

Legendární mateřídouška

seriál

**PŘÍRODA
VALAŠSKA**



Pod názvem mateřídouška se skrývá hned několik jejích druhů, se kterými se u nás můžeme setkat. Často jsou proměnlivé a určení znesnadní také fakt, že se mezi sebou mnohdy kříží. Mezi ty nejčastější patří mateřídouška vejčitá, časná či úzkolistá. Pro všechny je však typický jejich vzhled – drobné lístky, nádherné kvítky a doslova omamná vůně linoucí se všude kolem. Potkat se s ní můžeme při procházkách po loukách, mezích a travnatých stráních od května mnohdy až do konce září.

S touto bylinkou se odpradávná pojí řada legend, pověstí a pověr. Už v jejím názvu (latinsky Thymus) se skrývá mužnost a síla. Právě pro její příbuznost s tymiánem se jí říká lidově také vonný tým. Na Valašsku se od dávných dob přidávala mateřídouška do koupele malých dětí – chlapce



MATEŘÍDOUŠKA ČASNÁ (Thymus praecox) se řadí k chráněným druhům České republiky. Její sběr proto není možný. Foto: Muzeum regionu Valašsko

měla posilnit a zbavit plachosti, dívkám pak dodat krásu.

I po řadě let se dnes mateřídouška řadí k hojně využíva-

ným bylinkám. Sbírá se její kvetoucí nať, která se nejlépe suší v tenkých vrstvách na dobře větraném místě. Pak totiž neztratí nic ze své barvy

ani vůně. Takto připravená mateřídouška má hned několikतरé využití – nejčastěji do čajových směsí spolu s prvosnou či diviznou. Pomáhá proti kašli a zahlnění, podporuje trávení, má baktericidní účinky a přispívá k celkovému uklidnění. Zevně ji pak můžeme použít jako kloktadlo, obklad či přísávek do koupele. Známý je také její blahodárny vliv na pokožku.

Nasbírejte si mateřídoušku a vyrobte účinnou bylinnou mast. Do přepuštěného nesoleného sádra přidáme kvetoucí nať mateřídoušky a necháme 24 hodin macerovat. Následně směs opět rozehřejeme, přecedíme přes plátno a můžeme zahustit přísávkem včelího vosku. Mateřídoušková mast pomáhá při bolestech a křečích. Léčí průdušky, bolesti břicha, hlavy či krku. Výtečně hojí rány, velmi vhodná je pro pleť se sklony k akné.

Na sběr mateřídoušky se můžete vydat právě v těchto dnech. Léčivé účinky mají všechny u nás rostoucí druhy.

Mgr. Bohdana Šimčíková
Muzeum regionu Valašsko