seves flors blanques en surten uns fruits de color vermell fosc, que són dolços i comestibles des de gairebé l'inici de la seva maduresa.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Diürètic, astringent, digestiu, antitussigen.

Indicacions:

- **Principals:** Oligúria, diarrea, estomacal, tos.

Formes d'administració: Infusió, decocció, xarop, amanida.

Receptes:

- **Infusió de fulles:** Diürètic, oligúria
- **Decocció d'escorça:** Digestiu, estomacal
- **Xarop del fruit:** Antitussigen, tos.
- **Amanida del fruit:** Astringent, diarrea.

Fotografies:

Imatge al camp :



Detall flor:



Detall fulla i fruit:



Dibuix naturalista:



Ocimum basilicum L.

28

Família: Labiatae

Nom en català: Algàbrega. Alfabeguera. Alfalaga. Aufàbrega. Enfalga. Herba del mal prenyat.

Nom en castellà: Albahaca.

Hàbitat, biòtop: Introduïda.

Època de floració: De juny a setembre.

Parts útils: Fulles.

Descripció:

Herba de fins a 60 centímetres d'altura, de fulles oposades, enteres o una mica serrades i molt aromàtiques.

Les flors són d'un color entre blanc i rosat i presenten els estams sobresortits de la campana que aquestes formen.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Afrodisíac, antitussigen, digestiva, vulnerari.

Indicacions:

- **Principals:** Frigidesa, tos, dispèpsia, ferides, dolors musculars, alopecía, mal alè.

Formes d'administració: Infusió, oli essencial, amanida.

Observacions:

- Es desaconsella el seu ús en embarassades perquè se sospita que el seu oli pot ser un potent cancerigen.

Receptes:

- **Infusió:** Digestiu, dispèpsia, tos, antitussigen.
- **Infusió (aplicació en gargarismes):** Mal alè.
- **Infusió (aplicació externa):** Alopècia.
- **Infusió (aplicació externa en compreses):** Ferides, vulnerari.
- **Oli essencial:** Dolors musculars.
- **Amanida:** Afrodisíac, antitussigen, frigidesa, tos.

Fotografies:

Imatge general :



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Olea europaea L.

29

Família: Olea

Nom en català: Olivera. Oastre. Rabell. Ullastre.

Nom en castellà: Olivo. Acebuche.

Distribució a Espanya: Tot el país, espacialment a la zona mediterrània.

Hàbitat, biòtop: Introduïda.

Època de floració: Abril i maig.

Parts útils: Fulles, fruits i escorça de les branques.

Descripció:

Arbre de tronc dicotòmic de fins a 10 metres d'alçada. Les seves fulles són lanceolades i enteres amb pecíol curt. Per l'anvers tenen un color verd fort mentre que en el revés el color és grisenc i està recobert de tricomes.

Les flors blanques i petites creixen a les axelles de les fulles i el seu fruit és petit i rodó.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Laxant, hipotensor, febrífug, vulnerari, hidratant, cicatritzant.
- **Altres anomenades:** Contraverí que no sigui de fòsfor, proveïdor de vitamines.

Indicacions:

- **Principals:** Estrenyiment, hipertensió, febre, ferides, cremades, pell seca, llagues.
- **Altres anomenades:** Avitaminosis.

Formes d'administració: Decocció, maceració, tintura, altres, cremes, ungüents, pomades, amanida.

Receptes:

- **Altres:**
 - **Aplicació externa del seu oli:** Cicatritzant, cremades, pell seca, llagues, vulnerari, hidratant.
 - **Ingesta d'un got del seu oli i aigua a parts iguals (provoca el vòmit):**
Contraverí que no sigui de fòsfor.
 - **Ingesta del seu oli (petites quantitats):** Estrenyiment, laxant
- **Decocció d'escorça:** Febrífug, febre.
- **Decocció de fulles:** Febrífug, febre, hipertensió, hipotensor.
- **Maceració de fulles:** Febrífug, febre
- **Tintura d'escorça:** Febrífug, febre
- **Cremes:** Cicatritzant, cremades, pell seca, llagues, vulnerari, hidratant, ferides.
- **Pomades:** Cicatritzant, cremades, pell seca, llagues, vulnerari, hidratant, ferides.
- **Ungüents:** Cicatritzant, cremades, pell seca, llagues, vulnerari, hidratant, ferides.
- **Tintura de fulles:** Hipertensió, hipotensor.
- **Amanida dels fruits:** Estrenyiment, laxant, avitaminosis, proveïdor de vitamines.

Fotografies:

Imatge al camp :



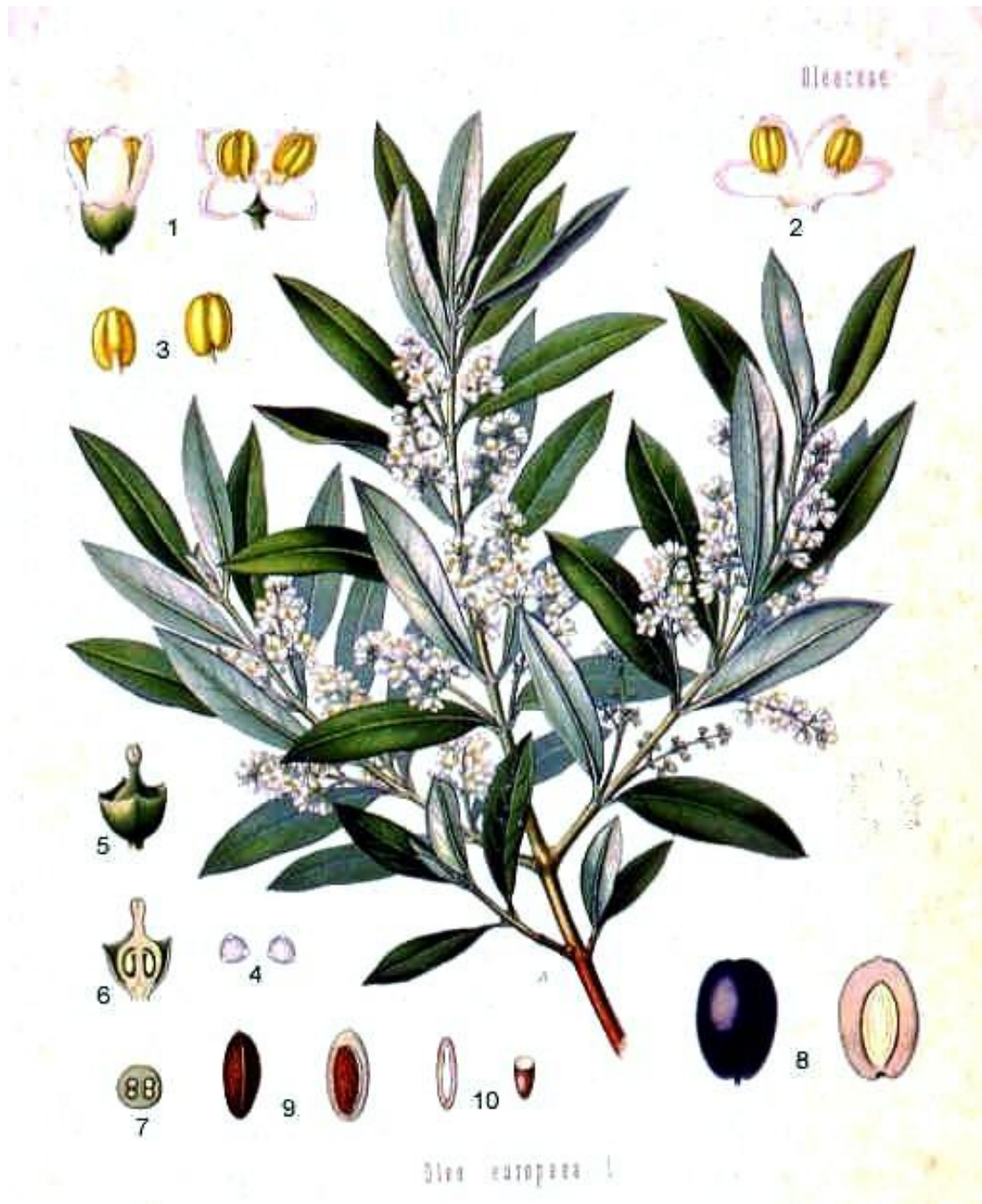
Detall flor:



Detall fulla i fruit:



Dibuix naturalista:



Origanum vulgare L.

