

Kompendio de kuracaj plantoj
Précis de Phytothérapie
La santé par les plantes
Eldonejo: Editions Alpen

Franca libreto havebla en ĉiu apoteko

Tradukita de Christian Bertin

Januaro 2009

La marko "???" post esperanta vorto estas signo de tradukpropono post kontrolo de manko en PIV kaj vikipedio.

Kompendio de kuracaj plantoj Précis de Phytothérapie La santé par les plantes Eldonejo: Editions Alpen.....	1
1 Doloroj, perturboj kaj malsanoj.....	6
1.1 Abdomeno: doloroj kaj spasmoj	6
1.2 Aerofagio	6
1.3 Akneo	6
1.4 Angoro.....	6
1.5 Anksieco	6
1.6 Apetito: manko de apetito.....	6
1.7 Arterio: arteriito de la malsupraj membroj.....	6
1.8 Artrito	7
1.9 Artrozo.....	7
1.10 Asmo	7
1.11 Bronkito.....	7
1.12 Celulito	7
1.13 Cerbo: cerba cirkula nesufiĉo	7
1.14 Deprimio.....	7
1.15 Diabeto neinsulindependa.....	7
1.16 Dietistiko de la sportisto.....	7
1.17 Digesto: digestaj spasmoj	7
1.18 Digesto malbona.....	7
1.19 Digesto malfacila	7
1.20 Dormperturboj.....	8
1.21 Dormperturboj infanaj.....	8
1.22 Edemoj, akvoretano.....	8
1.23 Ekimozoj.....	8
1.24 Ekzemoj.....	8
1.25 Emociemo, timo.....	8
1.26 Energio: manko de energio, pesimistema.....	8
1.27 Faltoj.....	8
1.28 Gamboj pezaj	8
1.29 Gripa stato.....	8
1.30 Haroj: harofaloj (alopecio)	8
1.31 Haroj: rompiĝemaj haroj	8
1.32 Haŭto: purigilo	8
1.33 Haŭto seka kaj senbrila.....	9
1.34 Hemoroidoj.....	9

1.35	Hepato: hepata nesufiĉo.....	9
1.36	Hepato: hepataj perturboj	9
1.37	Hipertensio arteria.....	9
1.38	Humorperturboj.....	9
1.39	Imunstimulanto	9
1.40	Inflamo: kontraŭinflama.....	9
1.41	Intelekt: stimulant.....	9
1.42	Intesto: afekcioj.....	9
1.43	Intesto: intestaj spasmoj	9
1.44	Intesto: reelfaro de la intesta flaŭro.....	9
1.45	Kalkulusoj: galvezikaj aŭ urinvezikaj kalkulusoj	9
1.46	Kardio-vaskulaj malsanoj: prevento.....	10
1.47	Kardio-vaskulaj malsanoj: protekto	10
1.48	Kojlito.....	10
1.49	Kolesterolo (troeco de).....	10
1.50	Konstipiĝo.....	10
1.51	Kontraŭanksiaĵoj: senigo de la kuracado per kontraŭanksiaĵoj	10
1.52	Konvalesko	10
1.53	Korpo: stimulant.....	10
1.54	Koŝmaroj.....	10
1.55	Kreskado kaj intelekta disvolviĝo de la infanoj.....	10
1.56	Laceco korpa kaj intelekta	10
1.57	Laceco seksa	10
1.58	Lakso	10
1.59	Laringito	11
1.60	Leŭkoreo (blankaj perdoj)	11
1.61	Malsato: malsatotrompanto	11
1.62	Memorperdo.....	11
1.63	Menopaŭzperturboj	11
1.64	Menstruoj : antaŭmenstruaj sindromoj.....	11
1.65	Menstruoj: menstruaj perturboj.....	11
1.66	Migrenoj	11
1.67	Migrenoj hepatoriginaj	11
1.68	Naŭzoj.....	11
1.69	Nervozeco	11
1.70	Oksidado: kontraŭoksida	11
1.71	Ostoporozo.....	11
1.72	Otorinolaringaj afekcioj recidivaj	12
1.73	Palpitacioj	12
1.74	Pezo (troeco de)	12
1.75	Podagro	12
1.76	Prostato: prostata adenomo.....	12
1.77	Psoriazo	12
1.78	Remineraliganto	12
1.79	Respiraj afekcioj.....	12
1.80	Reŭmatismo	12
1.81	Rinito (malvarmumo).....	12
1.82	Sango: purigilo.....	12
1.83	Sinusito	13
1.84	Spasmoj: kontraŭspasma	13

1.85	Stomako: gastracideco	13
1.86	Stomako: stomakaj kramfoj	13
1.87	Streso	13
1.88	Strioj	13
1.89	Sukero: sukermalsatego	13
1.90	Sunbano: preparo al sunbano	13
1.91	Ŝvelado: ventra ŝvelado	13
1.92	Tabako: sentoksigo	13
1.93	Tendenito	13
1.94	Trakeito	14
1.95	Tusado	14
1.96	Ungoj: rompiĝemaj ungoj	14
1.97	Ureata acido (troeco de)	14
1.98	Uriniga	14
1.99	Urinveziko: cistito	14
1.100	Varikoj	14
1.101	Ventra ebena	14
1.102	Veturmalsano	14
1.103	Vido nokta: perturboj	14
1.104	Vivoforto	14
1.105	Vizaĝo: kuperozo	14
1.106	Voĉo: raŭkiĝo	15
2	Grupigitaj doloroj kaj malsanoj	15
2.1	Ostaj kaj muskolaj problemoj	15
2.2	Laceco	15
2.3	Perturboj de la sanga cirkulado	15
2.4	Beleco de la haŭto, haroj kaj ungoj	16
2.5	Perturboj de la digesto kaj transiro	16
2.6	Problemoj de la virinoj	17
2.7	Nervaj perturboj, dormomanko kaj streso	17
2.8	Haŭtaj problemoj	17
2.9	Perturboj de la cerba funkciado	17
2.10	Problemoj de la respira aparato: bronko, nazo, gorĝo, oreloj	17
2.11	Perturboj de la urina sistemo	18
2.12	Maldikeco	18
2.13	Dietistiko	18
2.14	Doloroj – malvarmiĝoj	19
2.15	Diversaĵoj	19
3	La plantoj kaj aliaj elementoj	19
3.1	Abeljeleo	19
3.2	Acerolo, antila ĉerizujo: frukto (Malpighia punicifolia)	19
3.3	Agropiro: rizomo (Agropyrum repens, Elytrigia repens)	19
3.4	Ajlo: bulbo (Allium sativum)	19
3.5	Amorfofalo??: radiko (Amorphophallus konjac)	19
3.6	Ananaso: tigo kaj frukto (Ananas comosus)	20
3.7	Argilo verda	20
3.8	Arktio granda, lapo: radiko (Arctium lappa)	20
3.9	Arktostafilo??: folio (Arctostaphylos uva-ursi)	20
3.10	Artemizio: folio (Artemisia vulgaris)	20
3.11	Artišoko: folio (Cynara scolymus)	20

