**Madreselva**

*Lonicera caprifolium, L.*

DESCRIZIONE: Pianta cespugliosa a rami lunghi flessibili a fiori bianco-giallognoli con scorza grigiastra.

H: comune nelle siepi e nei boschi.

P: la scorza, le foglie e i fiori.

F: Caprifogliacee.

La *scorza fresca* è ottimo diuretico in decotto di 25-50 gr. per 1 litro di acqua da prendersi a bicchieri fuori dei pasti. Fa buoni servizi anche nella gotta, idropisia, itterizia, renella e nei disturbi di fegato e milza. Al decotto si può sostituire la macerazione di 150 gr. di corteccia in 1 litro di vino. Con un pizzico di fiori in una tazza di acqua si fa il the sudorifero e diuretico, mentre con l’infuso di foglie si fanno colluttori nelle infiammazioni della bocca e della faringe, come pure nel singhiozzo e nei dolori di testa nervosi.

**Malva**

*Malva alcea* [TAV. 8 - N. 57](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav8.jpg)

*M. Silvestris, M. rotundifolia, L.*

DESCRIZIONE: *Malva alcea,* L. - Fusti eretti (50-100 cm. ); foglie lungamente picciolate, cuoriformi-rotonde, più o meno lobate; calicetto a foglioline ovali acute; calice a lobi triangolari; corolla il doppio o il triplo del calice; carpelli neri, arrotondati sul dorso o rugosi.

*Malva silvestris,* L. - Fusto ascendente (30-60 cm.); foglie cuoriformi rotonde, divise in 5-7 lobi rotondato-dentati; peduncoli più corti delle foglie; petali assai più lunghi del calice; carpelli reticolato-rugosi a orli acuti non dentati.

*Malva rotundifolia,* L. - Fusti ramosi (20-50 cm.); foglie rotonde cuoriformi, superficialmente lobate; peduncoli fruttiferi reflessi; foglioline del calicetto lineari; corolla circa il doppio del calice; carpelli lisci, marginati, ma non dentati.

H: luoghi incolti, margini erbosi dei campi e delle strade.

P: foglie e fiori.

R: le foglie all’epoca della fioritura.

F: Malvacee.

I *fiori* e le *foglie* di tutte e tre le specie, da soli o uniti ad altre specie emollienti, danno un *the nutritivo,* calmante, rinfrescante che agisce direttamente sugli organi invasi da catarro. Questo the giova pure nei disturbi pettorali, nell’etisia. Dose: 15 gr. in un litro d’acqua. Anche il *the di sole foglie* serve contro le coliche e la dissenteria. Cotte come gli spinaci, facilitano la digestione e sono aperitive. *I vapori cocenti* dell’infuso (cui s’aggiungono fiori di sambuco, di camomilla, foglie di senna e un po’ di sale ammoniaco) sono indicatissimi contro la tosse, tosse asinina, infiammazione di gola e nell’asma; ammolliscono, disciolgono, purificano. *Le foglie fresche pestate,* le *radici* e i *semi* servono quali empiastri, per rammollire glandule, tumori, paterecci, ecc. *Foglie e radici cotte,* poste nel vino insieme con i semi di finocchio, sollevano i dolori intestinali e mitigano i dolori di evacuazione. A tale scopo si usano anche i clisteri.

**Malvone**

*Altaea rosea, L.*

DESCRIZIONE: Fusto eretto (1-2 m.); foglie grandi rugose, le inferiori cuoriformi rotonde angolato-lobate, le superiori più o meno profondamente lobate; peduncoli ascellari 1-3, corti; calicetto con 5-8 lacinie; carpelli molti, scanalati sul dorso, rugosi.

H: coltivata negli orti.

P: i fiori.

F: Malvacee.

I *fiori «Malvae arboreae»* servono per il mal di gola, nei catarri bronchiali, nella costipazione pettorale; mitigano i crampi di stomaco e della vescica. Si fa il *the* di 15 gr. in un litro d’acqua. *Con i vapori cocenti* si leniscono i dolori d’orecchie. *Per gli occhi purulenti,* cisposi, si usa *la lavatura* con 8 gr. di fiori in 200 gr. d’acqua; si filtra a freddo, e vi si aggiungono 6 gocce di spirito canforato.