30

Família: Labiatae

Nom en català: Oregana.

Nom en castellà: Orégano.

Distribució a Espanya: Nord del país, es fa rara cap al mediterrani i inexistent a molts llocs.

Hàbitat, biòtop: Vores dels boscos i herbassars ombrívols.

Època de floració: De juny a setembre.

Parts útils: Fulles i flors.

Descripció:

Herba perenne de 30 a 100 centímetres d'altura amb tiges ramificades a la part superior.

Les seves fulles són simples, amples i oposades i neixen de dos en dos en els nusos.

Les seves petites flors de color rosa, es troben a la part superior i desprenen una potent i agradable olor al fregar-les.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Tònic estomacal, antiespasmòdic, calmant, aperitiu.

Indicacions:

- **Principals:** Atonia estomacal, espasmes.

Observacions:

- Les seves parts (fulles i flors) funcionen com un tot (és indiferent l'efecte de les fulles al de les flors).

Formes d'administració: Infusió, decocció, vi medicinal.

Receptes:

- **Infusió:** Tots els efectes.
- **Decocció:** Tots els efectes.
- **Vi medicinal:** Aperitiu.

Fotografies:

Imatge general :



Detall flor:



Dibuix naturalista:



KONIG, ORIGANUM VULGARE L.

Papaver rhoeas L.

31

Família: Papaveraceae

Nom en català: Rosella. Babol. Cacaraquec. Caputxí. Gaigallaret. Gall. Gallaret. Gallet. Màpola. Monges. Paparota. Quicaraquic. Roella. Rovella. Vermelló.

Nom en castellà: Amapola.

Distribució a Espanya: Tot el país.

Hàbitat, biòtop: Camps cultivats, vores dels camins, espontània...

Època de floració: De març a agost.

Parts útils: Pètals.

Descripció:

Planta més freqüent de flors de color vermell escarlata, distingible de la *Papaver dubium* pels pèls rígids i erectes de la tija i pel color més carmí de les flors (la *Papaver dubium* té les flors d'un color més viu). Resulta molt difícil de detectar si ja ha perdut tots els seus pètals.

Pel que fa a les fulles, són alternes, simples i una mica partides.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Somnífer, calmant, sedant.

Indicacions:

- **Principals:** Insomni, nerviosisme, dolor.

Observacions:

- Una sobredosis és tòxica.

Formes d'administració: Xarop, infusió, decocció.

Receptes:

- **Xarop:** Calmant, nerviosisme.
- **Infusió:** Tots els efectes.
- **Decocció:** Tots els efectes.

Fotografies:

Imatge general :



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Petroselinum crispum L.

32

Família: Umbelliferae

Nom en català: Julivert. Chulivert. Givert. Jolivert. Juavert. Juevert. Julivert en rama.

Julivert ver. Junivert.

Nom en castellà: Perejil. Perejil en rama. Perexil. Prejil.

Distribució a Espanya: En tot el país.

Hàbitat, biòtop: Entre pedres i al peu dels murs com a subespontània.

Època de floració: Juny, juliol i agost.

Parts útils: Fulles i arrel.

Descripció:

Planta herbàcia molt característica per la seva olor. Les seves tiges són estirades i pot arribar fins als 75 centímetres d'alçada. Les seves fulles estan dividides en segments. Les flors són petites, d'un grog-verdós i estan agrupades en capítols desiguals.

Les seves arrels són napiformes i s'assemblen molt a la pastanaga.

Presenta una gran similitud amb la cicuta, que abunda a Catalunya.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Carminatiu, tònic estomacal, digestiu, diürètic, emmenagog, sedant, galactofuga, halitosi.

Indicacions:

- **Principals:** Irritacions oculars, dolors varis (extern), flats, dispèpsia, oligúria, sobreproducció de llet, mal alè.

Formes d'administració: Infusió, tisana, col·liri, cataplasma, suc, amanida.

Observacions:

- Per seguretat és preferible no recol·lectar julivert salvatge ja que la gran majoria de cops resulta ser cicuta, que és altament tòxica.
- El julivert s'ha de prendre en petites quantitats ja que també resulta verinosa a partir de certes dosis i pot arribar a provocar la mort.

Receptes:

- **Infusió de fulles:** Carminatiu, tònic estomacal, digestiu, flats, dispèpsia.
- **Tisana d'arrel:** Emmenagog.
- **Col·liri de les fulles (suc directe):** Irritacions oculars.
- **Cataplasma amb fulles i oli d'oliva:** Sedant, dolors.
- **Suc (cullerades):** Diürètic, oligúria.
- **Suc, aplicació externa en compresa:** Galactofuga, sobreproducció de llet.
- **Amanida de les fulles:** Halitosi, mal alè.

Fotografies:

_Imatge al camp :



Detall fulla:



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Pistacia lentiscus L.

33

Família: Anacardiaceae

Nom en català: Llentiscle. Llentrisca. Mata.

Nom en castellà: Lentisco.

Distribució a Espanya: Zona de la mediterrània.

Hàbitat, biòtop: Boscos clars, garrigues i llocs rocosos.

Època de floració: De març a maig.

Parts útils: Fulles i troncs tendres.

Descripció:

Arbust que pot arribar a fer-se un arbret de fulles bipinnades. Desprèn una forta olor a resina.

Les seves petites flors estan agrupades en capítols i són de color vermell viu. Els fruits que dona són petits i rodons i també són vermells, tot i que d'una tonalitat més tirant cap al robí.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Astringent.

Indicacions:

- **Principals:** Diarrea.

Formes d'administració: Infusió.

Observacions:

- Aquesta planta esta a punt de trobar-se en perill d'extinció.
- Grans quantitats poden produir anèmia.

Receptes:

- **Infusió de fulles i tiges tendres:** Astringent, diarrea.

Fotografies:

Imatge al camp :



Detall fulla:



Detall flor:



Detall fruit:



Dibuix naturalista:



Pistacia lentiscus L.

Plantago major

34

Família: Plantaginaceae

Nom en català: Plantatge alpi.

Nom en castellà: Llantén alpino.

Distribució a Espanya: Per tot el país, especialment en les zones de muntanyes.

Hàbitat, biòtop: Prats i llocs rics en humus.

Època de floració: De maig a setembre.

Parts útils: Fulles.

Descripció:

Herba perenne de fulles àmpliament linears amb beina. Les seves flors, sobresortides, s'agrupen en espigues terminals, cilíndriques i denses.

