**Lamio albo**

*Lamium album, L.*[TAV. 10 - N. 76](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav10.jpg)

DESCRIZIONE: Fusto eretto (20-40 cm.); foglie ovato cuoriformi, acuminate, seghettate; corolla bianca a tubo curvato ristretto alla base, con una tacca davanti e sopra la strozzatura; fauce poco dilatata, doppiamente carenata sul dorso.

H: luoghi freschi e prati umidi, nelle siepi, ai margini delle strade.

P: fiori e foglie.

F: Labiate.

I *«Flores lamii»* sono ancora in gran pregio presso i farmacisti. I *germogli* e i *fusti giovani* danno una buona insalata. *L’infuso* giova nelle malattie di petto e polmonari, nella dissenteria, nei flussi di sangue, nei disturbi di utero e nei fiori bianchi. Il the serve pure contro le scrofole, nell’impurità di sangue; e il suo vapore serve contro il mal d’orecchie e mal di gola. Dose: 10 gr. in un litro d’acqua.

**Lampone**

*Rubus idaeus, L.*

NOMI DIALETTALI: Ampomolar, Ampomar, Ampomola.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (10-100 cm.) con piccoli aculei setacei diritti; foglie impari pennate con 3-5 foglioline ovali, acuminate, seghettate, bianco-tomentose di sotto, la terminale maggiore; fiori piccoli bianchi in racemi poveri; petali obovato-cuneati eretti; frutto odoroso, rosso, tomentoso.

H: nelle radure, nei boschi freschi e sassosi, dalla zona collina a quella alpina.

P: foglie e frutti.

F: Rosacee.

Il lampone ha proprietà rinfrescanti, antiscorbutiche, astringenti, nutritive. Si usa lo *sciroppo* con due parti di

zucchero e una parte di sugo dei frutti cotti insieme fino a rendere la massa densa. Si dà agli ammalati quale rinfrescante contro la febbre, con acqua o limonata. I *polloni giovani* e le *foglie* cotte nell’acqua danno un the eccellente contro la diarrea, la dissenteria, la colica e nelle mestruazioni irregolari. *Questo the* serve pure quale lavaggio contro le eruzioni cutanee, negli ascessi, negli occhi lagrimanti o purulenti, e quale gargarismo nel mal di bocca e di gola. Viene ancora adoperata nei dolori reumatici di testa. Le *foglie fresche,* applicate sul ventre, levano il calore di stomaco e di fegato.

**Lantana**

*Viburnum Lantana, L.*

NOMI DIALETTALI: Antana, Lautana, Antisele, Molinare, Lentam, Zimogna, Stropa.

DESCRIZIONE: Arbusto ramoso (1-2 m.); foglie ovali venose, seghettate, tomentose, intere, barbate nell’ascella delle nervature, coriacee; fiori bianchi in cime dense terminali con rami tomentosi; corolla con 5 lobi uguali; semi cornei ovali, molto compressi.

H: nei boschi cedui, ariosi, soleggiati della zona collina-subalpina.

P: le foglie e i frutti.

F: Caprifogliacee.

Con le *foglie* e con i *frutti* di questa pianta si prepara una decozione per gargarismi, nella cura dell’angina e come clistere nelle affezioni catarrali dell’intestino. *Le foglie bollite nella lisciva* servono a tingere in nero i capelli.

**Lappio**

*Ranunculus bulbosus, L.*

DESCRIZIONE: Fusto eretto, bulboso alla base con fibbre radicali gracili (20-50 cm.); foglie ternate o biternate a segmenti trifidi inciso-dentati, il medio con lungo

piccioletto; fiori gialli; calice reflesso; rostro largo arenato; carpello lenticolare liscio.

H: prati umidi e luoghi erbosi.

P: il bulbo.

F: Ranunculacee.

Le *radici* e i *bulbi,* contusi, si adoperano come cataplasmi revulsivi e vescicatori, nella cura delle ischialgie (sciatica). Prima di adoperarli e bene interpellare il medico, per conoscere la pressione del sangue ed evitare quindi dei gravi inconvenienti.

**Larice**

*Larix europaea, L.*

NOMI DIALETTALI: Lares, Larsi, Laras, Larase, Lerge.