**Marrobio**

*Marrubium vulgare, L.*

DESCRIZIONE: Fusti bianco-lanosi (40-50 cm.); foglie ovate o rotonde, verdi-lanose o bianco-lanose di sotto, crenate; verticellastri a molti fiori bianchi; calice con 10 denti lesiniformi patenti, uncinato-ricurvi; corolla bianca più lunga del calice con labbro superiore bifido.

H: luoghi incolti, asciutti, arenosi e lungo le strade di campagna.

P: le sommità fiorite e le foglie.

F: Labiate.

L’«Herba marrubii» o «Lamii Mariae» e molto amara, aromatica, di odore muscoso. I Greci la conoscevano col nome di Praison. Il the si prepara con le foglie disseccate, colte durante o dopo la fioritura e giova nell’etisia, nelle mestruazioni irregolari, nei dolori della matrice, nella tosse e tosse convulsiva e favorisce assai la digestione, come amaro tonico. L’infuso si fa con 10-15 gr. di foglie e fiori, in un litro di acqua che si lascia sedare per 10-15

minuti. Le *foglie,* messe nel vino bianco (30 gr. in un litro di vino) e lasciate in composta per 8 giorni, servono per purificare i polmoni e il petto dai catarri, libera il fegato e la milza da ingorghi e uccide i vermi. Se ne prende un bicchierino dopo i pasti. Lo *sciroppo* si ottiene con tre quarti di litro d’infuso nel quale si versa *1/2,* kg. di zucchero; si cuoce fino a densità voluta; bollendo più fortemente e a lungo, si hanno *le pastiglie.* E’ salutare nell’asma con espettorazione densa, gialliccia, e in molte altre malattie della mucosa. Il *succo,* unito a olio di olivo, introdotto a gocce nelle orecchie malate, fa cessare il male, specialmente se viene da raffreddore. Le *foglie* e i *semi,* uniti a burro, fanno scomparire il gozzo.

**Melissa**

(Erba limona)

*Melissa officinalis, L.*

DESCRIZIONE: Fusti ramosisimi (30-80 cm.); foglie tutte picciolate, reticolate, ovali, largamente crenulate; cime ascellari di 6-12 fiori bianco-rosei; calice vellutato con denti cortissimi, mucronati nel labbro superiore e lanceolato-aristati nell’inferiore.

H: nelle siepi, lungo i sentieri di campagna, ai margini dei boschi della zona collina e montana.

P: sommità fiorite e foglie.

F: Labiate.

La *melissa* ha proprietà toniche, stomachiche, stimolanti. Si adopera il *the* in dose di 15-20 gr. in un litro d’acqua. Giova nelle sofferenze leggere di nervi, nei disturbi al basso ventre, nei crampi di stomaco, nelle difficili digestioni, nei vomiti nervosi delle donne, in particolari circostanze, nelle coliche della matrice, nell’emicrania e nei mali nervosi della faccia, dei denti e delle orecchie.

La *melissa,* messa in *infusione nel vino bianco,* e bevuto a bicchierini per alcuni giorni, serve nei mali sopra- descritti, rinforza il cuore e il cervello e giova ancora nell’avvelenamento di funghi. *Le foglie fresche, pestate* e applicate sulle ferite, giovano rinfrescando e calmando i dolori.

**Melograno**

*Punica Granatum, L.*

DESCRIZIONE: Arbusto (3-5 m.); foglie lanceolate o bislungo-lanceolate, decidue, opposte o alterne, spesso affastellate; fiori grandi sessili solitari o riuniti 2-3 in cima ai rami; calice carnoso rosso; petali ovali rossi; frutto globoso depresso coronato dal calice; semi rosso-angolosi, traslucidi simili a cristalli di granata.

H: coltivato.

P: fiori, frutti, corteccia dei rami e della radice.