3.12	Aveno: semo (<i>Avena sativa</i>).....	20
3.13	Baloteo nigra: infloresko (<i>Ballota nigra</i>).....	20
3.14	Bambuo: tigo eksudaĵo (<i>Bambousa arundinacea</i>).....	20
3.15	Betulo: folio (<i>Betula pendula</i>)	20
3.16	Biergisto (<i>Saccharomyces cerevisiae</i>).....	21
3.17	Bigarado: ŝelo (<i>Citrus anrantium</i>).....	21
3.18	Boldo: folio (<i>Peumus boldus</i>)	21
3.19	Borago: semo (<i>Borago officinalis</i>).....	21
3.20	Cikorio: radiko (<i>Cichorium intybus</i>).....	21
3.21	Cipreso: frukthava konuso (<i>Cupressus sempervirens</i>).....	21
3.22	Ĉerizo: fruktopedunklo (<i>Prunus cerasus</i>)	21
3.23	Ekinaco?? Purpura: radiko (<i>Echinacea purpurea</i>).....	21
3.24	Ekvizeto kampa: sterila aera parto (<i>Equisetum arvense</i>)	22
3.25	Eleŭterokoko: radiko (<i>Eleutherococcus senticosus</i>)	22
3.26	Enotero: semo (<i>Oenothera biennis</i>).....	22
3.27	Erigerono kanada??: floranta parto (<i>Erigeron canadensis</i>).....	22
3.28	Eriko: floro (<i>Erica cinerea</i>)	22
3.29	Eskolcio??: flora parto (<i>Eschscholtzia californica</i>).....	22
3.30	Eŭkalipto: folio (<i>Eucalyptus globulus</i>).....	22
3.31	Eŭpatorio: tuta planto (<i>Eupatorium cannabinum</i>).....	22
3.32	Fazeolo komuna: koso (<i>Phaseolus vulgaris</i>).....	23
3.33	Fenkolo: frukto (<i>Foeniculum vulgare</i>)	23
3.34	Fenugreko: semo (<i>Trigonella foenum-graecum</i>)	23
3.35	Frakseno: folio (<i>Fraxinus excelsior</i>)	23
3.36	Frangolo: ŝelo (<i>Frangula alnus</i>)	23
3.37	Fuko: talo (<i>Fucus vesiculosus</i>).....	23
3.38	Fumario: infloresko (<i>Fumaria officinalis</i>)	23
3.39	Garcinio: frukto (<i>Garcinia cambogia</i> , <i>Garcinia gummi-gutta</i>)	23
3.40	Ginko: folio (<i>Ginkgo biloba</i>)	24
3.41	Ginsengo: radiko (<i>Panax ginseng</i>)	24
3.42	Gvarano: semo (<i>Paullinia cupana</i>)	24
3.43	Ĝardenangeliko: radiko (<i>Angelica archangelica</i>)	24
3.44	Hamamelido: folio (<i>Hamamelis virginiana</i>).....	24
3.45	Harpagofito??: radiko (<i>Harpagophytum procumbens</i>).....	24
3.46	Hieracio blankhara, piloselo??: tuta planto (<i>Hieracium pilosella</i>).....	24
3.47	Hiperiko trapunkta: floranta supraĵo (<i>Hypericum perforatum</i>)	24
3.48	Hipokastano: ŝelo (<i>Aesculus hippocastanum</i>)	25
3.49	Ispagulo??: semtegumento (<i>Plantago ovata</i>)	25
3.50	Kafo verda: radiko (<i>Coffea arabica</i>).....	25
3.51	Karobgumo: semo (<i>Ceratonia siliqua</i>)	25
3.52	Karoto: semo (<i>Daucus carota</i>)	25
3.53	Kolao: semo (<i>Cola nitida</i>).....	25
3.54	Kratago dustilusa: infloresko (<i>Crataegus laevigata</i>)	25
3.55	Krizantelo??: tuta planto (<i>Chrysanthellum americanum</i>).....	25
3.56	Kukurbo: semo (<i>Curcubita pepo</i>).....	26
3.57	Kurkumo: rizomo (<i>Curcuma longa</i>).....	26
3.58	Lamio blanka: floranta supraĵo (<i>Lamium album</i>)	26
3.59	Lariko eŭropa: rezino (<i>Larix decidua</i>).....	26
3.60	Lavendo: floro (<i>Lavandula angustifolia</i>).....	26
3.61	Leontodo: radiko (<i>Taraxacum officinale</i>).....	26

3.62	Lignokarbo aktivigita	26
3.63	Lino: semo (<i>Linum usitatissimum</i>)	26
3.64	Litotamnio??: talo (<i>Phymatolithon</i> aŭ <i>Lithotamnium calcareum</i>)	27
3.65	Lupolo: ina infloresko (<i>Humulus lupulus</i>)	27
3.66	Luzerno: folio (<i>Medicago sativa</i>)	27
3.67	Maizo: stilusio (<i>Zea mays</i>)	27
3.68	Malvo granda: floro (<i>Malva sylvestris</i>)	27
3.69	Marubio: floranta supraĵo (<i>Marrubium vulgare</i>)	27
3.70	Mateo: folio (<i>Ilex Paraguariensis</i>)	27
3.71	Meliloto flava??: floranta supraĵo (<i>Melilotus officinalis</i>)	27
3.72	Meliso: folio (<i>Melissa officinalis</i>)	28
3.73	Mirtelo: bero (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	28
3.74	Mirtelo: folio (<i>Vaccinium myrtillus</i>)	28
3.75	Moruo: hepatoleo (<i>Gadus morrhua</i>)	28
3.76	Oksikoko amerika: frukto (<i>Vaccinium macrocarpon</i>)	28
3.77	Olivarbo: folio (<i>Olea europaea</i>)	28
3.78	Opuntio: tuta planto (<i>Opuntia ficus indica</i>)	28
3.79	Ortosifono??: folio (<i>Orthosiphon stamineus</i>)	28
3.80	Papajo: folio (<i>Carica papaya</i>)	28
3.81	Papaveto: petalo (<i>Papaver rhoeas</i>)	29
3.82	Parafinoleo	29
3.83	Partenio: floranta supraĵo (<i>Tanacetum parthenium</i>)	29
3.84	Pasifloro: aera parto (<i>Passiflora incarnata</i>)	29
3.85	Pelargonio: radiko (<i>Pelargonium sidoides et reniform</i>)	29
3.86	Pino arbara: burĝono (<i>Pinus sylvestris</i>)	29
3.87	Pipromento: folio (<i>Mentha piperita</i>)	29
3.88	Plantago granda: folio (<i>Plantago major</i>)	29
3.89	Poleno	30
3.90	Portulako: tuta planto (<i>Portulaca oleracea</i>)	30
3.91	Propolis	30
3.92	Rafano nigra: radiko (<i>Raphanus sativus var. niger</i>)	30
3.93	Ribo nigra: folio (<i>Ribes nigrum</i>)	30
3.94	Rosmareno oficina: folio (<i>Rosmarinus officinalis</i>)	30
3.95	Rusko: radika stumpo (<i>Ruscus aculeatus</i>)	30
3.96	Saliko blanka: ŝelo (<i>Salix alba</i>)	31
3.97	Salmo: karnoleo (<i>Salmo</i>)	31
3.98	Salvio lavendofolia??: folio (<i>Salvia lavandulifolia</i>)	31
3.99	Sambuko nigra: frukto (<i>Sambucus nigra</i>)	31
3.100	Sarsaparilo, smilako: radiko (<i>Smilax medica</i>)	31
3.101	Senao (<i>Cassia angustifolia</i>)	31
3.102	Silibo, Maria-kardo: frukto (<i>Silybum marianum</i>)	31
3.103	Sojo: semo (<i>Glycine max</i>)	31
3.104	Sojo: isoflavonoj (<i>Glycine max</i>)	32
3.105	Spirulino: algo (<i>Spirulina maxima</i>)	32
3.106	Sterkulio: gumo (<i>Sterculia urens</i>)	32
3.107	Teo: butono kaj folioj (<i>Camellia sinensis</i>)	32
3.108	Tilio: alburno (<i>Tilia sylvestris</i>)	32
3.109	Timiano: floranta parto (<i>Thymus vulgaris</i>)	32
3.110	Tritiko: ĝermo (<i>Triticum sativum</i>)	32
3.111	Ulmario: floranta supraĵo (<i>Filipendula ulmaria</i>)	32

3.112	Urtiko: radiko (Urtica dioica)	33
3.113	Urtiko: aera parto (Urtica dioica).....	33
3.114	Valeriano kuraca: radiko (Valeriana officinalis).....	33
3.115	Verbasko blankfelta: floro (Verbascum thapsus).....	33
3.116	Vinko malgranda: folio (Vinca minor).....	33
3.117	Violo trikolora: floranta parto (Viola tricolor).....	33
3.118	Vito ruĝa: rekremento (Vitis vinifera).....	33
3.119	Vito ruĝa: folio (Vitis vinifera).....	34
3.120	Zingibro: rizomo (Zingiber officinale).....	34
4	Franca – esperanta vortareto.....	34

1 Doloroj, perturboj kaj malsanoj

Laŭ la ordo de la organoj, kiam eblas aŭ laŭ la problemo.

1.1 **Abdomeno: doloroj kaj spasmoj**

Por stimuli aŭ plifaciligi la eliminon de la ruboj produktitaj per la metabolo. Povas agi al la renoj, la hepato, la digesta tubo.

=> ortosifono??. rafano manĝebla.

1.2 **Aerofagio**

Troa aerglutadokun troa salivado, sento de stomaka ŝvelado, malŝarĝita per resendo de gaso tra la buŝo aŭ la dika intesto.

=> ĝardenangeliko, lignokarbo aktivigita, fenkolo.

1.3 **Akneo**

Afekcio de la haŭto ligita al la reteno de sebumo, kiu konsistigas komedonojn, kie multiĝas la bakterioj kaj tiel kreas pustulojn

=> arktio granda, urtiko, violo trikolora.

1.4 **Angoro**

Manifestado de morala ou difuza psikologia maltrankvileco, kun sento de premeo, de timo, de anksieco, ĝis paniko

=> baloteo nigra, valeriano kuraca.

1.5 **Anksieco**

Psika stato kun sento de antaŭtimo, nesekureco, timeto, ofte kun fizikaj sentoj de angoro, agitiĝo.

=> kratago dustilusa, papaveto, askolcio??. lupolo, lavendo, meliso, hiperiko punktita, valeriano kuraca.

1.6 **Apetito: manko de apetito**

Por stimuli apétition.

=> fenugreko.