És fàcil de confondre amb altres tipus de plantago, ja que tots presenten unes característiques semblants. No en tots els llibres trobarem que el nom de Plantago major correspon a la mateixa planta. De totes maneres, si posa Plantago major L., el nom no es correspon a aquesta planta. La versió "oficial" d'aquesta és Plantago maritima L.

Tant el Plantago major L. com el Plantago maritima L. són medicinals.

Aspectes medicinals de la planta:

Indicacions:

- **Principals:** Afonia, veu ronca.

Formes d'administració: Decocció.

Receptes:

- **Decocció (inhalació dels vapors en bafs):** Tots els efectes.

Fotografies:

_Imatge al camp :



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Populus nigra L.

35

Família: Salicaceae

Nom en català: Xop. Poll. Pollancre.

Nom en castellà: Álamo negro. Chopo. Chopo lombardo.

Distribució a Espanya: Part nord del país.

Hàbitat, biòtop: Introduït. Llocs humits.

Època de floració: Febrer i març.

Parts útils: Escorça dels arbres joves.

Descripció:

En els arbres joves l'escorça és llisa i grisa, mentre que en els més vells agafa un aspecte rugós i es torna d'un negre grisós. Aquests arbres poden arribar a tenir fins a 30 metres i la seva copa és allargada.

Les seves fulles de llargs pecíols poden tenir diverses formes.

Allà on hi ha un xop en trobarem molts de petits que creixen dels rizomes dels arbres més grans. Aquests nous arbres poden arribar a estar separats més de 10 metres, ja que en general tenen un gran creixement tant per part de la part aèria com per la part subterrània.

Les flors masculines i femenines creixen en arbres separats. Les masculines són capítols penjants cilíndrics mentre que les femenines són de color vermell carmesí.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Febrífug, antireumàtic, diürètic.

Indicacions:

- **Principals:** Febre, reuma, oligúria.

Formes d'administració: Tintura, extracte.

Observacions:

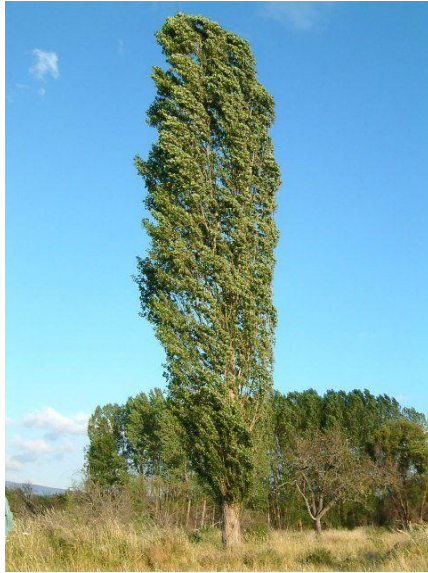
- Convé que passi un any des de la recol·lecta per poder utilitzar la planta com a remei.

Receptes:

- **Tintura i extractes:** Tots els efectes.

Fotografies:

Imatge al camp :



Detall flor:



Dibuix naturalista:



Prunus dulcis L.

36

Família: Rosaceae

Nom en català: Ametller.

Nom en castellà: Almendro.

Distribució a Espanya: Les zones de Catalunya, Valencia, Balears i Màlaga.

Hàbitat, biòtop: Llocs on el fred de l'hivern no sigui massa dur.

Època de floració: Gener, febrer i març

Parts útils: Fruits.

Descripció:

Arbre de fulla caduca de 4 a 6 metres d'altura, d'escorça rugosa i amb esquerdes. Les seves flors de color blanc rosat broten abans de que apareguin les fulles, de forma lanceolada.

Els fruits, quan estan madurs, es desprenen de l'arbre i cauen al terra, envoltats d'una carcassa marró.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Antitussigen, hidratant.

Indicacions:

- **Principals:** Pell seca, tos, cremades.

Formes d'administració: Altres.

Receptes:

- **Altres:**

- **Bullir els fruits i triturar-les en un morter. Barrejar amb llet i mel. Filtrar i beure:** Antitussigen, tos.
- **Orxata d'ametlles*:** Antitussigen, tos.
- **Oli del fruit*(aplicació externa):** Cremades, hidratant, pell seca.

*Orxata: Agafar 50 ametlles, 2-3 cullerades de sucre i l'aigua necessària. Passar-ho pel morter i afegir l'aigua quan les ametlles i el sucre formin una massa compacta. Filtrar. De la massa resultant es pot repetir el procés obtenint així cada cop orxates menys concentrades.

*Oli: S'obté de triturar amb el morter les ametlles i atrapant el líquid resultant en una gassa i aplicar.

Fotografies:

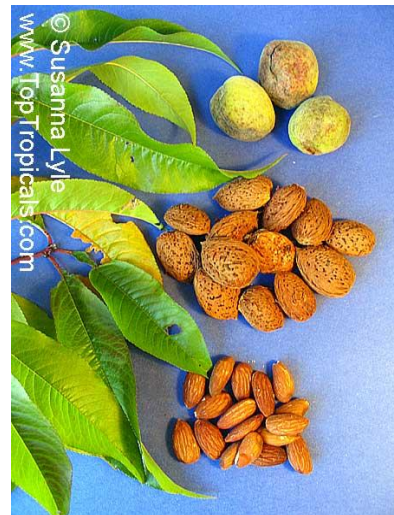
Imatge al camp :



Detall flor:



Detall fulla i fruits:



Dibuix naturalista:



Rosmarinus officinalis L.

37

Família: Labiatae

Nom en català: Romaní. Romer.

Nom en castellà: Romero.

Distribució a Espanya: A tot el país tot i que s'enrareix cap al NO.

Hàbitat, biòtop: Terrenys calcàris.

Època de floració: Tot l'any.

Parts útils: Fulles i flors.

Descripció:

Planta de fulles lineals, petites, dures, amb l'advers blanc degut a la pilositat (l'anvers queda a dins de la fulla, ja que aquesta està doblegada sobre si mateixa). Les flors, de color lila, creixen en posició axil·lar, i la planta és també distingible per la seva particular olor.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Estimulant, estomacal, tònic, tònic capil·lar, anticatarral, fortificant, emmenagog.
- **Altres anomenades:** Antisèptic, antivomitiu, aperitiu, antiasmàtic.

Indicacions:

- **Principals:** Dispèpsia, atonia estomacal, amenorrea, alopecàcia, esgotament nerviós, refredat.
- **Altres anomenades:** Vòmit, debilitat intel·lectual, asma, peus i cames cansades.

Formes d'administració: Infusió, altres, vi medicinal, decocció, bany, tintura, alcoholat.

Observacions:

- El seu oli és tòxic i de manera externa pot causar fortes irritacions.
- Les fulles i les flors funcionen com un tot.

Receptes:

- **Infusió:** Nerviosisme, estomacal, tònic, anticatarral, fortificant, emmenagog, antivomitiu, aperitiu, dispèpsia, atonia estomacal, amenorrea, refredat, vòmit.
- **Altres:**
 - **Cigarretes:** Asma, antiasmàtic.
- **Vi medicinal:** Aperitiu, dispèpsia, estomacal, fortificant, atonia estomacal.
- **Decocció (aplicació externa):** Tònic capil·lar, al·lopècia.
- **Bany:** Estimulant, esgotament nerviós, debilitat intel·lectual.
- **Tintura:** Nerviosisme, fortificant, aperitiu.
- **Alcoholat (aplicació com a loció):** Peus i cames cansades.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fulla:



Dibuix naturalista:



Rubus fruticosus

38

Família: Rosaceae

Nom en català: Esbarzer.