F: Punicacee. *Tutte le parti* della pianta sono astringenti, per il tannino che contengono; ma *la corteccia della radice* e la più usata per espellere il *verme solitario.* Dose: dopo un giorno di digiuno, si prendono da 40 a 60 gr. di radice in decozione di 250 grammi di acqua; si prende tre volte di mattina, a un’ora d’intervallo, a cui si fa seguire un forte purgante di olio di ricino. In 3-4 ore dopo deve succedere 1’espulsione del temuto e intrigante parassita. Le stesse proprietà, ma meno attive, sono presentate anche dalla *corteccia del tronco* e dai *fiori;* con essi si preparano pozioni astringenti, specialmente contro la diarrea. *Con i frutti* si preparano sciroppi rinfrescanti.

**Menta peperita**

*Mentha piperita, L.*[TAV. 8 - N. 6 3](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav8.jpg)

DESCRIZIONE: Pianta glabra; foglie picciolate, bislunghe, acute, seghettate, rotonde, smerlate alla base; glomeruli di fiori disposti in spiga cilindrica allungata, interrotta alla base; calici purpurescenti con denti lesiniformi.

H: coltivata negli orti.

P: le foglie.

R: durante la fioritura.

F: Labiate.

Questa specie di menta, officinale, e la più ricercata, ha proprietà toniche, eccitanti, antispasmodiche, antisettiche e calmanti. Si usa *1’infusione* di 30 gr. di foglie fresche in un litro d’acqua. Presa prima o dopo i pasti, eccita 1’appetito e facilita la digestione. Questo infuso e indicatissimo nei dolori di stomaco, nelle insonnie e nella debolezza generale. E tonico ed eccitante nell’atonia intestinale, antispasmodico nel vomito nervoso e nelle coliche. Le *foglie fresche pestate* servono ad arrestare la portata lattea.

**Menta Crespa, M. acquatica**

M. Romana e Mentastro

*Mentha crispa, L., Mentha aquatica, L. Mentha pulegium, L. et Mentha siloestris, L.*

*Mentha crispa, L*. – Foglie ondoso-increspate, dentate, quasi rugose.

*Mentha aquatica, L*. - Fusto (30-50 cm.), ramoso tetragono, foglie opposte, picciolate, ovali, seghettate; fiori in capolini ascellari o terminali, quasi globosi; calice a denti triangolari alla base, bruscamente e lungamente ristretti in appendice lesiniforme.

*Mentha pulegium, L.* - Fusti grossetti tetragoni, ascendenti, radicati alla base (10-30 cm.); foglie brevemente picciolate ellittiche o bislunghe, leggermente dentate; fiorini glomeruli ascellari; calice chiuso da peli.

*Mentha silvestris, L*. - Fusto eretto (40-80 cm.); foglie sessili, reticolato-angolose, bianche e mollemente tomentose di sotto, ovali od ovali-bislunghe, acute; fiori rosei o bianchi in glomeruli disposti a spiga cilindrica; brattee lineari lesiformi.

H: tutte e quattro queste specie si trovano lungo i fossi, corsi d’acqua e prati umidi, dalla pianura alla zona subalpina.

F: Labiate. La menta acquatica e la crespa hanno le stesse proprietà della menta peperita; anzi, nelle affezioni coleriche e nell’ipocondria la menta crespa e più forte della piperita.

 La *menta romana* e il *mentastro* sono meno attive delle precedenti. *Da notarsi* che il mentastro si adopera anche come revulsivo e vescicatorio, applicato contuso quale empiastro sui flemoni.

**Mercorella**

*Mercurialis annua, L.*

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (20-40 cm.); foglie opposte di un verde chiaro, ovali, lanceolate, rotondate alla base, crenulate, picciolate; fiori quasi sessili; cassule irte di punti verdi terminate in pelo bianco.

H: nei vigneti ombrosi e freschi, lungo le siepi.

P: le foglie.

F: Euforbiacee.

Le *foglie* si adoperano come impacco emolliente; presa in *decozione* (15 gr. in 500 d’acqua), ha virtù lassative. Il *succo* (10 gr. in una tazza di brodo) arresta la secrezione lattea.

**Millefoglio**

*Achillea Afillefolium, L.* [TAV. 9 - N. 68](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav9.jpg)

NOMI DIALETTALI: Milifoi, Erba de careo mat, erba starnudera, Ciaute.

