

# ĀRSTNIECĪBAS AUGI VESELĪBAI

Lai augi  
kļūtu par veselības avotu,  
tie labi jāpazīst,  
pareizi jāsagatavo  
un regulāri jālieto!

2. izdevums



*Ulda Baltuta*  
vāka noformējums  
Redaktore *Ilze Čerņevska*  
Maketētāja *Lilija Rimicāne*

Vākam izmantota fotogrāfija no © iStockphoto/BVDC

ISBN 978-9984-800-93-6

© A. Ābelītis, teksts, 1997, 2010  
© «Izdevniecība Avots», 2010  
© U. Baltutis, vāka nof., 2010

# IEVADAM

Augi ir tas mūžam jaunais, neizsīkstošais ārstniecības līdzekļu avots, kura bagātības noderējušas visām cilvēku paaudzēm.

Viens no svarīgākajiem veselības saglabāšanas un atgūšanas faktoriem ir pareizs uzturs. Lielākā kļūda parasti ir tā, ka pat gadiem ilgi ēdiens ir augļiem un dārzeņiem nabadzīgs. Ļoti zīmīgi, ka daudzi pārtikas augi un visi garšaugi ir kādreiz bijuši tautas medicīnā ārstniecības augi.

Augļaugus un dārzeņaugus, tāpat garšaugus pamatoti sauc par profilaktiskiem ārstniecības augiem, un tāpēc arī tie šeit aprakstīti. Tie nepieciešami arī veseliem cilvēkiem, lai pasargātos no saslimšanas. Mūža otrajā pusē, kad liela daļa cilvēku nepareiza uztura un vielmaiņas traucējumu dēļ cieš no pārlieka svara, augļi un dārzeņi lietojami tālab, ka satur maz kaloriju.

Taču galvenā uzmanība grāmatā pievērsta savvaļas ārstniecības augiem, to vākšanai, žāvēšanai, lietošanai.

**Izmanto** ziedošus lakstus.

**Lieto** kā sāpes remdinošu un nomierinošu līdzekli, pret sirdsdarbības traucējumiem; arīgi lieto vannām (nervoziem, nemierīgiem bērniem).

### **Kalnu āboliņš – *Trifolium montanum* L.**

Daudzgadīgs augs. Aug sausās saulainās pļavās, gaišos mežos, mežmalās. Diezgan bieži. Zied no jūnija līdz augustam.

**Izmanto** ziedkopas, lakstus.

**Lieto** pie ginekoloģiskām slimībām (ziedkopu novārījumu), pret vēdersāpēm, gremošanas traucējumiem, trūcēm (stipru lakstu novārījumu).

### **Lauku āboliņš – *Trifolium arvense* L. (4. att.)**

Viengadīgs vai viengadīgs pārziemojošs augs. Aug smilšainos laukos, pakalnos, ceļmalās. Bieži. Zied no jūnija līdz septembrim.

**Izmanto** ziedgalviņas.

**Darbība** ir savelkoša, pretiekaisuma, sāpes remdinoša, antiseptiska.

**Lieto** pie saaukstēšanās, paaugstinātas temperatūras, pret klepu, bronhītu un citām elpošanas orgānu slimībām, pret aizsmakumu, galvassāpēm, migrēnu, pie aizdusas, kā vispārēju spēcinošu līdzekli, pie cukura diabēta, pret caureju, dizentēriju, urīnpūšļa iekaisumiem, kuņģa–zarnu trakta kolikām, pie dažādām ginekoloģiskajām slimībām (baltajiem ziediem u. c.), pret iekšējām asiņošanām, dažādiem nervu sistēmas traucējumiem (uz 1 glāzi verdoša ūdens ņem 3 tējkarotes drogas, ļauj slēgtā traukā 1/2–1 stundu ievilkties, lieto pa 1/4 glāzei 4 reizes dienā pirms ēšanas); arīgi lieto pie strutojošām brūcēm un čūlām (novārījumu apmazgāšanai),



4. att.