Nom en castellà: Zarzamora.

Distribució a Espanya: A tot el país.

Hàbitat, biòtop: Vores de camins.

Època de floració: Des del maig fins a principis d'hivern (no té una floració exacta).

Parts útils: Fruits.

Descripció:

Planta llenyosa, molt invasiva amb tiges espinoses. Les seves fulles són petites, ovalades i serrades, d'un color més fosc per l'anvers que pel revers.

Les flors són rosades i es troben en posició terminal. El fruit (móra) és negre quan arriba a la seva maduresa. Mentrestant, és verd o vermell, però de totes maneres sempre manté la seva forma de fruit compost.

És possible trobar els fruits madurs, no madurs i les flors al mateix temps.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Astingent, antianèmic.

Indicacions:

- **Principals:** Faringitis, diarrea, úlceres aftoses, anèmia.

Formes d'administració: Amanida, altres, infusió.

Receptes:

- **Infusió (en gargarismes):** Úlceres aftoses, faringitis.
- **Amanida:** Astingent, antianèmic, diarrea, anèmia.
- **Altres:**
 - **Vinagre (maceració en vinagre de poma + sucre + reducció), pres com a tisana o en el menjar:** Antianèmic, anèmia.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fruit:



Dibuix naturalista:



Ruta gravolens

39

Família: Rutaceae

Nom en català: Ruda.

Nom en castellà: Ruda.

Distribució a Espanya: Principalment a la zona mediterrània.

Hàbitat, biòtop: Boscos i marges de les vinyes.

Època de floració: De juny a agost.

Parts útils: Flors i fruits (tot fresc).

Descripció:

Planta erecta de fins a 1 metre d'altura (molt rar) que desprèn una forta i agradable olor. Les seves fulles són petites, de color glauc, molt dividides i alternes.

Si es trenca una tija, fulla... es desprèn un làtex groc.

Les flors es troben a la part superior i són d'un color groc llimona més fosc. Aquesta flor esta formada per quatre pètals (tret de la del centre de les agrupacions florals, que en té cinc).

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Emmenagog, calmant, sudorífic, antidepressiu, antireumàtic.

Indicacions:

- **Principals:** Amenorrea, reuma, nerviosisme, depressió, mal de cap, dolor.

Observacions:

- Grans quantitats d'aquesta planta resulten tòxiques.
- Està fortament contraindicat per a les embarassades.
- L'oli essencial pot provocar la mort.
- El contacte amb la planta pot produir al·lèrgies en algunes persones.

Formes d'administració: Maceració, infusió, decocció, oli medicinal.

Receptes:

- **Maceració de fulles:** Amenorrea, emmenagog, calmant, nerviosisme, sudorífic.
- **Infusió de fulles:** Amenorrea, emmenagog, sudorífic.
- **Infusió de fulles i flors:** Calmant, nerviosisme, depressió, mal de cap, sudorífic.
- **Decocció de fulles:** Calmant, nerviosisme, depressió, mal de cap, sudorífic.
- **Oli medicinal (aplicació en liniment):** Reuma, antireumàtic, sedant, dolor.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fulla:



Dibuix naturalista:



Santolina chamaecyparissus L.

40

Família: Compositae

Nom en català: Camamilla de muntanya o de Maó. Espernallac. Herba de Sant Joan.

Nom en castellà: Santolina. Ábrótano hembra. Cipresillo. Guardarropa.

Distribució a Espanya: Tot el país.

Hàbitat, biòtop: Pedregals i roques.

Època de floració: Finals de primavera i principis d'estiu.

Parts útils: Flors.

Descripció:

Mata de mida petita de fulla petita i perenne i ramificació abundant. La seva olor és semblant a la de camamilla, però més potent, de manera que es pot sentir en les zones on aquesta està en abundància.

Les flors es troben a la part superior en capítols grocs de mig centímetre aproximadament.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Sedant, emmenagog, diürètic, tònic estomacal, antiinflamatori, desinfectant, analgèsic.

Indicacions:

- **Principals:** Dolor, amenorrea, dismenorrea, oligúria, atonia estomacal, inflamacions.

Formes d'administració: Infusió, olis essencials.

Receptes:

- **Infusió:** Tots els efectes.
- **Oli essencial (aplicació externa):** Desinfectant, analgèsic.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fulla:



Spartium junceum L.

41

Família: Leguminosae

Nom en català: Ginesta. Ginesta vera. Ginestera. Herba de ballester.

Nom en castellà: Retama de olor. Canarios. Gayomba. Genista de España. Hiniestra.
Retama de flor. Retama de los jardines. Retama macho.

Distribució a Espanya: Zona del mediterrani.

Hàbitat, biòtop: Vores de carreteres i torrents, a ple sol.

Època de floració: D'abril a juliol.

Parts útils: Flors.

Descripció:

Arbust de fins a 5 metres d'alçada, molt ramificat i de poques fulles. Les escasses que presenta són lanceolades i petites o lineals.

Les flors són grogues i grans, cobreixen tota la capa exterior de la planta i donen de fruit uns llegums allargats que es tornen negres al madurar.

Tot i l'època de floració principal, és possible trobar alguna ginesta florida fora d'època.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Diürètic, laxant.

Indicacions:

- **Principals:** Oligúria, estrenyiment.

Formes d'administració: Tisana.

Observacions:

- No convé prendre en grans quantitats ja que disminueix el ritme cardíac fins al punt de poder causar la mort.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fruit:



Dibuix naturalista:



Taraxacum officinale Weber et Wiggers

42

Família: Compositae

Nom en català: Dent de lleó. Pixallits. Angelets.

Nom en castellà: Diente de león.

Distribució a Espanya: Tot el país.

Hàbitat, biòtop: Prats, vores dels camins.

Època de floració: Principalment abril i maig.

Parts útils: Fulles i arrel.

Descripció:

Planta perenne de fulles simples runcinades principalment i tija florífera (amb una flor al final) sense masses fulles. Les seves flors són grogues i formades per lígules. Més tard, quan la flor es passa, aquesta forma una petita bola blanca (llavors) que surten volant si les bufes.

Si la tija es trenca allibera un làtex blanc.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Diürètic, depuratiu de la sang, colagog, aprimador.

Indicacions:

- **Principals:** Oligúria, acne, obesitat, pigues.

Formes d'administració: Infusió, decocció, tintura, suc, amanida.

Observacions:

- Les seves fulles es poden utilitzar com un aliment habitual en les amanides...

Receptes:

- **Infusió d'arrel i fulles:** Acne.
- **Infusió de fulles:** Aprimador, obesitat, depuratiu de la sang, diürètic, oligúria.
- **Decocció d'arrel:** Depuratiu de la sang, diürètic, oligúria, aprimador, obesitat.
- **Suc (aplicació en compreses):** Pigues.
- **Amanida:** Aprimador, obesitat, depuratiu de la sang.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fruit:



Dibuix naturalista:



Thymus vulgaris L.

43

Família: Labiatae

Nom en català: Farigola. Timonet. Timó.

Nom en castellà: Tomillo.

Distribució a Espanya: Tota la península, però menys freqüent a Catalunya i alguns territoris del nord.

Hàbitat, biòtop: Llocs pedregosos amb molt de sol, terres argiloses o calcàries.

Època de floració: D'abril a octubre.