DESCRIZIONE: Pianta un po’ vellutata; rizoma strisciante; fusto eretto semplice o ramoso (20-60 cm.); foglie lanceolate, strette bipennatosette con segmenti principali numerosi e laciniette strette, lineari, mucronate, le superiori lineari allungate; capolini piccoli ovoideo-campanulati in corimbo denso; fiori del raggio bianchi o rosei.

H: comune nei prati, luoghi erbosi dalla pianura alla zona alpina.

P: foglie e fiori.

F: Composte. Questa bella e preziosa pianticella ha virtu antispasmodiche, astringenti, antiemorroidarie, emostatiche (che fermano il sangue) e vulnerarie.

Le *foglie* e i *fiori bianchi* o *rosei,* a *corimbo,* sono tonici, astringenti, e giovano sugli organi del basso ventre e sulle mucose. I fiori sono calmanti e insieme eccitanti, come la camomilla. I disturbi di digestione, l’emorroide, 1’artrite, i passaggi sanguigni, le congestioni unite a battiti di cuore, le febbri intermittenti e le malattie delle donne vengono tutte curate con tale pianta. Si prepara *1’infusione* di 70 gr. di foglie e fiori in 3 quarti di litro d’acqua, e quindi, lasciato il tutto riposare per 5 minuti, si filtra e se ne beve di quando in quando una mezza tazza. Le *foglie peste* e spesso cambiate sulle ferite, le guariscono presto. Anche usate nei bagni, rinforzano 1’organismo.

Il *succo* serve per cure primaverili e quale calmante per i crampi di stomaco. Giova nelle mestruazioni mancanti o dolorose, o nelle troppo durature, nelle emorragie polmonari che dipendono da oppilazione del basso ventre e dal flusso mestruale. Si usa pure nei flussi mucosi del polmone, nell’intestino, nei gangli nervosi per dissonanza prodotta da disturbi digestivi, quali diarrea, acidità, flatulenze. Se ne usa da 70 a 100 gr. al dì, spremuto dalle piante in fioritura. Contro le ragadi del capezzolo, le ulcerazioni delle varici e delle emorroidi, per ristagnare il sangue e sanare ferite e piaghe, si fa *l’infuso di foglie fresche* e *fiori* in parti uguali d’acqua. Si pestano insieme 50 gr. di foglie e fiori e vi si versa 50 gr. di acqua bollente: con 1’acqua si lava la ferita o la piaga, indi vi si applica 1’erba cotta.

**Mirtillo**

*Uaccinium Myrtillus, L.*

NOMI DIALETTALI: Giasenar, Scarlavezar, Calvezari, Grisonar, Gramagnoni, Baghiar.

DESCRIZIONE: Fusto con rami angolosi e alati (10-30 cm.); foglie caduche ovato-dentate; fiori solitari sopra peduncoli più corti delle foglie; corolla bianco-verdastra o

rosea; bacche nere.

H: comune nei nostri boschi dai 700 m. in su.

P: le bacche.

F: Ericacee.

Il *mirtillo rosso* ha proprietà astringenti, toniche e antisettiche. Il *succo* e lo *sciroppo* giovano contro la diarrea. Nelle diarree ostinate, si prende del vino nero, vi si immettono le bacche, dove si lasciano per qualche tempo; in casi urgenti, si bolliscono in esso. La *tintura* si ottiene versando acquavite sulle bacche, in recipienti ben chiusi e posti al sole o al caldo. avendo queste bacche proprietà antisettiche e astringenti, si usano in *pozione* (4-5 cucchiai al giorno) o in *tintura* (50 gocce prima del pasto) nelle enteriti acute, nell’atonia intestinale, negli eczemi cutanei (impacchi), nel mal di bocca e nelle emorroidi (compres- se), come pure nel diabete.

**Mirtillo rosso**

*Vaccinium Vitis Idaea, L.*

NOMI DIALETTALI: Grantenari, Brocon, Martel Broc, Gramagnoni, Ambrosinari

DESCRIZIONE: Fusti eretti o ascendenti (10-20 cm.); foglie persistenti, coriacee, ellittiche od ovate a rovescio con margini reflessi, pallide o punteggiate di sotto; corolla campanulata bianca o rosea, orceolato-glabra; bacca globosa rossa.