# AUGU ALFABĒTISKAIS RĀDĪTĀJS LATVIEŠU VALODĀ

## A

Ābele	14
– mājas	14
– meža	14
Āboliņš	15
– baltais	15
– bastardāboliņš	16
– brūnais	16
– dzeltenais	16
– kalnu	17
– lauku	17
– pļavas jeb sarkanais	18
– zirgu	19
Akmeņlauzīte, sīpoliņu	19
Alksnis	20
– baltalksnis	20
– melnalksnis	20
Alveja, kokveidīgā	21
Amoliņš	22
– augstais	22
– ārstniecības	22
Ancītis, ārstniecības	23
Apinis, parastais	24
Apse	26
– drebošā	26
– baltapse	26
– balzampapse	26
– melnapse	26
Aronija, melnaugļu	28
Asinszāle, divšķautņu	28
Atālene, purva	30
Augstiņš, čemuru	30
Auza, sējas	31
Avene, meža	32

## B

Balanda, baltā	33
Baldriāns, ārstniecības	34
Bārbele, parastā	35
Baziliks, parastais	37
Bērzs	37
– āra	37
– purva	37
Bērzu piepe, melnā	39
Biete, sarkanā	41
Biškrēsliņš	42
– balzama, balzampīpene	42
– parastais	42
Blaktene, lauku	43
Brūklenes	44
Bumbiere, dārza	45
Burkāns	45
– dārza	45
– savvaļas	45

## C

Ceļmalīte (ceļtekas)	46
– lielā	47
– smilts	49
– šaurlapu	47
– vidējā	47
Ceriņš, parastais	49
Cietpiene, tīrumu	50
Cigoriņš, parastais	50
Cirvene, parastā	51

<b>D</b>		– asinssārtā	65
		– meža	65
Dadzis	52	– pļavas	65
– lielais	52	– purva	65
– mazais	52	– Roberta	66
– pūkainais	52	Gārša, podagras	67
Deviņvīruspēks	54	Glīvene, peldošā	68
– miltainais	54	Grābeklīte, velnarutku	68
– parastais	54	Grīslis	69
Dienziēde, dzeltenā	56	– pūkainais	69
Dievkociņš	56	– smilts	69
Dille, smaržīgā	56	Gurķene, ārstniecības	70
Dižegle, Sibīrijas	57	Gurķis	71
Dižzirdzene, ārstniecības	58		
Donis	59	<b>I</b>	
– kamolu	59	leva, parastā	71
– krupju	59	Ilzīte (romiešu kumelīte)	72
– plašais	59	– dzeltenā	72
Dzelzene	59	– lauku	73
– lielā	59	Īrbene, parastā	73
– pļavas	60	Īslandes ķērpis	75
Dzērvenes	60	Izops, ārstniecības	75
– lielā	60		
– sīkā	60	<b>J</b>	
Dziedeniēte, Eiropas	61	Jānītis	76
Dzirkstelīte	62	– asais	76
		– Kanādas	76
<b>E</b>		Jāņogas, sarkanās	77
Egle, Eiropas (parastā egle)	62		
		<b>K</b>	
<b>Ē</b>		Kabacis	78
Ērkšķoga, ērkšķene, nokarenā	63	Kaķpēdiņa, divmāju	78
		Kaķpēdiņa, dzeltenā	78
<b>F</b>		Kaķumētra, īstā	79
Fenhelis, parastais	63	Kālme	80
		Kaņepe, sējas	81
<b>G</b>		Kapmirte, mazā	82
Gaiļbiksītes	64	Kāposts, galviņu	83
Gandrene (ģērānijas)	65	Kartupelis	84
		Kaulene	85