1.7 **Arterio: arteriito de la malsupraj membroj**

Malsano de la arterioj, plej ofte konsekvenco de arteriosklerozo.

=> krizantelo??.

1.8 Artrito

Akuta inflamo de artikoj, kapabla komplete detruigi ĝin. Ĉefaj kaŭzoj: depono de ureata acido (podagro), depono de kalcio (kondrokalcinozo??), infektiĝoj.
=> harpagofito??.

1.9 Artrozo

Degenerado de la artikoj.
=> ribujo nigra, frakseno, harpagofito??, litotamnio??, ekvizeto kampa, ulmario, saliko blanka, erigerono kanada??.

1.10 Asmo

Sputa respirkrizo, kaŭzata de bronka spasma ofte alergidevena, evoluanta laŭ krizoj, ofte noktaj.
=> verbasko blankfelta??, marubio, plantago granda.

1.11 Bronkito

Inflamo de la bronka mukozo.
=> eŭkalipto, verbasko blankfelta??, pinburĝonoj, lavendo, marubio, malvo granda, propolis, pelargonio.

1.12 Celulito

Infiltrigo de la subhaŭta kuniga histo, kiu aspektigas la haŭton remburita kvazaŭ oranĝŝelo
=> ananaso, garcinio, uva rekremento, papajo, ulmario.

1.13 Cerbo: cerba cirkula nesufiĉo

Malgrandiĝo de la sanga flukvanto en la arterioj, kiuj irigacias la cerbon.
=> vinko malgranda.

1.14 Deprimo

Nerva kolapso, sento de korpa kaj psika laceco, kun perturboj de la volo kaj de la humoro.
=> baloteo nigra, hiperiko punktita.

1.15 Diabeto neinsulindependa

Nekapablo de la pankreato produkti la insulinon necesan por la metabolo de la glucidoj.
=> fazeolkoso, fenugreko, mirtelfolioj, olivarbaj folioj.

1.16 Dietistiko de la sportisto

=> eleŭterokoko, spirulino??.

1.17 Digesto: digestaj spasmoj

Vidi "Spasmoj: kontraŭspasma".

1.18 Digesto malbona

=> artiŝoko, fenkolo, fumario.

1.19 Digesto malfacila

Por helpi al la digesto per plifaciligado de la stomaka laboro.
=> boldo, cikorio, kurkumo, fumario, papajo, salvio lavendofolia??, rafano manĝebla.

1.20 Dormperturboj

=> kratago dustilusa, aveno, baloteo nigra, papaveto, lupolo, pasifloro, valeriano.

1.21 Dormperturboj infanaj

=> eskolcio, papaveto, lupolo.

1.22 Edemoj, akvoretano

Severa infiltrigo de diversaj histoj, kiu montriĝas per sendolora ŝvelado kaj sen haŭta ruĝeco.
=> ananaso, betulo, meliloto, hieracio blankhara, ulmario, maizaj stilusioj.

1.23 Ekimozoj

Sanginfiltro en la haŭto kaj en la mukozoj, kiu aperas post traŭmatismo aŭ spontane, komuna nomata "bluaĵo".
=> mirtelfolioj, hamamelido, vito ruĝa.

1.24 Ekzemoj

Haŭta malsano, kun akno aŭ akra jukado. Haŭta lezo karakterizata per vezikoj je sera sekrecio, ruĝaĵoj, deskvamiĝo de la epidermo. La ekzemo povas ŝuldiĝi al la kontakto kun alergidona substanco aŭ ligita al genetika inklinigo.
=> arktio granda, violo trikolora.

1.25 Emociemo, timo

Reago aparta al situacioj, kiuj povas estigi emociion.
=> papaveto, meliso.

1.26 Energio: manko de energio, pesimistemo

=> hiperiko punktita.

1.27 Faltoj

=> boragoleo.

1.28 Gamboj pezaj

=> krizantelo??, cipreso, frangolo, hamamelido, hipokastano, meliloto, vito ruĝa.

1.29 Gripa stato

Stato karakterizata per laceco, febro, muskolaj doloroj, pulmaj kaj iafoje digestaj perturboj.
=> eŭpatorio, saliko blanka.

1.30 Haroj: harofaloj (alopecio)

Provizora, parta aŭ ĝenerala falo de la haroj aŭ viloj.
=> luzerno, urtiko.

1.31 Haroj: rompiĝemaj haroj

=> luzerno, biergisto, boragoleo, urtiko.

1.32 Haŭto: purigilo

Por purigi la sangon per helpo al la elimino de la ruboj per urinigo, laksetigo aŭ ŝvitigo.

=> violo trikolora.

1.33 Haŭto seka kaj senbrila

=> boragoleo, biergisto.

1.34 Hemoroidoj

Nenormala dilatiĝo de anusa aŭ rektuma vejno, interna aŭ ekstera, kiu povas konsistigi labron ĉirkaŭ la anuso; ĝi povas inflamiĝi kaj sangi.

=> cipreso, rusko, hipokastano.

1.35 Hepato: hepata nesufiĉo

=> artiŝoko, tiliialburno, boldo, silibo, fumario, rosmareno.

1.36 Hepato: hepataj perturboj

=> rafano manĝebla.

1.37 Hipertensio arteria

Arteria premo supera al la normala.

=> ajlo, olivarbaj folioj.

1.38 Humorperturboj

=> hiperiko punktita.

1.39 Imunstimulanto

Stimulas la naturaj defendojn de la korpo kontraŭ la infektaj agentoj.

=> ekinaco, eŭpatorio, biergisto, lariko, propolis, sarsaparilo.

1.40 Inflamo: kontraŭinflama

=> kurkumo, harpagofito??.

1.41 Intelektio: stimulantio

=> ginsengo.

1.42 Intesto: afekcioj

=> argilo verda, lignokarbo aktivigita.

1.43 Intesto: intestaj spasmoj

Vidi "Spasmoj: kontraŭspasma".

1.44 Intesto: reelfaro de la intesta flaŭro

=> biergisto, cikorio.

1.45 Kalkulusoj: galvezikaj aŭ urinvezikaj kalkulusoj

Ŝtoneca konkrecio kreita de materio normale solvitaj en la korpo.

=> artiŝoko, boldo, apropiro, ortosifono??, leontodo.

1.46 Kardio-vaskulaj malsanoj: prevento

=> salmoleo, soja lecitino, portulako.

1.47 Kardio-vaskulaj malsanoj: protekto

=> kratago dustilusa, portulako.

1.48 Kojlito

Inflamo de la kojlo, bakteria, parazita aŭ spasma, kun perturboj de la intesta transiro, kutime laksoj.
=> ĝardenangeliko, fenkolo, meliso, pipromento.

1.49 Kolesterolo (troeco de)

Vario de sterolo alkondukita de la nutrado kaj sintezita per la hepato, estanta en la histoj kaj la likvaĵoj de la korpo. Troa kolesterolo estas la kaŭzo de kardio-vaskula risko.
=> ajlo, linsemoj, tritikĝerma oleo, salmoleo, soja lecitino.

1.50 Konstipiĝo

Prokrasto aŭ malfacileco de la elĵeto de la fekoj, kies origino estas funkcia aŭ organa.
=> artiŝoko, frangolo, linsemoj, parafinoleo, ispagulo??, senao.

1.51 Kontraŭanksiaĵoj: senigo de la kuracado per kontraŭanksiaĵoj

=> pasifloro.

1.52 Konvalesko

Transira periodo inter la malsanfino kaj la resaniĝo.
=> eŭpatorio, abelĵeleo, ginsengo, spirulino??, poleno.

1.53 Korpo: stimulant

=> ginsengo.

1.54 Koŝmaroj

Songoj penigaj, timigaj kaj angorigaj.
=> eskolcio??.

1.55 Kreskado kaj intelekta disvolviĝo de la infanoj

=> moruhepata oleo.

1.56 Laceco korpa kaj intelekta

Sento post troa laborado, klopodo aŭ pro aptologia stato: laceco aŭ malforteco kaj ne kapablo por klopodo, fortoperdo kaj energiperdo.
=> acerolo, kafo verda, eleŭterokoko, zingibro, ginsengo, abelĵeleo, gvarano, kolao, urtiko, poleno, spirulino??.

1.57 Laceco sekse

=> zingibro, ginsengo.

1.58 Lakso

Ofta elĵeto de likvecaj fekoj.

=> argilo verda, mirtelberoj, biergisto.

1.59 Laringito

Laringa inflamo.

=> malvo granda, lariko, plantago granda.

1.60 Leŭkoreo (blankaj perdoj)

=> lamio blanka.

1.61 Malsato: malsatotrompanto

Temas pri produktoj por malaperigi la senton de malsato.

=> fuko, karobgumo, ispagulo??, sterkulio, ??, Amorfofalo??.

1.62 Memorperdo

=> ginko.