DESCRIZIONE: Albero (25-35 m.); fusto irregolarmente ramoso; foglie ravvicinate sopra un corto ramoscello in fascetto e caduche; pine piccole erette con squame spesse, smarginate in alto.

H: comune dalla zona montana alla zona alpina.

P: la resina.

F: Conifere.

La *resina* è raccolta specialmente nel Tirolo e una volta anche nel Trentino, conosciuta sotto il nome di *Trementina di Venezia;* sembra miele, d’un colore giallognolo trasparente, molto densa e attaccaticcia. Giova nelle malattie sessuali e urinarie, nelle malattie del basso ventre e nell’idropisia. *Mescolandola con saponi e olii,* se ne fanno cerotti; inalata, giova nelle malattie dell’apparato respiratorio. *Per uso interno vengono adoperate* le capsule in dose, dalle 10-12 gocce. La *corteccia* bollita nell’acqua giova nel mal di ventre e promuove l’orinazione; polverizzata si applica sulle ferite aperte e sui tumori, come pure sulle ulceri. Le *foglie,* tagliuzzate e applicate a modo d’empiastro, puliscono le piaghe purulenti; bollite nell’aceto, e risciacquando la bocca, giovano nel mal di denti.

**Lavandola**

*Lavandula spica, L.*

NOMI DIALETTALI: Spigo, Spich.

DESCRIZIONE: Fusto eretto (30-60 cm.); foglie sessili, lineari, ristrette alla base; fiori in spiga gracile, spesso interrotta alla base; brattee membranose brune, ovato- romboidali; bratteole nulle.

H: da noi coltivata negli orti; inselvatichita si trova solamente, e rara, alle falde del Calisio e nei dintorni di Riva. P: fiori e foglie.

F: Labiate.

La *Lavandola* ha proprietà toniche, stimolanti, antispasmodiche. Si usa *1’infuso* di 50 grammi, di sommità fiorite, in 1 litro di acqua e serve nell’atonia di ventricolo, nelle congestioni, nel capogiro, nella malinconia e nei patemi d’animo. Serve pure nella clorosi, nella dispepsia (cattiva digestione) e nelle affezioni scrofolose. La Lavandola, *messa nel vino* e bevuta a sorsi per alcuni giorni, giova assai nei disturbi di fegato e di milza, scaccia 1’itterizia, 1’idropisia, promuove 1’orinazione, i mestrui e favorisce i parti difficili.

**Lichene islandico**

*Cetraria islandica, L.* [TAV. 6 - N. 47](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav6.jpg)

DESCRIZIONE: Tallo frondoso, di consistenza cartilaginosa, color castagno da un lato e color oliva-chiaro dal1’altro; il margine conformato a lacinie, terminate da una serie di ciglia.

H: comune specialmente nei boschi delle conifere, dai 1000 metri in su fino alla zona alpina.

P: la pianta purgata dalla terra e dai corpi eterogenei.

F: Parmeliacee.

Il *the* si usa nella tisi, nella bronchite capillare, nella diarrea, nella dissenteria, dopo lo stato infiammatorio, nello scorbuto e nelle malattie di esaurimento. Si fa il decotto di 10 gr. in un litro di acqua. *Dopo la prima bollitura,* si getta via 1’acqua, a cagione dell’amarezza. Si

cuoce di nuovo per mezz’ora, in un litro e mezzo di acqua, fino a ridurla a un litro. In tal modo si ha una preziosa bibita tonica, rinforzante, sciogliente il catarro. Viene pure usato nelle febbri intermittenti e dissenteria cronica. Dopo usato, non si deve gettare via, ma può essere mangiato come 1’insalata, essendo molto nutriente e digestivo.

**Licopodio**

*Lycopodium clavatum, L.* [TAV. 2 - N. 11](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav2.jpg)

DESCRIZIONE: Fusto lungamente strisciante (60-100 cm.); foglie sparse, lanceolate, acute, terminate da lungo pelo, minutamente denticolate: spighe ordinariamente 2 nell’estremità dei rami.

H: nei boschi di conifere della zona subalpina e alpina.

P: le spore.