Kazene	85	– ķeraiņu	109
Klintene, tumšā	86	– mīkstā	109
Kliņģerīte	87	– ziemeļu	109
Kļava, platānu	88	Magone	110
Korinte, vārpainā	89	– austrumu	110
Kosa, tīrumu	89	– lauku	110
– meža	90	– miega	110
– pļavu	90	– sarainā	110
– ziemzaļā	90	– zīda	110
Kumelīte	91	Majorāns, dārza	111
– maura	91	Māllēpe	111
– smaržīgā	92	Malva	113
Kvieši, mīkstie	93	– cirtainā	113
		– mazā	113
		– meža	113
		– mieturu	113
		– novārta	113
<b>K</b>		Mārdadzis	114
Ķērsa, pļavas	94	Mārpuķīte, ziemas	115
Ķimene, pļavas	94	Mārrutks	116
Ķiploks	95	Mārsils (timiāns)	117
Ķirbis, parastais	97	– lielais	117
Ķirsis	98	– mazais	117
– saldais	98	– parastais	117
– skābais	98	Mārsmilga, smaržīgā	119
		Mātere	119
<b>L</b>		– piecdaivu	119
Lācene	99	– sirds	119
Lakacis, ārstniecības	100	Mauraga	120
Lavanda, ārstniecības	101	– čemurainā	120
Lavatera, Tīringas	101	– daglīšu	120
Lazda, parastā	102	– mazā	121
Lēdzerkstes	103	Mazlēpe, parastā	122
Liepa, ziemas	103	Mazpurenīte, pavasara	122
Lini	105	Melisa, ārstniecības	123
– pļavas liniņi	105	Mellenes	124
– sējas	105	Mētra, lauku	125
Lucerna	106	Mežloki	125
– apiņu	106	Mieži, parastie	126
– sējas	107	Miltene, mūžzaļā	127
– sirpjveida	107		
Lupstājs, ārstniecības	107	<b>N</b>	
		Naktssvece, divgadīgā	128
<b>M</b>		Nātre	128
Madara	108	– lielā	128
– īstā	108		

– sīkā	130	– mājas	151
Naudulis, tīrumu	130	Priede, meža	152
Neaizmirstulīte	131	Pulkstenīte	154
– lauku	131	– apaļlapu	154
– purvu	131	– briežu	154
Niedre, parastā	132	– kamolainā	155
Noraga	132	– strēļu	155
– klinšu	132	Pupas, lauku	155
– lielā	132	Pupiņas, dārza	156
		Puplaksis, trejlapu	157
		Puravs	157

## O

Osis, augstais	133
Ozols, parastais	134

## P

Pabērzs, parastais	135
Panātre	136
– baltā	136
– skaujošā	137
Pastinaks	137
– dārza	137
– meža	138
Pātaine, ārstniecības	138
Pavirza	139
– tīrumu	139
– zilā	140
Pelašķis	140
– dižais	140
– parastais	140
Pērkoņamoliņš, brūču	142
Pērkonīte, parastā	143
Pēterene, tīrumu	143
Pētersīlis, dārza	144
Pienene, ārstniecības	145
Pilādzis, parastais	147
Piparmētra	148
Pīpene, pļavas	149
Plaušķene, nokarenā	149
Plikstiņš, ganu	150
Plūme	151
– ērkšķu	151
– Kaukāza	151

## R

Rabarbers, palmlapu	158
Rasaskrēsliņš, parastais	159
Raudene, parastā	160
Retējs	161
– dakšainais	161
– krūmu retējs, čužas	162
– ložņu	162
– maura	162
– meža	163
– sudraba	164
Roze	165
– ābolsmaržas	165
– baltā	165
– Gallijas jeb franču	165
– krokainā	166
– rudā	166
Rudzi, sējas	168
Rudzupuķe, zilā	169
Rūgtiļle	170
– kalnu	170
– purva	170
Rutks, melnais	170

## S

Salvija, ārstniecības	172
Saulpuķe, vasaras	173
Selerija, smaržīgā	173
Sīpols, dārza	174
Skābene	176