1.63 Menopaŭzperturboj

=> sojaj izoflavonoj, salvio lavendofolia??.

1.64 Menstruoj : antaŭmenstruaj sindromoj

Tiuj antaŭmenstruaj sindromoj estas: incitiĝemo, mama tensio, akvoreteno.

=> artemizio, enoteroleo.

1.65 Menstruoj: menstruaj perturboj

=> artemizio, silibo, salvio lavendofolia??.

1.66 Migrenoj

Doloro de vazomotoro origino kun efiko nur al unu flanko de la kapo, kun iafoje naŭzoj kaj vomoj.

=> partenio.

1.67 Migrenoj hepatoriginaj

=> tilialburno, fumario, rafano manĝebla.

1.68 Naŭzoj

Evio de vomado, kun eblaj nevolaj kontraŭiĝoj de la faringaj, ezofagaj kaj stomakaj muskoloj.

=> fumario.

1.69 Nervozeco

Stato de provizora ekscito kaŭzata de nerva tensio, de angoro, ktp.

=> kratago dustilusa, aveno, baloteo nigra, papaveto, lupolo, lavendo, pasifloro, meliso.

1.70 Oksidado: kontraŭoksida

=> kurkumo, ginko.

1.71 Ostoporozo

Osta malsano maldikiganta kaj mapliiganta la ostaj spanoj, kaj tio aspektigas la ostojn porecaj ka malfortigas ilin

=> bambuo, moruhepata oleo.

1.72 Otorinolaringaj afekcioj recidivaj

=> lariko.

1.73 Palpitacioj

Nenormalaj koraj kontrahiĝoj.

=> kratago dustilusa, marubio.

1.74 Pezo (troeco de)

=> bigarado, fazeolkoso, fuko, garcinio, gvarano, amorfofalo??, uva rekremento, mateo, ortosifono??, teo.

1.75 Podagro

Tre dolora malsano, estigata perperturbo de la metabolo de la ureata acido, kun hiperureatemio.

=> betulo, ribujo nigra, frakseno, lamio blanka, erigerono kanada??.

1.76 Prostato: prostata adenomo

Prostata plivolumeniĝo.

=> kukurbsema oleo, urtikradiko.

1.77 Psoriazio

Benigna kronika derma afekcio, karakterizata de eritema-skvama erupcio precipe ĉe la kubutoj, la genuoj, krania haŭto.

=> arktio granda, violo trikolora, sarsaparilo.

1.78 Remineraliganto

Per aldono de mineralaj saloj kaj oligoelementoj, reestigo de la minerala ekvilibro de la korpo.

=> bambuo, litotamnio??, ekvizeto kampa.

1.79 Respiraj afekcioj

=> pinburĝonoj, lariko, propolis, pelargonio.

1.80 Reŭmatismo

Doloro je la nivelo de la artikoj aŭ de la periartikaj strukturoj.

=> ribujo nigra, frakseno, harpagofito??, litotamnio??, ulmario, ekvizeto kampa, erigerono kanada??.

1.81 Rinito (malvarmumo)

Akuta aŭ kronika inflamo de la naza mukozo.

=> pinburĝonoj, eŭkalipto, eŭpatorio, lariko, lavendo, plantago granda, propolis.

1.82 Sango: purigilo

Por purigi la sangon per helpo al la elimino de la ruboj per urinigo, laksetigo aŭ ŝvitigo.

=> leontodo, ĉeriztigoj.

1.83 Sinusito

Akuta aŭ kronika inflamo de la sinusoj. Plejofte nazoriginaj, ili okazas post rinito, gripo, banoj...
=> pinburĝonoj, lavendo, lariko, plantago granda.

1.84 Spasmoj: kontraŭspasma

Por batali kontraŭ la muskolaj spasmoj. Kutime agas por malebligi la kontraŭhiĝon de la muskolaj fibroj de la intesto kaj de la urinaj vojoj.

=> ĝardenangeliko, artemizio, tilialburno, baloteo nigra, mirtelberoj, fenkolo, linsemoj, meliso, pipromento, rosmareno, salvio lavendofolia??, timiano.

1.85 Stomako: gastracideco

Sento de brulo kaj de irito en la stomako sekve de tro acida sekrecio de la mukozo.

=> argilo verda, kurkumo, litotamnio??.

1.86 Stomako: stomakaj kramfoj

Akra doloro, kiu ŝajnas esti en la stomako.

=> meliso, pipromento.

1.87 Streso

=> aveno, pasifloro, hiperiko punktita.

1.88 Strioj

Etaj haŭtaj strioj, similaj al cikatroj, kiuj sulkas forte disstreĉitan haŭton.

=> boragoleo.

1.89 Sukero: sukermalsatego

Subita kaj intensa envio de sukero.

=> garcinio.

1.90 Sunbano: preparo al sunbano

=> karoto.

1.91 Ŝvelado: ventra ŝvelado

Akumuliĝo de areo aŭ gaso en la stomako aŭ en la intesto.

=> hiperiko punktita.

1.92 Tabako: sentoksigo

Por helpi al la tabaka dekutimigo.

=> kafo verda, valeriano.

1.93 Tendenito

Inflamo de unu aŭ pluraj tendenoj, kies origino estas traŭmata aŭ rumatisma.

=> harpagofito??, ekvizeto kampa.

1.94 Trakeito

Mallonga aŭ kronika inflamo de la trakea mukozo. La virusoriginaj trakeitoj estas la plej oftaj kaj okazas precipe en aŭtuno kaj printempo. Ili venas kun malvarmumoj, inflamoj aŭ infektiĝoj de la pulmaj vojoj aŭ rinofaringito.

=> verbasko blankfelta, pinburĝonoj, marubio.

1.95 Tusado

=> timiano.

1.96 Ungoj: rompiĝemaj ungoj

=> luzerno, biergisto, boragoleo, urtiko.

1.97 Ureata acido (troeco de)

Nenormala pligrandiĝo de la proporcio de ureata acido en la sango, kiu povas esti la kaŭzo de podagro aŭ de urinvezikaj kalkulusoj.

=> lamio blanka, frakseno.

1.98 Uriniga

Por stimuli la renan funkcion, sed tio pligrandigas la volumenon de la urinoj.

=> ortosifono??, ĉeriztigoj, sambuko nigrabera.

1.99 Urinveziko: cistito

Inflamo de la urinveziko.

=> eriko, arktostafilo??, oksikoko amerika, agropiro, ĉeriztigoj.

1.100 Varikoj

Konstanta dilatiĝo de vejno.

=> vito ruĝa, meliloto, lariko, hamamelido, hipokastano.

1.101 Ventra ebena

=> lignokarbo aktivigita, argilo verda.

1.102 Veturmalsano

Perturboj kaŭzataj de la diversaj veturmanieroj.

=> zingibro.

1.103 Vido nokta: perturboj

=> karoto, mirtelberoj.

1.104 Vivoforto

Intenseco de la vivenergio: ardo, dinamismo, vikleco.

=> acerolo, ginsengo, spirulino??.

1.105 Vizaĝo: kuperozo

Dilatiĝo de la sangaj vaskuloj de la vizaĝo, aperantaj laŭ fajnaj ruĝaj fadenetoj.

=> mirtelfolioj, hamamelido, vito ruĝa.

1.106 Voĉo: raŭkiĝo

Malboniĝo de la voĉo, kiu fariĝas raŭka kaj obtuza.

=> malvo granda.

2 Grupigitaj doloroj kaj malsanoj

2.1 Ostaj kaj muskolaj problemoj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Ureata acido	Lamio blanka	
Artrito	Harpagofito??	Ekvizeto kampa
Artrozo	Harpagofito??	Frakseno
Muskolaj kramfoj	Litotamnio??	Ĉeriztigo
Senkalkiĝo	Ekvizeto kampa	Moruoleo
Muskolaj doloroj	Harpagofito??	Ribujo nigra
Artiktordo	Harpagofito??	Ananaso
Reelfaro post ostorompiĝo	Bambuo	Moruoleo
Podagro	Frakseno	Lamio blanka
Dorsodoloro	Bambuo	Harpagofito??
Ostoporozo	Bambuo	Litotamnio??
Reŭmatismo (Fona kuracado)	Harpagofito??	Litotamnio??
Iskiatalgio	Ribujo nigra	Harpagofito??
Tendenito	Harpagofito??	Ekvizeto kampa

2.2 Laceco

Problemo	Unua propono	Dua propono
Afrodizia	Zingibro	Ginsengo
Konvalesko	Poleno	Spirulino??
Disvolvado de la muskoloj	Fenugreko	Spirulino??
Laceco	Abelĵeolo	Ginsengo aŭ kolao aŭ acerolo
Muskola laceco	Eleŭterokoko	Spirulino??
Nerva laceco	Ginsengo	Kratago dustilusa
Intensa laceco kun malfacila dormado	Ginsengo	Valeriano kuraca
Fizika pliefikeco	Eleŭterokoko	Ginsengo