Parts útils: Branques amb fulles i flors.

Descripció:

Planta arbustiva de fins a 40 centímetres d'altura de nombroses i petites fulles estretes amb una forma entre ovalada i lanceolada. Presenten flors petites als extrems terminals d'un color rosat no massa classificable i molt petites.

Per diferenciar-la d'altres plantes amb les mateixes característiques resulta molt important olorar-la, ja que desprèn una forta olor molt característica.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Antisèptic, digestiu, antiespasmòdic, tònic, antiecatarral, antiasmàtic, bèquic, fortificant.

Indicacions:

- **Principals:** Infeccions bucals, dispèpsia, espasmes, refredat, tos, ferides, asma, atonia muscular.

Formes d'administració: Infusió, decocció, vi, bany, oli essencial.

Observacions:

- Les fulles (amb les branques) i les flors funcionen com un tot.

Receptes:

- **Infusió:** Anticatarral, bèquic, tos, refredat, antiespasmòdic, dispèpsia, digestiu, espasmes.
- **Decocció:** Tònic, bèquic, fortificant, tos.
- **Decocció (en gargarismes):** Antisèptic, infeccions bucals.
- **Decocció (aplicació en compreses):** Ferides, antisèptic.
- **Vi:** Fortificant.
- **Bany:** Tònic.
- **Oli essencial (aplicació externa):** Atonia muscular.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fulla:



Dibuix naturalista:



Tilia platyphyllos Scop.

44

Família: Tiliaceae

Nom en català: Til·ler. Tell. Tell de fulla gran. Til·ler de fulla gran.

Nom en castellà: Tilo. Teja. Teja blanca. Tejo blanco. Tellón. Texa. Tey. Tilar. Tilero. Tillera.

Distribució a Espanya: Nord del país.

Hàbitat, biòtop: Boscos, entre els arbres a la obra.

Època de floració: Juny i juliol.

Parts útils: Flors (amb la seva fulla petita).

Descripció:

Arbre de fulla caduca de fullatge intens que pot arribar a fer fins a 30 metres d'altura. Les seves fulles són grans i són entre cordiforme i orbiculars amb els marges dentats i velloses pel revers.

Les flors, que són entre blanques i grogues, neixen enganxades a un llarg pecíol enganxat a la vegada a una fulla linear que creix amb la flor i el fruit.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Calmant, sudorífic, sedant, antiespasmòdic.
- **Altres anomenades:** Digestiu, estomacal, tònic del sistema nerviós, antihistèric.

Indicacions:

- **Principals:** Nerviosisme, espasmes, insomni.
- **Altres anomenades:** Dispèpsia, esgotament nerviós.

Formes d'administració: Infusió, bany.

Receptes:

- **Infusió:** Tots els efectes.
- **Bany:** Calmant, nerviosisme, tònic del sistema nerviós.

Fotografies:

Imatge al camp:



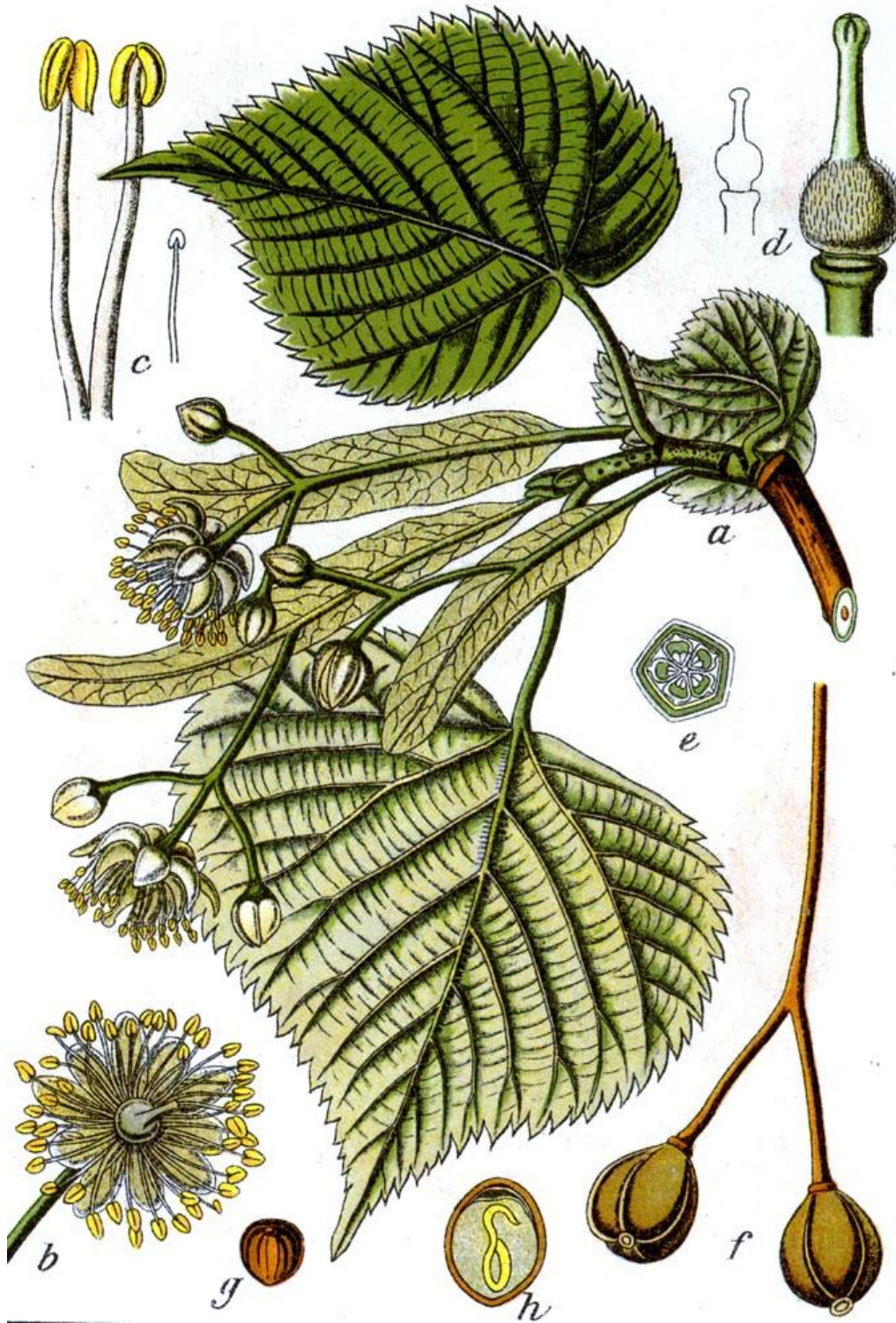
Detall flor:



Detall fulla:



Dibuix naturalista:



Urtica dioica L.

45

Família: Urticaceae

Nom en català: Ortiga. Ortiga major.

Nom en castellà: Ortiga. Ortiga mayor.

Distribució a Espanya: Tot el país.

Hàbitat, biòtop: Vores dels camins, barrancs, horts...

Època de floració: De juny a octubre.

Parts útils: Fulles, arrels.

Descripció:

Planta de 1 a 1,5 metres d'altura, coberta de pilositats molt irritants. Les seves fulles petites (1cm més o menys) són dentades i creixen de manera oposada.

Les seves flors són unisexuals, de tonalitat verdosa i de forma allargada.

Si es talla la tija és possible que la planta desprengui un líquid porpra.