– blīvā	176	– dažādlapu	198
– krastmalu	177	– tīrumu	198
– krūzainā	178		
– mazā	178	<b>V</b>	
– pļavas	179	Vanagnadziņi, ragainie	199
Skalbe	180	Vārnkāja, purva	199
– dārza	180	Vārpata, ložņu	200
– purva	180	Vējmietiņš, vītoli	201
Smalkžodzene, parastā	181	Veronika	201
Smaržzāle, parastā	182	– avotu	201
Smiltsērķšķis, pabērzu	182	– ārstniecības (zemtekas)	201
Sparģelis, ārstniecības	183	– birtalu	202
Spilve, platlapu	184	– garlapu	202
Spināts, dārza	184	– tīrumu	202
Spulgotne, baltā	185	– upmalu	202
Staģe	185	Vībotne, parastā	203
– britu	185	Vīgrieze	205
– vītoli	185	– lielziemu	205
Sunītis	186	– parastā	205
– nokaru	187	Vīksna	206
– trejdaivu	186	Vīķi, vanagu	
Sūrene	187	(peļu vīķi, peļu zirņi)	207
– abinieku	187	Vīrcle, parastā	207
– blusu	188	Vīrsis	209
– krūmāju	189	Virza, parastā	210
– maura	189	Vistene, melnā	210
– skarbā	190	Vītols, kārkls	211
– vijīgā	190	– baltais	211
– zalkšu	190	– pūpolvītols, blīgzna	211
Sveķene, lipīgā	191	– trauslais	211
<b>Š</b>		– klūdziņu	211
Šizandra, Ķīnas	192	– pelēkais	211
		– sarkanais	211
<b>T</b>		– šķetra	212
Tauksakne, ārstniecības	193	– vicu	212
Trūkumzālīte, kailā	194	Vizulis, parastais	213
<b>U</b>		<b>Z</b>	
Ugunspuķe, šaurlapu	195	Zaķskābene, meža	213
Upenes	196	Zeltene	214
Usne	197	– parastā	214
– asā	197	– pļavas	215
		Zeltgalvīte, dzeltenā	215

Zemenes	216	Zirdzene, meža	223
– meža	216	Zirņi, sējas	224
– smaržīgās	216	Zvagulis	224
– zaļās, spradzenes	216	– lielais	224
Ziemciete, apaļlapu	219	– mazais	224
Ziepenīte	219		
– parastā	219		
– rūgtā	219		
Zilausis, tīrumu	220	<b>Ž</b>	
Zīlenes	221		
Zilgalvīte, mazā	222	Žibulītis, ārstniecības	225
Zilpodze, plakanā	222	Žodzene, ārstniecības	225

# AUGU ALFABĒTISKAIS RĀDĪTĀJS LATĪŅU VALODĀ

## A

<i>Abies Sibirica</i> Ledeb.	57	– <i>lappa</i> L.	52
<i>Acer platanoides</i> L.	88	– <i>minus</i> (Hill) Bernh.	52
<i>Achillea</i> L.	140	– <i>tomentosum</i> Mill.	52
– <i>millefolium</i> L.	140	<i>Arctostaphylos uva-ursi</i> (L.) Sprengel	127
– <i>nobilis</i> L.	140	<i>Armoracia rusticana</i> (Lam.) G.m.Sch.	116
<i>Acorus calamus</i> L.	80	<i>Aronia melanocarpa</i> (Michx.) Elliot	28
<i>Aegopodium podagraria</i> L.	67	<i>Artemisia abrotanum</i> L.	56
<i>Agrimonia eupatoria</i> L.	23	<i>Artemisia vulgaris</i> L.	203
<i>Agropyron repens</i> (L.) P.b.	200	<i>Asparagus officinalis</i> L.	183
<i>Alchemilla vulgaris</i> L. S. I.	159	<i>Avena sativa</i> L.	31
<i>Alisma plantago – aquatica</i> L.	51	<b>B</b>	
<i>Allium porrum</i> L.	157	<i>Bellis perennis</i> L.	115
<i>Allium ursinum</i> L.	125	<i>Berberis vulgaris</i> L.	35
<i>Alnus</i> Gaertn.	20	<i>Beta vulgaris</i> L.	41
– <i>glutinosa</i> (L.) Gaertn.	20	<i>Betonica officinalis</i> L.	138
– <i>incana</i> (L.) Moench	20	<i>Betula</i> L.	37
<i>Aloe arborescens</i> Mill.	21	– <i>pendula</i> Rth.	37
<i>Amelanchier spicata</i> (Lam.) Koch.	89	– <i>pubescens</i> Ehrh.	37
<i>Anagallis</i> L.	139	<i>Bidens</i> L.	186
– <i>arvensis</i> L.	139	– <i>cernuus</i> L.	187
– <i>coerulea</i> Schrb.	140	– <i>tripartitus</i> L.	186
<i>Anethum graveolens</i> L.	56	<i>Borago officinalis</i> L.	70
<i>Angelica silvestris</i> L.	223	<i>Brassica oleracea</i> L.	83
<i>Antennaria dioica</i> (L.) Gaertn.	78	<i>Briza media</i> L.	213
<i>Anthemis nobilis</i> L.	72	<b>C</b>	
– <i>arvensis</i> L.	73	<i>Calendula officinalis</i> L.	87
– <i>tinctoria</i> L.	72	<i>Calluna vulgaris</i> (L.) Hill	209
<i>Anthoxanthum odoratum</i> L.	182	<i>Campanula</i> L.	154
<i>Anthyllis polyphylla</i> W.et.k.	142	– <i>cervicaria</i> L.	154
<i>Apium graveolens</i> L.	173		
<i>Archangelica officinalis</i> (Mnch). Hoffm.	58		
<i>Arctium</i> L.	52		