2.3 Perturboj de la sanga cirkulado

Problemo	Unua propono	Dua propono
Arteriito	Ajlo	Krizantelo??
Arteriosklerozo	Soja leticino	Linsemoj
Eksceso de kolesterolo	Salmoleo	Soja leticino aŭ portulako
Kolesterolo kaj hipertensio	Olivarbaj folioj	Salmoleo
Malforta diabeto	Fenugreko	Olivarbaj folioj
Malbona sanga flueco	Ajlo	Meliloto
Fragileco de la vaskuletoj	Hamamelido	Meliloto
Hematomoj	Meliloto	Papajo
Hemoroidoj	Cipreso	Hipokastano
Arteria hipertensio	Portulako	Olivarbaj folioj aŭ Kratago dustilusa

Vejnocirkula nesufiĉo	Cipreso	Rusko
Pezaĵ gamboj	Vito ruĝa	Rusko
Malbona sangocirkulado je ekstremaĵoj	Krizantelo??	
Edemoj	Ananaso	Betulo
Risko de flebito	Ajlo	Meliloto
Sensala dieto	Hieracio blankhara	
Eksceso de trigliceridoj	Salmoleo	Soja lecitino
Varikoj	Hipokastano	Cipreso

2.4 Beleco de la haŭto, haroj kaj ungoj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Haŭta beleco	Biergisto	Karoto
Senbrilaj kaj rompiĝemaj haroj	Luzerno	Biergisto
Harofaloj	Luzerno	Urtiko
Senbrilaj kaj rompiĝemaj ungoj	Biergisto	Urtiko
Seka kaj senbrila haŭto	Tritikĝerma oleo	Biergisto
Preparo al sunbano	Karoto	Boragoleo
Haŭta sekeco	Boragoleo	Enoteroleo
Haŭtostrioj	Boragoleo	
Haŭta maljuniĝo, faltoj	Tritikĝerma oleo	Boragoleo

2.5 Perturboj de la digesto kaj transiro

Problemo	Unua propono	Dua propono
Aerofagio	Ĝardenangeliko	Lignokarbo aktivigita
Ventra ŝvelado, intestaj gasoj	Lignokarbo aktivigita	Rosmareno
Galvezikaj kalkulusoj	Artišoko	Fumario
Kojlitoj	Fenkolo	Pipromento
Kronika konstipiĝo	Linsemoj	
Malofta konstipiĝo	Frangolo	Senao
Stomakaj kramfoj	Fenkolo	Pipromento
Lakso	Lignokarbo aktivigita	Mirtelberoj
Malfacila digesto	Boldo	Fumario
Abdomenaj doloroj	Linsemoj	Meliso
Intesta fermentado	Cikorio	Lignokarbo aktivigita
Restaŭro de intesta flaŭro	Biergisto	Cikorio
Maldiligenta hepato	Rafano	Tilialburno
Hepatito (aŭ flavmasano, iktero)	Artišoko	Silibo
Intesta infektiĝo	Lignokarbo aktivigita	Ajlo
Galvezika nesufiĉo	Artišoko	Tilialburno
Malagrabra buŝodoro	Lignokarbo aktivigita	
Stomaka doloro kaj gastraj ulceroj	Argilo verda	Litotamnio??
Naŭzoj (naŭzaj statoj)	Fenkolo	Zingibro
Gastroezofaga retrofluo	Argilo verda	Ispagulo??
Intestaj spasmoj	Fenkolo	Rosmareno
Stimulado de la galveziko	Artišoko	Boldo

2.6 Problemoj de la virinoj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Varmeksentoj	Lupolo	Salvio lavendofolia??
Perturboj de la menopaŭzo	Luzerno	Salvio lavendofolia??
Leŭkoreo (blankaj perdoj)	Lamio blanka	
Abundaj menstruoj	Cipreso	Enoteroleo
Doloraj menstruoj	Artemizio	Salvio lavendofolia??
Neregulaj kaj neabundaj menstruoj	Enoteroleo	Salvio lavendofolia??
Antaŭmenstrua sindromo	Artemizio	Enoteroleo

2.7 Nervaj perturboj, dormomanko kaj stresoj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Anksieco	Aveno	Baloteo nigra aŭ meliso
Koŝmaroj	Papaveto	Eskolcio??
Malgravaj deprimoj	Hiperiko punktita	Lupolo
Emociemo	Papaveto	Aveno
Dormomanko kun sinsekvaj vekiĝoj	Kratago dustilusa	Valeriano kuraca
Ekdorma malfacileco	Kratago dustilusa	Eskolcio??
Nervozeco kaj stresoj de la adulto	Kratago dustilusa	Meliso
Nervozeco de la infano	Papaveto	
Palpitacioj	Kratago dustilusa	Lupolo
Seniĝo de la hipnozaj benzodiazepinoj	Kratago dustilusa	Pasifloro
Spasmofilio	Papaveto	Litotamnio??

2.8 Haŭtaj problemoj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Akneoj	Arktio granda	Violo trikolora
Haŭta alergio	Violo trikolora	Plantago granda
Ekzemo	Arktio granda	Boragoleo
Furunkoj	Arktio granda	Biergisto
Herpeto (prevento de la recidivoj)	Propolisoj	Timiano
Psoriazo	Eskolcio??	Salmoleo
Troŝvitado	Salvio lavendofolia??	

2.9 Perturboj de la cerba funkciado

Problemo	Unua propono	Dua propono
Plibonigo de la cerba funkciado	Ginko	Vinko malgranda
Intelektaj koncentroj	Ginko	Ginsengo, eleŭterokoko
Perdo de memoro	Ginko	Soja lecitino
Kapdoloroj, migrenoj	Partenio	Saliko blanka

2.10 Problemoj de la respira aparato: bronko, nazo, gorĝo, oreloj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Respira alergio	Lariko	Plantago granda
Angino	Saliko blanka	Propolisoj
Afonio, senvoĉeco	Malvo granda	Propolisoj

Astmo	Plantago granda	Marubio
Malaltiĝo de la aŭdkapablo	Ginko	Vinko malgranda
Orelzumado	Meliso	Vinko malgranda
Astmoforma bronkito	Marubio	Plantago granda
Kronika bronkito	Malvo granda aŭ pelargonio	Pinburĝonoj, sambuko nigrabera
Gingivito	Argilo verda	Litotamnio??
Gripa stato	Propoliso	Acerolo
Infektiĝo de la respiraj vojoj	Eŭkalipto	Propoliso aŭ pelargonio
Gorĝa inflamo, gorĝmalsano	Verbasko blankfelta	Propoliso
Laringito, faringito	Lariko	Malvo granda
Malvarmumo, rinito	Timiano	Propoliso
Nazsangado	Silibo	
Buŝsekeco	Boldo	
Sinusito	Marubio	Pinburĝonoj
Muka tuso	Eŭkalipto	Marubio
Seka tuso	Malvo granda	Timiano
Trakeito	Verbasko blankfelta	Timiano

2.11 Perturboj de la urina sistemo

Problemo	Unua propono	Dua propono
Urinvezikaj kalkulusoj	Betulo	Agropiro
Nefraj kolikoj	Apropiro	Harpagofito??
Cistito	Eriko	Arktostafilo??
Laksa	Betulo	Ĉeriztigo
Enurezo (liturinado)	Eleŭterokoko	Eskolcio??
Malgrava rena nesufiĉo	Ĉeriztigo	Karobgumo
Perturboj de la prostato	Kukurbsema oleo	Urtikradiko
Ripeta cistito	Oksikoko amerika	

2.12 Maldikeco

Problemo	Unua propono	Dua propono
Celulito	Ananaso	Ulmario
Malsatotrompa	Amorfofalo??	Sterkulio aŭ Opuntio
Tropezeco	Bigaradŝelo aŭ ortosifono??	
Tropezeco kun normala apetito	Fuko	Ortosifono?? Aŭ teo
Tropezeco kun celulito	Mateo	Ananaso aŭ ulmario
Tropezeco kun cirkuladproblemo	Hamamelido	Hieracio blankhara aŭ teo
Tropezeco kun konstipiĝo	Ispagulo??	Ortosifono?? Aŭ teo
Akvo-retenemo	Hieracio blankhara	Ĉeriztigo
Peza stabiligo	Fazeolkoso	Garcinio
Ebena ventro	Argilo verda	Lignokarbo aktivigita
Sateca efekto	Opuntio	

2.13 Dietistiko

Problemo	Unua propono	Dua propono
Kreskado	Abelĵeolo	Moruhepata oleo

Apetitmanko	Fenugreko	Kurkumo
-------------	-----------	---------

2.14 Doloroj – malvarmiĝoj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Febraj statoj	Ekinaco	Saliko blanka
Stimulado de la korpimuneco	Ekinaco	Lariko
Ripetiĝa vintra infektiĝo	Eŭpatorio	Sarsaparilo
Neŭralgio (nervodoloro)	Papaveto	Saliko blanka
Malvarmiĝoj	Eŭpatorio	Saliko blanka

2.15 Diversaĵoj

Problemo	Unua propono	Dua propono
Veturmalsano	Zingibro	
Batalao kontraŭ la tabakismo	Kafo verda	Valeriano
Malpliboniĝo de la nokta vido	Karoto	Mirtelberoj

3 La plantoj kaj aliaj elementoj

3.1 Abelĵeleo

Fr: Gelée royale. En: Royal jelly. De: Gelée Royale, Weiselfuttersaft, Königinfuttersaft. Es: jalea real. It: pappa reale.

