

## КОРА ХРАСТА

Припремила: Николина Кљајић



*Quercus robur* – хрст лужњак  
*Quercus petraea* – хрст китњак

У старих Словена хрст је био свето дрво, а легенда каже да је у шупљини дебла старог храста скривено оно што највише желимо. Хрст представља симбол снаге и издржљивости, а велики садржај танина штити га од инсеката и гљивица. Због велике чврстине и отпорности храстово дрво се кроз историју користило као материјал за израду ратних бродова и грађевински материјал. И данас представља драгоцену сировину за израду намештаја, паркета, али и буради у којима сазревају алкохолна пића. Храстова бурад су нарочито цењена међу винарима и произвођачима вискија, јер доприносе боји, укусу и ароми пића.

Танини из коре храстовог дрвета су заслужни и за лековита својства ове биљке. Кора храста лужњака и китњака се у традиционалној медицини користи за ублажавање благе дијареје, благих упалних процеса на кожи и оралној слузокожи и за ублажавање тегоба повезаних са хемороидима. За **унутрашњу употребу** израђују се мацерат или суви екстракт који се користе у терапији дијареје. За **спољашњу употребу** припрема се декокт који се користи за купке или у облику облога за ублажавање благих упалних процеса и свраба коже, слузокоже уста и ждрела и ублажавање симптома хемороида.



Дијареја	Инфламација коже / слузокоже, хемороиди
3 g (1 кашичица) коре храста прелије се са 250 ml хладне воде и остави да стоји преко ноћи. Пије се током целог дана.	5 g коре храста припремити као декокт са 1 l воде. Користи се више пута током дана у виду облога.
1 g спрашене коре у облику таблета или капсула, 3 пута дневно.	20 g коре храста припремити као декокт са 1 l воде. Користи се више пута током дана за испирање уста.
140 mg сувог екстракта коре храста, 4 пута дневно.	
<b>Најдуже три узастопна дана.</b>	<b>Најдуже 7 узастопних дана.</b>

Примена код деце млађе од 18 година, трудница и дојиља се не препоручује с обзиром да нема података о безбедности.

Препарате од коре храста не смеју користити особе са познатом преосетљивошћу, нити се смеју наносити на отворене ране, инфицирану кожу и слузокожу.

Препарати коре храста могу смањити апсорпцију истовремено примењених лекова, због чега се пацијентима мора нагласити да препарате коре храста узимају 1 сат пре или након примене лекова.