Aspectes medicinals de la planta:

Propietats:

- **Principals:** Diürètic, hemostàtic, depuratiu, tònic capil·lar, antianèmic.

Indicacions:

- **Principals:** Oligúria, hemorràgies, ressaca, acne, anèmia, caspa, alopecà.

Formes d'administració: Infusió, decocció, altres, xarop, suc.

Receptes:

- **Decocció arrels i fulles:** Acne, anèmia, antianèmic.
- **Infusió (ús extern):** Alopecia, tònic capil·lar.
- **Altres:**
 - **Cuina (com a verdura, bullit):** Anèmia, antianèmic.
- **Suc (ús extern):** Caspa.
- **Decocció arrels i fulles (ús extern):** Caspa.
- **Infusió de fulles:** Depuratiu.
- **Decocció fulles:** Ressaca.
- **Suc:** Diürètic, oligúria, hemorràgia, hemostàtic.
- **Xarop:** Anèmia, antianèmic.

Fotografies:

Imatge al camp:



Detall flor:



Detall fulla:



Dibuix naturalista:



3. Útils:

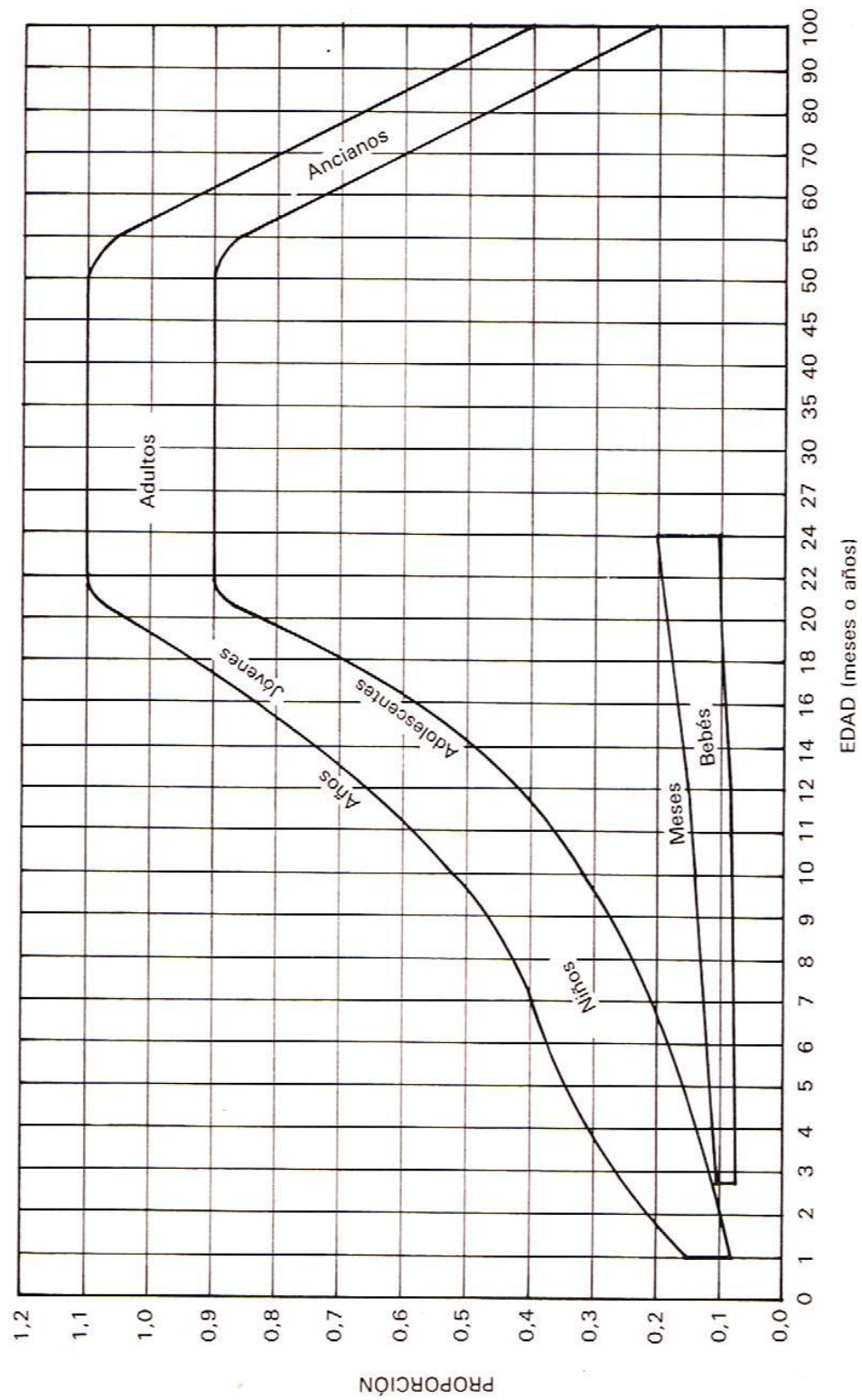
3.1. Pesos i volums:

A continuació hi ha una taula on es diu l'equivalència en pes i volum de diverses mesures utilitzades sovint en diverses receptes i llibres de fitoteràpia.

Objecte o producte	Pes	Volum
1 gota d'aigua destil·lada	50 mg.	50 mm ³ .
1 gota d'oli d'oliva	30 mg.	33 mm ³ .
1 gota de tintura	25 mg.	31 mm ³ .
20 gotes de líquid aquós	1 g.	1 cm ³ .
50 gotes de líquid alcohòlic	1 g.	
50 gotes de líquid oliós	1 g.	
1 punta de ganivet de pols	1 g.	
1 polsada de flors	2 g.	
1 polsada de llavors	2 g.	
1 cullerada de cafè de fulles	2 g.	
1 polsada de planta seca	2-3 g.	
1 cullerada de cafè de planta	3 g.	
1 cullerada de cafè d'aigua	3, 5-5 g.	3, 5-5 cm ³ .
1 cullerada de cafè de rels	4 g.	
1 cullerada sopera de fulles	4-5 g.	
1 cullerada de cafè d'oli	4, 5 g.	5 cm ³ .
1 cullerada de cafè de xarop	6, 5 g.	
1 cullerada de postres d'aigua	7-10 g.	7-10 cm ³ .
1 cullerada de postres d'oli	6-9 g.	7-10 cm ³ .

1 cullerada sopera d'arrels	8-10 g.	
1 cullerada sopera de planta	10 g.	
1 cullerada sopera d'aigua	12-15 g.	12-15 cm ³ .
1 cullerada de postres de xarop	13 g.	
1 cullerada d'oli	13, 5-18 g.	15-20 cm ³ .
1 cullerada sopera de xarop	20 g.	
1 got de licor d'aigua	30 g.	30 cm ³ .
1 grapat de fulles seques	35 g.	
1 grapat de planta seca	45-50 g.	
1 grapat de llavors de lli	50 g.	
1 grapat gran de planta seca	70 g.	
1 got petit d'aigua	70 g.	70 cm ³ .
1 tassa de 8 cullerades d'aigua	100-120 g.	100-120 cm ³ .
1 got d'aigua	150 g.	150 cm ³ .
1 tassa d'aigua	150-200 g.	150-200 cm ³ .
1 tassó d'aigua	200-220 g.	200-280 cm ³ .