F: Licopodiacee.

*La droga è costituita dalle spore,* cioè da una polvere leggera, mobile, granulosa, non aderente alle dita, di color giallo pallido. Posta nell’acqua, galleggia, ma con la bollitura affonda; gettata sulle fiamme brucia scoppiettando, senza odore e senza fumo. E’ usata, quale *polvere aspersoria,* nell’eritema (pelle arrossata) e nell’igiene dei bambini lattanti, asciugando la pelle. Presa nell’acqua in dose da 1-3 gr., giova nei calcoli della vescica, nei catarri della stessa, nel reumatismo, e nei crampi di stomaco. *La stessa pianta* bollita nel vino, avrebbe le stesse virtu; e in generale serve per tutte le malattie della pelle.

**Linaiola**

*Linaria vulgaris, Mill.*

DESCRIZIONE: Fusto eretto semplice (30-60 cm.); foglie sparse, lineari, lanceolate; fiori grandi assai più lunghi del calice; corolla gialla con sperone a essa uguale o più lungo; cassula ovata.

H: comune nei campi e nei vigneti.

P: le sommità fiorite.

F: Scrofulariacee.

Questa pianticella con fiori bianco-gialli, simili a quelli della *bocca di leone,* ha proprietà calmanti e diuretiche; quindi giova in *infuso* contro la ritenzione d’orina. *L’intiera pianta,* pesata e applicata come empiastro sulle emorroidi, vale a calmare rapidamente il bruciore. Simili virtù ha pure la specie consimile, la *Linaria Cymballaria,* Mill.

**Lino**

*Linum usitatissimum, L.*

H: coltivata.

P: i semi.

F: Linacee.

I *semi di lino* hanno proprietà emollienti, rinfrescanti, lassative, risolventi e si usano per molte malattie. Si prepara la droga a freddo in questo modo: si mette un cucchiaio di semi di lino in un bicchier d’acqua alla sera e vi si lascia fino alla mattina. Durante questo tempo, esce il succo mucoso dai semi, da formare una poltiglia gelatinosa; si scalda 1’acqua fino che diventa liquido; si filtra e si beve a digiuno. E’ ottimo rimedio contro le costipazioni e come emolliente e calmante, nelle infiammazioni delle vie urinarie. Si può fare anche il *decotto,* con una parte di semi e 25 di acqua.

I *cataplasmi* di semi schiacciati (farina di lino) servono per risolvere gli stati infiammatori della mucosa bronchiale e intestinale, o per favorire la maturazione di raccolte di pus. Il decotto di semi, schiacciati attraverso un pannolino e bevuto a tazze, dà una cura nel reumatismo, nei catarri, nella tosse, nelle infiammazioni, nelle febbri e nel mal della pietra. Anche *1’olio* che si estrae dai semi si usa come *impacco* nei tumori, nei piedi aperti, e sul ventre nella colica. Dosi: 4 parti di olio di lino e 3 di olio di mandorle; oppure sulle ferite si possono usare 420 gr. di olio e 4-5 tuorli d’uovo; oppure ancora: olio di lino e acqua di calce in parti uguali, che è il miglior lenimento contro le scottature.

**Luppolo**

*Humulus Lupulus, L.*

NOMI DIALETTALI: Fioranzes, Bruscanzoi, Ortis Bruscandoi, Ligabosch.

DESCRIZIONE: Fusto piuttosto sottile, volubile da sinistra a destra, ramoso; foglie opposte picciolate, palmate con 3-5 lobi; molto ruvide di sotto; fiori stamiferi in pannocchie opposte.

H: frequente nelle valli e in mezzo alle siepi.

P: i fiori.

F: Orticacee.

I *fiori* di luppolo hanno proprietà calmanti, narcotiche, digestive. Si fa *1’infuso* di 20 gr. in un litro d’acqua, e si usa nelle insonnie, nelle agitazioni nervose, nei crampi di stomaco e nelle difficili digestioni. *L’estratto,* preso a piccole dosi solo o con acqua tre volte al di, giova nell’itterizia e nei dolori di gotta. Anche i *polloni giovani* servono quale gustosa insalata primaverile, contro i mali di fegato.