Laceco, konvalesko, ĝenerala malekvilibro.

3.2 Acerolo, antila ĉerizujo: frukto (*Malpighia punicifolia*)

Fr: acérola. En: acerola, acerolla. De: acerola. Es: acerola, semeruco. It: acerola.

Uzata parto : frukto

Kontraŭoksidanto, stimulant de la korpaj defendoj

3.3 Agropiro: rizomo (*Agropyrum repens, Elytrigia repens*)

Fr: chiendent rampant, chiendent officinal. En: Kriech-Quecke. Es: It:

Uzata parto : rizomo.

Urinvezikaj kalkulusoj, prevento de la recidivoj de la renaj kolikoj, urinvaj infektioj.

3.4 Ajlo: bulbo (*Allium sativum*)

Fr: ail. En: garlic. De: Knoblauch. Es: ajo. It: aglio.

Uzata parto : bulbo

Hipertensio, prevento de la aterosklerozo, etaj cirkulaj perturboj.

3.5 Amorfofalo??: radiko (*Amorphophallus konjac*)

Fr: Konjac. En: konjak, konjaku, devil's tongue. De: Teufelszunge. Es: konjak, konjaku, la lengua del diablo. It:

Uzata parto : la glukomanano, aktiva elemento de la radiko.

Natura malsato-trompanto, pezoperdo.

3.6 Ananaso: tigo kaj frukto (*Ananas comosus*)

Fr: ananas. En : ananas. De : ananas. Es: piña, ananá. It: ananas.

Uzata parto : tigo kaj frukto

Celulito, loka pezeca troeco, edemo.

3.7 Argilo verda

Fr: argile. En: clay. De: Tonminerale. Es: arcilla. It: Argilla.

Argilo ne estas planto sed tenera roko.

Ebena ventro, stomakaj doloroj kaj brulvundoj, lakso, intestaj infektigoj.

3.8 Arktio granda, lapo: radiko (*Arctium lappa*)

Fr: grande bardane. En: Greater Burdock. De: Große Klette. Es: . It: bardana.

Uzata parto : radiko.

Akneoj, ekzemo, haŭtaj infektigoj.

3.9 Arktostafilo??: folio (*Arctostaphylos uva-ursi*)

Fr: busserole, raisin d'ours. En: bearberry. De: Echte Bärentraube. Es: gayuba, uva de oso, rastrera. It:

Uzata parto : folio.

Urinvezika inflamo, akutaj kaj kronikaj urinvezikaj infektigoj.

3.10 Artemizio: folio (*Artemisia vulgaris*)

Fr: armoise. En: Artemisia. De: Artemisia. Es: Artemisia. It: Artemisia.

Uzata parto : folio.

Antaŭmenstrua sindromo, doloraj, neregulaj aŭ neabundaj menstruoj.

3.11 Artiŝoko: folio (*Cynara scolymus*)

Fr: artichaut. En: Globe Artichoke. De: Artischocke. Es: alcachofa, alcaucil. It: carciofo.

Uzata parto : folio.

Hepataj-galaj afekcioj, konstipigo, malbona digesto.

3.12 Aveno: semo (*Avena sativa*)

Fr: avoine cultivée. En: oat. De: Hawwer. Es: Avena sativa. It: avena comune.

Uzata parto : semo

Nedormemo de la anksiuoj, nervozeco.

3.13 Baloteo nigra: infloresko (*Ballota nigra*)

Fr: ballote. En: Black Horehound. De: Schwarznessel. Es: ballota fétida, ballota negra.

Uzata parto : infloresko

Nedormemo de la anksiuoj, nervozeco, deprimado, angoro, digestaj spasmoj.

3.14 Bambuo: tiga eksudaĵo (*Bambousa arundinacea*)

Fr: bambou. En: Bamboo. De: Bambus. Es: bambúes. It: Bambuseae

Uzata parto : tiga eksudaĵo.

Dorsodoloroj, remineraldonanto, ostarompiĝa plifirmigo, ostoporozo.

3.15 Betulo: folio (*Betula pendula*)

Fr: bouleau. En: Birch. De: Birken. Es: Abedul. It: Betulla.

Uzata parto : folio.

Urinvezikaj kalkulusoj, podagro, edemoj.

3.16 Biergisto (*Saccharomyces cerevisiae*)

Fr: Levure de bière, levure de boulanger. En: Baker's yeast. De: Backhefe. Es: levadura de cerveza.
It:

Seka kaj senbrila haŭto, rompiĝemaj ungoj kaj haroj, reelfaro de la intesta flaŭro, imunostimula.

3.17 Bigarado: ŝelo (*Citrus anrantium*)

Fr: oranger amer, bigaradier. En: bitter orange, sour orange, bigarade orange, Seville orange. De: Bitterorange, Pomeranze. Es: naranjo amargo. It: Arancio amaro, Melangolo.

Uzata parto : ŝelo de bigarado (frukto).

Tropezeco, grasegeco.

3.18 Boldo: folio (*Peumus boldus*)

Fr: boldo. En: Boldo. De: Boldo. Es: Boldo. It: Boldo.

Uzata parto : folio.

Malfacila digesto, hepata malforteco, galvezikaj kalkulusoj.

3.19 Borago: semo (*Borago officinalis*)

Fr: huile de bourrache. En: Borage. De: Borretsch. Es: Borraja. It: Borragine.

Uzata parto : oleo el la semoj per malvarma unua premo.

Haŭta sekeco kaj maljuniĝo, faltoj, strioj.

3.20 Cikorio: radiko (*Cichorium intybus*)

Fr: chicorée sauvage. En: chicory. De: Zichorie. Es: achicoria común, radicchio,. It: cicoria.

Uzata parto : radiko.

Digestaj malsanetoj, reelfaro de la intesta flaŭro.

3.21 Cipreso: frukthava konuso (*Cupressus sempervirens*)

Fr: cyprés commun. En: Mediterranean Cypress. De: Trauerzypresse, Säulenzypresse, Echte Zypresse, Italienische Zypresse, Mittelmeer-Zypresse. Es: ciprés común, ciprés del Mediterráneo.

It:

Uzata parto : frukthava konuso.

Varikoj, hemoroidoj, pezaj gamboj.

3.22 Ĉerizo: fruktopedunklo (*Prunus cerasus*)

Fr: cerise. En: cherry. De: Kirsche. Es: cereza. It: Ciliegia, durone.

Uzata parto : pedunklo de la frukto (Fr: queue de cerise).

Uriniga, puriga.

3.23 Ekinaco?? Purpura: radiko (*Echinacea purpurea*)

Fr: échinacée pourpre. En: purple Coneflower. De: Sonnenhüte, Scheinsonnenhüte, Igelköpfe. Es:.

It:

Uzata parto : radiko.

Imunostimula, preventado de la virusaj malsanoj.

3.24 Ekvizeto kampa: sterila aera parto (*Equisetum arvense*)

Fr: Prêle des champs, Queue de rat, Queue de Renard, Queue de Cheval. En: Field Horsetail, Common Horsetail. De: Acker-Schachtelhalm, Zinnkraut, Acker-Zinnkraut, Katzenwedel, Schaftheu, Pfannebutzer, Scheuerkraut. Es: Equisetum arvense, cola de caballo. It:

Uzata parto : la sterila aera parto.

Osta remineraldonanto, rumatismoj, artrozo, solidigo de la frakturoj.

3.25 Eleüterokoko: radiko (*Eleutherococcus senticosus*)

Fr: Eleuthérocoque, ginseng sibérien. En: eleuthero, Siberian Ginseng. De: Borstige Taigawurzel, kurz Taigawurzel, Teufelsbusch, Stachelpanax, Sibirischer Ginseng, Eleutherokokk. Es: eleuterococo, eleutero, ginseng siberiano. It: eleurococco, ginseng siberiano.

Uzata parto : radiko.

Korpa laceco, ĝenerale fortiga kaj stimula, dietistiko de la sportisto.