– <i>glomerata</i> L.	155	<i>Dianthus deltoides</i> L.	62
– <i>rotundifolia</i> L.	154		
– <i>trachelium</i> L.	155	<b>E</b>	
<i>Cannabis sativa</i> L.	81	<i>Empetrum nigrum</i> L.	210
<i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Med.	150	<i>Equisetum arvense</i> L.	89
<i>Cardamine pratensis</i> L.	94	– <i>arvense</i> L.	90
<i>Carex</i> L.	69	– <i>hiemale</i> L.	90
– <i>arenaria</i> L.	69	– <i>palustre</i> L.	91
– <i>hirta</i> L.	69	– <i>pratense</i> Ehrh.	90
<i>Carum carvi</i> L.	94	– <i>silvaticum</i> L.	90
<i>Chamaenerion angustifolium</i> (L.)		<i>Erigeron</i> L.	76
Scop.	195	– <i>acer</i> L.	76
<i>Chenopodium album</i> L.	33	– <i>canadensis</i> L.	76
<i>Cichorium intybus</i> L.	50	<i>Eriophorum latifolium</i> L.	184
<i>Cirsium</i> L.	197	<i>Erodium cicutarium</i> (L.) L'her.	68
– <i>arvense</i> (L.) Scop.	198	<i>Erysimum cheiranthoides</i> L.	143
– <i>heterophyllum</i> (L.) Hill	198	<i>Eryngium planum</i> L.	222
– <i>vulgare</i> (Savi) Airy-Sh.	197	<i>Euphrasia stricta</i> Host.	
<i>Cirsium oleraceum</i> (L.) Scop.	103	( <i>E. officinalis</i> L. Em. Hayne)	225
<i>Centaurea</i> L.	59		
– <i>jacea</i> L.	60	<b>F</b>	
– <i>scabiosa</i> L.	59	<i>Ficaria verna</i> (L.) Huds.	122
<i>Centaurea cyanus</i> L.	169	<i>Filipendula</i> Mill. Em. Ad.	205
<i>Centaureum umbellatum</i> Gil.	30	– <i>hexapetala</i> Gil.	205
<i>Cerasus</i> Juss.	98	– <i>ulmaria</i> (L.) Max.	205
– <i>avium</i> (L.) Moench	98	<i>Foeniculum vulgare</i> Hill.	63
– <i>vulgaris</i> Mill.	98	<i>Fragaria</i> L.	216
<i>Cetraria Islandica</i> (L.) Ach.	75	– <i>moschata</i> Duch.	216
<i>Comarum palustre</i> L.	199	– <i>vesca</i> L.	216
<i>Consolida arvensis</i> Opiz		– <i>viridis</i> Duch.	216
( <i>Delphinium consolida</i> L.)	220	<i>Fraxinus excelsior</i> L.	133
<i>Corylus avellana</i> L.	102		
<i>Cotoneaster melanocarpa</i> Lodd.	86	<b>G</b>	
<i>Crepis tectorum</i> L.	50	<i>Galium</i> L.	108
<i>Cucumis sativus</i> L.	71	– <i>aparine</i> L.	109
<i>Cucurbita pepo</i> L.	97	– <i>boreale</i> L.	109
<i>Cucurbita pepo</i> L.		– <i>mollugo</i> L.	109
var. <i>giraumontia</i> Duch.	78	– <i>verum</i> L.	108
<b>D</b>		<i>Geranium</i> L.	65
<i>Daucus</i> L.	45	– <i>palustre</i> L.	65
– <i>carota</i> L.	45	– <i>pratense</i> L.	65
– <i>sativus</i> (Hoffm.) Roehl.	45	– <i>robertianum</i> L.	66
<i>Descurainia sophia</i> (L.) Webb		– <i>sanguineum</i> L.	65
( <i>Sisymbrium Sophia</i> L.)	181		

