



Preparazioni

Decotto

Pozione ottenuta facendo bollire a lungo nell'acqua erbe varie

Infuso

Si ottiene lasciando a contatto foglie o fiori con acqua bollente per 10 min. circa, il tutto coperto per evitare che i vapori trascinino con sé importanti principi attivi.

Olio

Si ottiene ponendo in un recipiente chiuso foglie o fiori con olio di oliva, esponendolo, poi al sole e agitandolo almeno una volta al giorno. Dopo circa 28 giorni è pronto da filtrare.

Cataplasma

Poltiglia di sostanze vegetali cotte che, avvolta in garze, viene posata su una parte del corpo a scopo curativo.



Erbolario



Sedativi



camomilla = infuso



arancio = infuso



tiglio = infuso

Diuretici



Ortica = decotto



Acetosella = decotto

Antinfiammatori



timo = infuso



salice = decotto



eucalipto = olio



malva = cataplasma

Lenitivi



cavolo = cataplasma



geranio = olio

Antisetici



iperico = olio

Cicatrizzanti



lavanda = olio



viola = cataplasma

Antiedematosi



ippocastano = cataplasma

Analgesici



menta = decotto