3.26 Enotero: semo (*Oenothera biennis*)

Fr: Huile d'onagre bisannuelle. En: Common evening primrose, Evening star. De: Gemeine Nachtkerze, Gewöhnliche Nachtkerze. Es: Onagra común. It:

Uzata parto : oleo eltirita el la semoj per unua malvarma premo.

Premenstruaj sindromoj (incitiĝemo, mama tensio, akvo-maleligo).

3.27 Erigerono kanada??: floranta parto (*Erigeron canadensis*)

Fr: Vergerette du Canada. En:.. De: Berufkräuter. Es:.. It: Cespica.

Uzata parto : floranta parto.

Reŭmatismo, artrozo, podagro.

3.28 Eriko: floro (*Erica cinerea*)

Fr: bruyère cendrée. En: bell heather, heather-bell. De: Graue Heide, Graue Glockenheide. Es: brezo ceniciento, argoña, argaña. It:

Uzata parto : floro.

Urinvezika inflamo, inflamo de la urinarbo kaj de la prostatato.

3.29 Eskolcio??: floro parto (*Eschscholtzia californica*)

Fr: Escholtzia, pavot de Californie. En: California poppy. De: Kalifornischer Mohn, Goldmohn, Kalifornischer Kappenmohn, Schlafmützchen. Es: amapola de California. It:

Uzata parto : floro parto.

Ekdorma malfacileco de la adolto kaj infano, anksieco, koŝmaro.

3.30 Eŭkalipto: folio (*Eucalyptus globulus*)

Fr: Eucalyptus, gommier bleu. En: Tasmanian Blue Gum, Southern Blue Gum, Blue Gum. De: Blaue Eukalyptus, Gewöhnlicher Eukalyptus, Tasmanischer Blaugummibaum. Es:.. It: eukalipto.

Uzata parto : folio.

Akutaj kaj kronikaj bronkitoj, tuso, malvarmumoj.

3.31 Eŭpatorio: tuta planto (*Eupatorium cannabinum*)

Fr: Eupatoire à feuilles de chanvre, Eupatoire chanvrine. En: Hemp-agrimony. De: Gewöhnliche Wasserdost, Kunigundenkraut. Es: canabina y eupatorio. It: Canapa acquatica.

Uzata parto : tuta planto.

Imunostimula, ripetaj infektigoj, konvalesko.

3.32 Fazeolo komuna: koso (*Phaseolus vulgaris*)

Fr: Cosse de haricot commun. En: common bean. De: Gartenbohne, Fiole, Grüne Bohne, Prinzessbohne, Vizebohne, Keniabohne. Es: frijoles, frejoles. It: fagiolo.

Uzata parto : koso.

Pezoperdo, eta diabeto.

3.33 Fenkolo: frukto (*Foeniculum vulgare*)

Fr: fenouil. En: fennel. De: Fenchel. Es: It: finocchio.

Uzata parto : frukto.

Antispasma, kojlitio, gastrito, aerofagio, ventra ŝveleco.

3.34 Fenugreko: semo (*Trigonella foenum-graecum*)

Fr: fenugrec, trigonelle, sénégrain. En: Fenugreek. De: Bockshornklee. Es: alholva, fenogreco. It: fieno greco.

Uzata parto : semo.

Apetitomanko, diabeto.

3.35 Frakseno: folio (*Fraxinus excelsior*)

Fr: frêne élevé ou frêne commun. En: European Ash, Common Ash. De: Gemeine Esche. Es: fresno europeo. It: Frassino maggiore, Frassino comune.

Uzata parto : folio.

Artikaj doloroj, podagro, artrozo.

3.36 Frangolo: ŝelo (*Frangula alnus*)

Fr: bourdaine. En: Alder Buckthorn, Glossy Buckthorn, Breaking Buckthorn, Black Dogwood. De: Faulbaum. Es: It:

Uzata parto : ŝelo.

Malofta konstipiĝo de la adoltoj.

3.37 Fuko: talo (*Fucus vesiculosus*)

Fr: Fucus vésiculeux, varech vésiculeux. En: Bladder wrack. De: Blasentang. Es: Sargazo vejigoso, sargazo vesiculoso. It:

Uzata parto : talo.

Malsat-foriga, maldikigaj dietoj, laceco.

3.38 Fumario: infloresko (*Fumaria officinalis*)

Fr: Fumeterre officinale. En: Common Fumitory, Earth smoke. De: Gewöhnliche Erdrauch, Gemeiner Erdrauch. Es: palomilla, sangre de Cristo. It: Fumaria officinale.

Uzata parto : infloresko.

Malfacila digesto, digestaj pezaĵoj, naŭzoj.

3.39 Garcinio: frukto (*Garcinia cambogia*, *Garcinia gummi-gutta*)

Fr: Garcinia, Gambooge, baie de Brindall, tamarinier de Malabar,. En: Gambooge, Brindleberry, Brindall berry, Malabar tamarind,. De: Es: tamarindo malabar. It:

Uzata parto : perikardio de la frukto.

Grasegeco, celulito, sukera malsatego.

3.40 Ginko: folio (*Ginkgo biloba*)

Fr: Ginkgo, Arbre aux quarante écus, arbre aux mille écus. En: Ginkgo, Maidenhair Tree. De: Ginkgo, Ginko, Silberpflaume, Fächerblattbaum, Fächerbaum. Es: ginkgo, árbol de los cuarenta escudos. It: Ginkgo biloba, ginko, ginco.

Uzata parto : folio.

Cerbaj cirkulaj perturboj (memorperdo), kontraŭoksida.

3.41 Ginsengo: radiko (*Panax ginseng*)

Fr: Ginseng. En: Ginseng. De: Ginseng, Gilgen, Samwurz, Kraftwurz. Es: Panax ginseng. It: Ginseng, Panax.

Uzata parto : radiko.

Laceco, trolaborado, konvalesko, korpa kaj intelekta stimulantanto.

3.42 Gvarano: semo (*Paullinia cupana*)

Fr: Guarana. En: Guarana. De: Guaraná. Es: guaraná. It: guaraná.

Uzata parto : semo.

Grasegeco, tropezeco, tonusmalaltiĝo.

3.43 Ĝardenangeliko: radiko (*Angelica archangelica*)

Fr: angélique officinale. En: Garden Angelica, Holy Ghost, Wild Celery, Norwegian angelica. De: Arznei-Engelwurz, Echte Engelwurz. Es: angélica. It: angelica.

Uzata parto : radiko

Aerofagio, kojlitio, ventra ŝveleco, abdomenaj doloroj kaj spasmoj.

3.44 Hamamelido: folio (*Hamamelis virginiana*)

Fr: Hamamélis. En: Hamamelis virginiana. De: . Es: avellano de bruja. It: Amamelide.

Uzata parto : folio.

Kuperozo, fragileco de la vaskuletoj, pezaj gamboj, varikoj.

3.45 Harpagofito??: radiko (*Harpagophytum procumbens*)

Fr: Harpagophytum, griffe du diable, racine de Windhoek. En: grapple plant, wood spider, Devil's Claw. De: Afrikanische Teufelskralle, Teufelskralle, Trampelklette. Es: harpagófito. It:

Uzata parto : duaranga radiko.

Reŭmatismo, artrozo, artrito, tendenito.

3.46 Hieracio blankhara, piloselo??: tuta planto (*Hieracium pilosella*)

Fr: Piloselle, Épervière piloselle. En: Mouse-ear Hawkweed. De: Kleine Habichtskraut, Mausohr-Habichtskraut. Es: vellosilla. It: Pelosella.

Uzata parto : tuta planto.

Akvo-maleligo, edemo de la malsupraj membroj.

3.47 Hiperiko trapunkta: floranta supraĵo (*Hypericum perforatum*)

Fr: Millepertuis perforé, millepertuis commun, millepertuis officinal. En: St John's wort, Tipton's Weed, Klamath weed, Common St John's wort. De: Echte Johanniskraut, Tüpfel-Johanniskraut, Tüpfel-Hartheu. Es: hierba de San Juan, hipérico, hipericón, corazoncillo. It: iperico, erba di san Giovanni, scacciadiavoli.

Uzata parto : floranta supraĵo.

Humoraj perturboj, energimanko, streso, anksieco.

3.48 Hipokastano: ŝelo (*Aesculus hippocastanum*)

Fr: Marronnier commun, marronnier d'Inde, marronnier blanc, châtaignier de mer, marronnier faux-châtaignier, marronniers/châtaignier des chevaux. En: Horse-chestnut, Conker tree. De: Gewöhnliche Rosskastanie, Gemeine Rosskastanie, Weiße Rosskastanie. Es: castaño de Indias. It: ippocastano, castagno d'India.

Uzata parto : ŝelo.

Hemoroidoj, varikoj, pezaj gamboj.