– *silvaticum* L. 65  
*Grossularia reclinata* (L.) Mill. 63

## H

*Helianthus annuus* L. 173  
*Helichrysum arenarium*  
(L.) Moench 78  
*Hemerocallis flava* L. 56  
*Herniaria glabra* L. 194  
*Hieracium* L. 120  
– *echioides* Lumn. 120  
– *pilosella* L. 121  
– *umbellatum* L. 120  
*Hierochloa odorata* (L.) Wahlenb. 119  
*Hippophae rhamnoides* L. 182  
*Hordeum vulgare* L. 126  
*Humulus lupulus* L. 24  
*Hydrocharis morsus-ranae* L. 122  
*Hypericum perforatum* L. 28  
*Hyssopus officinalis* L. 75

## I

*Inonotus obliquus* (fr.)  
Pil. F. *Sterilis* (van.) Bond. 39  
*Inula* L. 185  
– *britannica* L. 185  
– *salicina* L. 185  
*Iris* L. 180  
– *germanica* L. 180  
– *pseudacorus* L. 180

## J

*Juncus* L. 59  
– *bufonius* L. 59  
– *effusus* L. 59  
– *leersii* Marss. 59

## K

*Knautia arvensis* (L.) Coult. 143

## L

*Lamium* L. 136

– *album* L. 136  
– *amplexicaule* L. 137  
*Lavandula angustifolia* Mill. 101  
*Lavatera, Thuringiaca* L. 101  
*Leonurus* L. 119  
– *quinquelobatus* Gil. 119  
– *cardiaca* L. 119  
*Leucanthemum vulgare* (L.) Lam. 149  
*Levisticum officinale* Koch 107  
*Linaria vulgaris* L. 207  
*Linum* L. 105  
– *catharticum* L. 105  
– *usitatissimum* L. 105  
*Lotus corniculatus* L. 199  
*Luthrum salicaria* L. 201  
*Lysimachia* L. 214  
– *nummularia* L. 215  
– *vulgaris* L. 214

## M

*Majorana hortensis* Moench  
(*Origanum majorana* L.) 111  
*Malus* Mill. 14  
– *domestica* Borkh. 14  
– *silvestris* L. 14  
*Malva* L. 113  
– *crispa* L. 113  
– *neglecta* Wallr. 113  
– *pusilla* Sm. et Sow. 113  
– *silvestris* L. 113  
– *verticillata* L. 113  
*Matricaria* L. 91  
– *chamomilla* L. 92  
– *matricarioides* (Less.)  
Porter 91  
*Medicago* L. 106  
– *falcata* L. 107  
– *lupulina* L. 106  
– *sativa* L. 107  
*Melandrium album* L. 185  
*Melilotus* L. 22  
– *altissimus* Thuill. 22  
– *officinalis* (L.) Lam. em. Thuill. 22  
*Melissa officinalis* L. 123  
*Mentha arvensis* L. 125