3.2. Proporció del medicament segons l'edat:



4. Llistat propietats:

Nom	Definició
Activador de la circulació sanguínia	Afavoreix la circulació
Afrodisíac	Excita els desitjos sexuals
Analgèsic	Provoca absència de sensibilitat el dolor
Anticancerigen	Prevé el càncer
Anticatarral	Bo contra el refredat
Antidepressiu	Actua contra la depressió
Antidispèptic	Combat la dispèpsia
Antiespasmòdic	Que atura o alleugereix l'espasme
Antigripal	Combat la grip
Antiherpètic	Actua contra les herpes
Antihipertensor	Combat la hipertensió
Antihipocondríac	Combat la hipocondria
Antinefrític	Combat la inflamació dels ronyons
Antioxidant	Actua contra l'oxidació
Antireumàtic	Actua contra el reuma
Antisèptic	Destruïx els gèrmens infectius
Antisudorífic	Que atura la sudoració en excés
Antitussigen	Que combat la tos
Antivaricós	Combat les varius
Antivomitiu	Atura el vòmit
Aperitiu	Afavoreix la digestió dels aliments
Aprimador	Que aprima, que redueix les reserves de greix
Astringent	Restreny els teixits orgànics
Calmant	Que cessa l'agitació.
Carminatiu	Expulsa l'aire dels conductes intestinals

Colagog	Provoca l'evacuació de la bilis
Depuratiu	Depura la sang
Depuratiu	Que lleva les impureses
Desinfectant	Que elimina els microorganismes patògens o gèrmens nocius que poden causar infeccions.
Detergent de la pell grassa	Neteja el greix de la pell
Digestiu	Relatiu o pertanyent a la digestió
Diürètic	Fa orinar
Emmenagog	Provoca o afavoreix l'aparició de la menstruació
Emol·lient	Que estova les parts inflamades
Emol·lient vesical	Emol·lient de la bufeta
Estimulant	Provoca excitació i activació
Estomacal	Relatiu o pertanyent a l'estómac
Expectorant	Facilita l'eliminació de mocs... de les vies respiratòries
Febrífug	Bo contra la febre
Fortificant general	Fa fort
Galactofuga	Que atura la secreció de llet
Hemostàtic	Atura les hemorràgies
Hepàtic	Relatiu o pertanyent al fetge
Hidratant	Hidrata la pell seca
Laxant	Que facilita l'evacuació dels excrements de manera natural
Mineralitzant	Que proveeix a l'organisme de substàncies minerals útils
Pectoral	Que té una acció medicamentosa capaç d'augmentar o fluïdificar la secreció bronquial i facilitar-ne l'expulsió per la tos
Proveïdor de vitamines	Que aporta vitamines.
Rejuvenidor	Torna la joventut
Sudorífic	Provoca la secreció de suor
Tònic	Envigoreix l'organisme
Tònic capil·lar	Que envigoreix el cabell
Tònic de la pell	Que envigoreix la pell

Tònic de la vesícula biliar	Envigoreix la vesícula biliar
Tònic estomacal	Que envigoreix l'estómac
Tranquil·litzant	Relaxa
Urticària	Picor de la pell intensa
Vasoconstrictor	Què provoca la disminució del diàmetre dels vasos sanguinis
Vulnerari	Guareix les ferides

5. Llistat indicacions:

Nom en català	Definició
Acne	Conjunt d'afeccions de la pell caracteritzades per seborrea, retenció glandular sebàcia primitiva i alteracions inflamatòries secundàries
Aerofàgia	Deglutició inconscient i involuntària d'una certa quantitat d'aire, que penetra a l'esòfag o a l'estómac
Afeccions als llavis, les parpelles i mugrons	Problemes dels llavis, les parpelles i els mugrons
Afeccions hepàtiques	Problemes del fetge
Afeccions nervioses	Problemes de caire nerviós
Amenorrea	Absència o supressió del flux menstrual
Angines	Inflamació de les membranes mucoses de l'istme de la gola i de la faringe
Anorèxia	Pèrdua o disminució de la gana
Ardor d'orina	Necessitat d'orinar sovint amb sensació de cremor tot i l'escassa producció d'aquesta
Arruga	Solc que es fa a la pell, ordinàriament per efecte de l'edat
Atonia	Falta de to muscular i de la tensió o del vigor normal dels òrgans
Atonia de la vesícula biliar	Falta de to muscular de la vesícula biliar
Atonia estomacal	Pèrdua de to de l'estómac
Atonia muscular	Pèrdua de to dels músculs
Avitaminosis	Falta de vitamines

Berrugues	Excreixència de la pell deguda a una hipertròfia de les papil·les del derma.
Bronquitis	Inflamació dels bronquis.
Cistitis	Inflamació d'una bufeta, especialment de la urinària
Còlics renals	Dolor provocat per pedres al ronyó
Congestió hepàtica	Acumulació de sang estancada al fetge
Cucs	Presència de paràsits invertebrats en els intestins
Debilitat	Feblesa, deficiència de força, de vigor, de resolució
Depressió	Sensació d'enfonsament emocional
Desordres venosos	Diferents trastorns dels vasos sanguinis
Diarrea	Evacuació de femta de consistència fluida, sovint líquida, que es produeix amb més freqüència de l'habitual
Diarrea crònica	Evacuació de femta de consistència fluida, sovint líquida, que es produeix de manera permanent
Dismenorrea	Menstruació difícil i dolorosa
Dispèpsia	Digestió laboriosa i imperfecta, que causa sensació de repleció, flatulència, eructes, dolor epigàstric, etc.
Dolor de gota	Dolors causats per uns inflamacions característiques de la malaltia de la gota
Enuresis	Emissió involuntària d'orina, generalment nocturna
Escarlatina	Malaltia contagiosa d'origen bacterià caracteritzada per una inflamació de la gola i una erupció cutània de color escarlata
Espasmes	Contracció involuntària i persistent d'un múscul o d'un grup de músculs
Espasmes uterins	Espasmes de l'úter
Esquerdes cutànies	Trencament de la pell
Estrenyiment	Problema que impedeix la defecació
Febre	Elevació de la temperatura del cos que manifesta la reacció de l'organisme a algun procés patològic
Febre eruptiva	Nom donat a un grup de malalties que presenten erupcions cutànies, febre...
Ferides i llagues	Lesions superficials de la pell

Flats	Acumulació molesta de gasos en el tub digestiu
Frigidesa	Falta de desig sexual
Grip	Malaltia infecciosa aguda i contagiosa, d'origen víric, que provoca febre, mal de cap, símptomes d'afecció a les vies respiratòries, etc.
Hemorràgia	Fluix de sang de qualsevol part del cos
Hemorroides	Dilatació permanent, varicosa, d'una vena del recte o de l'anus
Herpes	Inflamació de la pell d'origen víric, caracteritzada per la formació de petites vesícules que suquegen i que en assecar-se formen crostes o escames.
Hipertensió	Tensió arterial superior a la normal
Hipocondria	Neurosi caracteritzada per una preocupació excessiva per la salut pròpia, acompanyada sovint de malenconia
Hipogalàctia	Escassa producció de llet
Infecció d'orina	Presència de gèrmens en l'orina
Inflamació pulmonar	Inflamació que afecta als pulmons.
Inflamació pulmonar	Alteració morbosa en una part de l'organisme que consisteix en la congestió dels vasos sanguinis i es manifesta exteriorment per la inflor, la rojor i l'escalfor de la part malalta
Inflamacions externes	Inflamació causada a nivell de la pell.
Insomni nerviós	Alteració de la son provocada pels nervis
Leucorrea	Fluix mucós blanquinós produït per la inflamació o la congestió de la membrana mucosa de l'úter i de la vagina
Litiasis renal	Formació o presència de coàguls al recte
Llagues canceroses	Ferida, solució de continuïtat en un teixit orgànic amb pèrdua de substància, d'origen cancerós
Mal de cap	Dolor al cap.
Mal de càries	Dolor causat per les càries
Malalties de la pell	Afeccions diverses a la pell
Malalties del fetge	Afeccions diverses al fetge
Melangia	Tristesa de llarga durada
Menorràgia	Augment de la quantitat o de la durada del flux menstrual