H: comune nei luoghi ove cresce il mirtillo.

P: le bacche.

F: Ericacee. *Le bacche rosse, senza osso,* si usano nelle febbri intermittenti e catarrose; promuovono 1’appetito e 1’urinazione; schiacciate e versatavi sopra dell’acqua con zucchero, danno una bevanda eccellente e rinfrescante. L’infuso di foglie e urinifero.

**Morine**

*Globularia vulgaris, L.* [TAV. 12 - N. 85](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav12.jpg)

DESCRIZIONE: Fusto erbaceo semplice (10-20 cm.); foglie basali in rosetta, obovate, smarginate o dentate, le cauline numerose alterne sessili, lanceolato-acute; fiori celesti in capolino semplice denso globoso, corolla e labbro sup. bifido.

H: sui colli rocciosi sterili della zona collina e montana.

P: le foglie.

F: Globulariacee.

Le *foglie* di questa preziosa pianticella hanno proprietà purgative e diuretiche. Si fa la *decozione* di 20 gr. di foglie in 200 gr. di acqua. Ha analoga azione a quella di sena, senza tuttavia dar luogo a nausee e irritazione intestinale. La *tintura* sembra possedere anche proprietà antireumatiche.

**Motellina**

*Meum Mutellina, Gaert.*[TAV. 8 - N. 60](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav8.jpg)

DESCRIZIONE: Fusto eretto, striato, semplice o quasi (10-20 cm.); foglie ovali bipennatosette a segmenti lanceolato-lineari acuti, le inferiori picciolate, le superiori nulle o 1-2; ombrelle con 8-15 raggi; involucretti a più foglioline lanceolato-lineari, bianco membranose nel margine; frutto piccolo ovoideo.

H: nei prati umidi di monte.

P: le radici.

F: Ombrellifere.

Questa piccola ombrellifera, in confronto di tante altre cespugliose e slanciate, ha proprietà depurative, stimolanti, astringenti, antifebbrifughe. Si fa *1’infuso della radice* in dose di 15-20 gr. in un litro d’acqua, e si usa nei raffreddori, nei catarri, nella raucedine, nel mal di testa, nelle glandole infiammate, nella risipola facciale e nella grossezza di sangue. Unita ad altre specie di alta montagna, entra a far parte del cosiddetto *«The dei Professori»* del quale parlerò in altra parte di questo libro.

**Mughetto**

*Convallaria maialis, L.*

NOMI DIALETTALI: Camanelle, Filanfole, S’ciopete, Ampalio, Gratadoie, Filefole, ecc.

DESCRIZIONE: Rizoma obliquo, emettente un ramet-to con 2-3 foglie ellittiche allungate, ottusette; scarpo più corto delle foglie, terminato in racemo di fiori bianchi odorosi.

H: nei boschi dalla zona montana alla subalpina.

P: 1’intera pianta.

F: Liliacee.

Nonostante la gradevole fragranza che manda, nella primavera, questa graziosa pianticella, tuttavia essa *è velenosa.* Possiede pero virtù cardiotoniche, e sostituisce la digitale e la caffeina. Si usa *1’infuso* di 10 gr. in un litro di acqua, aggiungendovi mucillagine gommosa. *E rimedio però pericoloso;* per questo è necessario consultare il medico. Il *succo* giova per mali di occhi. *Alcuni usano* riempire di fiori un vaso di vetro, lo mettono scoperto per alcuni giorni in mezzo a un formicaio, adoperando 1’acqua che si forma nel recipiente per i dolori di podagra.

**Musco arboreo**

*Cladonia rangiferina, L.* [TAV. 3 - N. 22](http://www.sorgente90.it/atanasio/Tavole/tav3.jpg)

DESCRIZIONE: E’ un elegante Lichene conformato ad alberello, con tallo frondoso, di color cinereo sbiadito. Le sommità portano concettacoli piccoli di color bruno.

H: comune nei terreni ricchi di muschi ed esposti a nord.

P: la pianta.

F: Licheni.

Il *musco arboreo* è un elegante lichene formato ad alberetto: esso nella terapia *sostituisce il lichene islandico;* per di più è usato quale antifebbrifugo.