<i>Mentha piperita</i> L.	148	– <i>media</i> L.	47
<i>Menyanthes trifoliata</i> L.	157	– <i>psyllium</i> L.	49
<i>Myosotis</i> L.	131	<i>Polygala</i> L.	219
– <i>arvensis</i> (L.) Hill	131	– <i>amarella</i> Cr.	219
– <i>palustris</i> (L.) Nath.	131	– <i>vulgaris</i> L.	219
<b>N</b>		<i>Polygonum</i> L.	187
<i>Nepeta cataria</i> L.	79	– <i>amphibium</i> L.	187
		– <i>aviculare</i> L.	189
		– <i>bistorta</i> L.	190
		– <i>convolvulus</i> L.	190
		– <i>dumetorum</i> L.	189
		– <i>persicaria</i> L.	188
		– <i>scabrum</i> Moench	190
<b>O</b>		<i>Populus</i> L.	26
<i>Ocimum basilicum</i> L.	37	– <i>alba</i> L.	26
<i>Oenothera biennis</i> L.	128	– <i>balsamifera</i> L.	26
<i>Ononis arvensis</i> L.	43	– <i>nigra</i> L.	26
<i>Origanum vulgare</i> L.	160	– <i>tremula</i> L.	26
<i>Oxalis acetosella</i> L.	213	<i>Potamogeton natans</i> L.	68
<b>P</b>		<i>Potentilla</i> L.	161
<i>Padus racemosa</i> Gil.	71	– <i>anserina</i> L.	162
<i>Papaver</i> L.	110	– <i>argentea</i> L.	164
– <i>argemone</i> L.	110	– <i>bifurca</i> L.	161
– <i>dubium</i> L.	110	– <i>erecta</i> L.	163
– <i>orientale</i> L.	110	– <i>fruticosa</i> L.	162
– <i>rhoeas</i> L.	110	– <i>reptans</i> L.	162
– <i>somniferum</i> L.	110	<i>Primula veris</i> L.	64
<i>Parnassia palustris</i> L.	30	<i>Prunella vulgaris</i> L.	222
<i>Pastinaca</i> L.	137	<i>Prunus</i> L.	151
– <i>sativa</i> L.	137	– <i>divaricata</i> Ldb.	151
– <i>silvestris</i> Gars.	138	– <i>domestica</i> L.	151
<i>Petroselinum sativum</i> Hoffm.	144	– <i>spinosa</i> L.	151
<i>Peucedanum</i> L.	170	<i>Pulmonaria officinalis</i> L.	100
– <i>oreoselinum</i> (L.) Moench	170	<i>Pyrola rotundifolia</i> L.	219
– <i>palustre</i> (L.) Moench	170	<i>Pyrus sativa</i> Lam. et Dc.	45
<i>Phaseolus vulgaris</i> L.	156		
<i>Phragmites communis</i> Trin.	132	<b>Q</b>	
<i>Picea alba</i> (L.) Karst.	62	<i>Quercus robur</i> L.	134
<i>Pimpinella</i> L.	132		
– <i>major</i> (L.) Huds.	132	<b>R</b>	
– <i>saxifraga</i> L.	132	<i>Raphanus sativus</i> L. var.	
<i>Pinus silvestris</i> L.	152	– <i>niger</i> Merat	170
<i>Pisum sativum</i> L.	224	<i>Rhamnus cathartica</i> L.	135
<i>Plantago</i> L.	46	<i>Rheum palmatum</i> L.	158
– <i>lanceolata</i> L.	47		
– <i>major</i> L.	47		