Nefritis	Inflamació dels ronyons
Obesitat	Quilos de més
Oligúria	Escassa producció d'orina
Pell seca	Falta d'humidificació a la pell
Peus i cames cansades	Sensació de peus i cames pesats
Pirosis	Sensació de cremor a l'estómac acompanyada d'eructes i de regurgitació d'un líquid àcid i coent
Pneumònia	Inflamació dels pulmons
Refredat	Inflamació de la mucosa del nas, de la gola, etc., d'origen víric, bacterià o al·lèrgic, afavorida per efecte del fred o de la humitat
Restrenyiment	Estat dels budells en què les evacuacions són infreqüents i difícils
Retenció de líquids	Líquids residuals en el cos
Retenció d'orina	Incapacitat sobtada de no poder orinar
Reuma	Malaltia genèrica caracteritzada pel dolor i la impotència funcional d'alguna porció de l'aparell de locomoció, dels ossos, dels músculs o de les articulacions
Sudoració	Acció d'expulsar a través de la pell aigua i substàncies residuals
Tos	Expulsió violenta i sorollosa de l'aire dels pulmons produïda per la irritació de les vies respiratòries o per l'acció reflexa d'un desordre nerviós, gàstric, etc.
Úlcera varicosa	Solució amb varius de continuïtat a la pell o en una membrana mucosa que causa la desintegració gradual dels teixits
Úlceres aftoses	Solució de continuïtat a la pell o en una membrana mucosa que causa la desintegració gradual dels teixits de la boca.
Urticària	Malaltia inflamatòria de la pell caracteritzada per l'aparició de pàpules rosades acompanyades d'una coïssor anàloga a la que produeixen les ortigues.
Varius	Dilatació permanent d'una vena, generalment de la cama, produïda per l'acumulació de la sang
Verola	Malaltia infecciosa i contagiosa d'origen víric, caracteritzada per febre alta i per una erupció cutània de pústules que fan crostes, les quals, en caure, deixen ordinàriament una cicatriu permanent.
Xarampió	Malaltia infecciosa i contagiosa, de caràcter epidèmic estacional en la població infantil, que comença amb símptomes catarrals que van seguits de l'aparició de petites taques vermelloses.

6. Registre de les plantes de l'herbari:

6.1 De nom científic a nom popular més freqüent:

Nom científic	Nom en català
<i>Achillea millefolium</i>	Milfulles
<i>Aesculus hippocastanum</i>	Castanyer d'Índia
<i>Aloysia triphylla</i>	Marialluïsa
<i>Arbutus unedo</i>	Cirerer d'arboç
<i>Asparagus acutifolius</i>	Esparraguera
<i>Avena sativa</i>	Civada
<i>Borago officinalis</i>	Borratja
<i>Brassica pratensis</i>	Mostassa negra
<i>Chamomilla recutita</i>	Camamilla
<i>Cichorium intybus</i>	Xicoira
<i>Cistus albidus</i>	Estepa blanca
<i>Cupressus sempervirens</i>	Xiprer
<i>Cytisus scoparius</i>	Ginestell
<i>Daucus carota</i>	Pastanaga
<i>Equisetum arvense</i>	Cua de cavall
<i>Ficus carica</i>	Figuera
<i>Foeniculum vulgare</i>	Fonoll
<i>Fragaria vesca</i>	Maduixera
<i>Helichrysum stoechas</i>	Flor de Sant Joan
<i>Herdera helix</i>	Heura
<i>Hypericum perforatum</i>	Pericó

Laurus nobilis	Llorer
Lavandula dentata	Lavanda
Lonicera implexa	Lligabosc
Malva sylvestris	Malva
Menta pulegium	Menta-poleo
Morus alba	Morera
Ocimum basilicum	Alfàbrega
Olea europaea	Oliver
Origanum vulgare	Orenga
Papaver rhoeas	Rosella
Petroselinum crispum	Julivert
Pistacia lentiscus	Llentiscle
Plantago major	Plantatge alpi
Populus nigra	Xop
Prunus dulcis	Ametller
Rosmarinus officinalis	Romaní
Rubus fruticosus	Esbarzer
Ruta graveolens	Ruda
Santolina chamaecyparissus	Camamilla de muntanya
Spartium junceum	Ginesta
Taraxacum officinale	Dent de lleó
Thymus vulgaris	Farigola
Tilia platyphyllos	Til·ler
Urtica dioica	Ortiga

6.2 De nom popular més freqüent a nom científic:

Nom en català	Nom científic
Alfàbrega	Ocimum basilicum
Ametller	Prunus dulcis
Borratja	Borago officinalis
Camamilla	Chamomilla recutita
Camamilla de muntanya	Santolina chamaecyparissus
Castanyer d'Índia	Aesculus hippocastanum
Cirerer d'arboç	Arbutus unedo
Civada	Avena sativa
Cua de cavall	Equisetum arvense
Dent de lleó	Taraxacum officinale
Esbarzer	Rubus fruticosus
Esparraguera	Asparagus acutifolius
Estepa blanca	Cistus albidus
Farigola	Thymus vulgaris
Figuera	Ficus carica
Flor de Sant Joan	Helichrysum stoechas
Fonoll	Foeniculum vulgare
Ginesta	Spartium junceum
Ginestell	Cytisus scoparius
Heura	Herdera helix
Julivert	Petroselinum crispum

Lavanda	Lavandula dentata
Llentiscle	Pistacia lentiscus
Lligabosc	Lonicera implexa
Llorer	Laurus nobilis
Maduixera	Fragaria vesca
Malva	Malva sylvestris
Marialluïsa	Aloysia triphylla
Menta-poleo	Menta pulegium
Milfulles	Achillea millefolium
Morera	Morus alba
Mostassa negra	Brassica pratensis
Oliver	Olea europaea
Orenga	Origanum vulgare
Ortiga	Urtica dioica
Pastanaga	Daucus carota
Pericó	Hypericum perforatum
Plantatge alpi	Plantago major
Romaní	Rosmarinus officinalis
Rosella	Papaver rhoeas
Ruda	Ruta graveolens
Til·ler	Tilia platyphyllos
Xicoira	Cichorium intybus
Xiprer	Cupressus sempervirens
Xop	Populus nigra

7. Índex:

Bloc II: Herbari.....	1
------------------------------	----------

Volum 1:

1. Fitxa model.....	1
2. Fitxes de les diverses plantes.....	5

Volum 2:

2. Fitxes de les diverses plantes (continuació).....	1
3. Útils.....	100
3.1. Pesos i volums.....	100
3.2. Proporció del medicament segons l'edat.....	102
4. Llistat propietats.....	103
5. Llistat indicacions.....	105
6. Registre de les plantes de l'herbari.....	109
6.1. De nom científic a nom popular més freqüent.....	109
6.2. De nom popular més freqüent a nom científic.....	111
7. Índex.....	113