<i>Rhinanthus</i> L.	224	<i>Spinacia oleracea</i> L.	184
– <i>major</i> Ehrh.	224	<i>Stellaria media</i> L.	210
– <i>minor</i> L.	224	<i>Symphytum officinale</i> L.	193
<i>Ribes nigrum</i> L.	196	<i>Syringa vulgaris</i> L.	49
<i>Ribes rubrum</i> L.	77		
<i>Rosa</i> L.	165	<b>T</b>	
– <i>alba</i> L.	165	<i>Tanacetum</i> L.	42
– <i>cinnamomea</i> L.	166	– <i>balsamita</i> L.	42
– <i>eglanteria</i> L.	165	– <i>vulgare</i> L.	42
– <i>gallica</i> L.	165	<i>Taraxacum officinale</i> Web.	145
– <i>rugosa</i> Thunbg.	166	<i>Thlaspi arvense</i> L.	130
<i>Rubus</i> L.	85	<i>Thymus</i> L.	117
<i>Rubus idealus</i> L.	32	– <i>pulegioides</i> L.	117
<i>Rubus saxatilis</i> L.	85	– <i>serpyllum</i> L.	117
<i>Rubus chamaemorus</i> L.	99	– <i>vulgaris</i> L.	117
<i>Rumex</i> L.	176	<i>Tilia cordata</i> Mill.	103
– <i>acetosa</i> L.	179	<i>Trifolium</i> L.	15
– <i>acetosella</i> L.	178	– <i>arvense</i> L.	17
– <i>confertus</i> Willd.	176	– <i>hibridum</i> L.	16
– <i>crispus</i> L.	178	– <i>medium</i> L.	19
– <i>hydrolapathum</i> Huds.	177	– <i>montanum</i> L.	17
		– <i>pratense</i> L.	18
<b>S</b>		– <i>repens</i> L.	15
<i>Salix</i> L.	211	– <i>spadiceum</i> L.	16
– <i>alba</i> L.	211	– <i>strepens</i> Crantz	16
– <i>caprea</i> L.	211	<i>Triticum aestivum</i> L.	93
– <i>cinerea</i> L.	211	<i>Tussilago farfara</i> L.	111
– <i>fragilis</i> L.	211		
– <i>pentandra</i> L.	212	<b>U</b>	
– <i>purpurea</i> L.	211	<i>Ulmus laevis</i> Pall.	206
– <i>triandra</i> L.	212	<i>Urtica</i> L.	128
– <i>viminalis</i> L.	211	– <i>dioica</i> L.	128
<i>Salvia officinalis</i> L.	172	– <i>urens</i> L.	130
<i>Sanicula Europaea</i> L.	61		
<i>Saxifraga granulata</i> L.	19	<b>V</b>	
<i>Schizandra chinensis</i> Baill.	192	<i>Vaccinium</i> L.	60
<i>Secale cereale</i> L.	168	– <i>quadripetalus</i> Gill.	60
<i>Silene nutans</i> L.	149	– <i>microcarpum</i> Turcz.	60
<i>Silybum marianum</i> (L.) Gaertn.	114	<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	124
<i>Sisymbrium officinale</i> L. Scop.		<i>Vaccinium uliginosum</i> L.	221
( <i>erysimum officinalis</i> L.)	225	<i>Vaccinium vitis-idaea</i> L.	44
<i>Solanum tuberosum</i> L.	84	<i>Valeriana officinalis</i> L.	34
<i>Solidago virgaurea</i> L.	215		
<i>Sorbus aucuparia</i> L.	147		

<i>Verbascum</i> L.	54	– <i>longifolia</i> L.	202
– <i>lychnitis</i> L.	54	– <i>officinalis</i> L.	201
– <i>thapsus</i> L.	54	<i>Viburnum opulus</i> L.	73
<i>Veronica</i> L.	201	<i>Vicia cracca</i> L.	207
– <i>anagallis-aquatica</i> L.	202	<i>Vicia faba</i> L. ( <i>Faba vulgaris</i>	
– <i>arvensis</i> L.	202	Moench)	155
– <i>beccabunga</i> L.	201	<i>Vinca minor</i> L.	82
– <i>chamaedrys</i> L.	202	<i>Viscaria vulgaris</i> Bernh.	191



## SATURA RĀDĪTĀJS

Ievadam .....	3
Drogu ievākšana .....	5
Drogu žāvēšana un uzglabāšana.....	8
Drogu lietošana mājas apstākļos .....	10
Ārstniecības augi.....	14
Ārstniecības augi veselīgam uzturam .....	241
Tējas .....	270
Alfabētiskais rādītājs .....	319