3.49 Ispagulo??: semtegumento (*Plantago ovata*)

Fr: plantain des Indes, Ispaghul. En: Plantago ovata, Desert Indianwheat, Blond Psyllium. De: Plantago ovata. Es: Plantago ovata, isphagula, llantén indio. It:

Uzata parto : semtegumento.

Regulado de la intesta transiro, konstipiĝo, malsat-foriga.

3.50 Kafo verda: radiko (*Coffea arabica*)

Fr: caféier d'Arabie, café vert. En: coffee shrub of Arabia, mountain coffee, arabica coffee. De: Arabica-Kaffee, Bergkaffee. Es: cafeto arábigo. It: Coffea arabica, pianta del caffè.

Uzata parto : radiko.

Manko de vikleco, laceco, tabaka sentoksiĝo.

3.51 Karobgumo: semo (*Ceratonia siliqua*)

Fr: caroubier. Aliaj nomoj: carouge, Pain de saint Jean-Baptiste, figuier d'Égypte, fève de Pythagore. En: Carob tree. Aliaj nomoj: St. John's bread. De: Johannisbrotbaum, Karubenbaum, Karobbaum. Es: algarrobo. It: Carrubo.

Uzata parto : elsema gumo. La semoj estas en la frukto, kiu estas koso, nomata karobo.

Malsat-foriganto, suĉinfana vomado.

3.52 Karoto: semo (*Daucus carota*)

Fr: carotte. En: carrot. De: Karotte, Möhre, Mohrrübe, Gelbe Rübe, Wurzel. Es: Daucus carota. It: carota.

Uzata parto : semo.

Haŭta beleco, preparo al sunbruniĝo, perturbo de la nokta vido.

3.53 Kolao: semo (*Cola nitida*)

Fr: Kola, kolatier, colatier. En: Kola nut. De: Kolabäume. Es: Cola. It: Cola.

Uzata parto : semo.

Korpa kaj intelekta laceco.

3.54 Kratago dustilusa: infloresko (*Crataegus laevigata*)

Fr: aubépine. En: Hawthorn. De: Weißdorne. Es: Crataegus, espino. It: carciofo.

Uzata parto : infloresko

Palpitacioj, anksieco, nervozeco, nedormemo de la adoltoj kaj infanoj.

3.55 Krizantelo??: tuta planto (*Chrysanthellum americanum*)

Fr: Chrysantellum. En: De: Es: It:

Uzata parto : tuta planto.

Malbona membrofina cirkulado, arteriito de la malsupraj membroj.

3.56 Kukurbo: semo (*Curcubita pepo*)

Fr: courge. Inter ili estas: courges véritables, courgettes, citrouilles, courges spaghettis, pâtissons
En: inter ili estas: squash, gourd, and pumpkin. De: Gartenkürbis. Es: inter ili estas: calabacín,
zucchini, zapallito, zapallo italiano. It: zucchini.

Uzata parto : elsema oleo (Fr: huile de pépins de courge).

Prostata adenomo, benigna prostata hipertrofiio.

3.57 Kurkumo: rizomo (*Curcuma longa*)

Fr: curcuma, safran des Indes. En: Turmeric, Indian Saffron. De: Kurkuma, Kurkume, Gelber
Ingwer, Safran-, Gelb- oder Gilbwurz(el). Es: cúrcuma. It: Curcuma longa, zafferano delle indie,
Turmeric

Uzata parto : rizomo.

Digestaj perturboj, kontraŭoksida, kontraŭinflama.

3.58 Lamio blanka: floranta supraĵo (*Lamium album*)

Fr: Lamier blanc, ortie blanche. En: White Deadnettle. De: Weiße Taubnessel. Es: ortiga blanca. It:

Uzata parto : floranta supraĵo.

Podagro, eksceso de ureata acido, ginekologiaj perturboj.

3.59 Lariko eŭropa: rezino (*Larix decidua*)

Fr: mélèze d'Europe, mélèze commun. En: European Larch. De: Europäische Lärche. Es: alerce
europeo, alerce común. It: larice comune.

Uzata parto : rezino.

Misfunkcia imuneca sistemo, recidivaj otorinolingaj malsanoj, respiraj malsanoj.

3.60 Lavendo: floro (*Lavandula angustifolia*)

Fr: lavande vraie. En: common lavender, true lavender, English lavender. De: Echte Lavendel. Es:
Lavandula vera. It: lavanda officinale.

Uzata parto : floro.

Anksieco, nervozeco, infektiĝo de la respiraj vojoj (bronkito, sinusito, rinito).

3.61 Leontodo: radiko (*Taraxacum officinale*)

Fr: Pissenlit. En: Dandelion. De: . Es: achicoria amarga, diente de león. It: tarassaco comune, dente
di leone, soffione.

Uzata parto : radiko.

Purigilo, prevento de la galvezikaj kaj renaj kalkulusoj.

3.62 Lignokarbo aktivigita

Fr: charbon actif, charbon activé, charbon végétal. En: Activated carbon, activated charcoal,
activated coal. De: Aktivkohle, A-Kohle. Es: carbón activado. It: carboni attivi.

Uzata parto : el kokosŝeloj

Ebena ventro, ventra ŝvelado, abdomenaj doloroj, intestaj gasoj, aerofagio.

3.63 Lino: semo (*Linum usitatissimum*)

Fr: lin cultivé. En: Flax, common flax, linseed. De: Gemeiner Lein, Saat-Lein, Flachs. Es: lino. It:
lino comune.

Uzata parto : semo.

Abdomenaj doloroj, konstipiĝo, kolesterola troeco.

3.64 Litotamnio??: talo (*Phymatolithon* aŭ *Lithotamnium calcareum*)

Fr: Lithotame. En: . De: . Es: . It:

Uzata parto : talo. La litotamnio estas ruĝa algo, kiu kreskas altmare de Bretonio.

Gastra acideco, remineraldonanto, reŭmatismo, artrozo.

3.65 Lupolo: ina infloresko (*Humulus lupulus*)

Fr: Houblon. En: Common hop. De: Common hop. Es: lúpulo. It: luppolo.

Uzata parto : ina infloresko.

Nervozeco, anksieco, adoltaj kaj infanaj dormoperturboj.

3.66 Luzerno: folio (*Medicago sativa*)

Fr: luzerne cultivée, alfalfa. En : Alfalfa, lucerne, lucerne grass. De : Luzerne. Es: Alfalfa. It: erba medica, alfa-alfa.

Uzata parto : folisuko.

Malfortaj ungoj, rompiĝemaj haroj, astenio, anemio, ostoporozo.

3.67 Maizo: stilusio (*Zea mays*)

Fr: maïs. En: Maize. De: Mais. Es: maíz, elote, choclo. It:

Uzata parto : stilusio.

Uriniga, drena, urinaj infektigoj.

3.68 Malvo granda: floro (*Malva sylvestris*)

Fr: grande mauve, mauve sylvestre, mauve des bois. En: common mallow, cheeses, high mallow and tall mallow. De: Wilde Malve, Große Käsepappel. Es: malva común. It: malva selvatica.

Uzata parto : floro.

Raŭkiĝo, bronkito, tuso, laringito.

3.69 Marubio: floranta supraĵo (*Marrubium vulgare*)

Fr: Marrube blanc, Marrube Commun. En: White Horehound, Common Horehound. De:

Gewöhnliche Andorn, Weißer Andorn, Andorn, Gemeiner Andorn, Weißer Dorant. Es: marrubio, malva rubia, malva común, manrubio, marrubio blanco, toronjil cuyano, toronjil del Cuyo, toronjil amargo, hierba cuyana, yuyo del sapo, yerba del sapo. It:

Uzata parto : floranta supraĵo.

Tuso, bronkito, astmo, trakeito.

3.70 Mateo: folio (*Ilex Paraguariensis*)

Fr: yerba maté, thé du Paraguay, thé des Jésuites, thé du Brésil. En: Yerba mate. De: Mate-Strauch, Mate-Baum. Es: yerba, hierba mate, Té de los jesuitas, Té Paraguayo. It:

La mateo estas la trinkaĵo farita el la folioj de la mearbo.

Uzata parto : folio.

Pezperdo, korpa kaj intelekta laceco.

3.71 Meliloto flava??: floranta supraĵo (*Melilotus officinalis*)

Fr: mélilot officinal, mélilot jaune. En: Yellow Sweet Clover, Yellow Melilot. De: Gelbe Steinklee, Gewöhnlicher Steinklee, Echter Steinklee, Gebräuchlicher Steinklee, Honigklee. Es: trébol de olor amarillo, meliloto amarillo. It:

Uzata parto : floranta supraĵo.

Varikoj, pezaj gamboj, edemoj, antikoagula.

3.72 Meliso: folio (*Melissa officinalis*)

Fr: mélisse officinale, mélisse citronnelle, citronnelle. En: Lemon balm. De: Zitronenmelisse, Melisse. Es: melisa, citronela, toronjil. It: Erba cedrina, Cedronella, Melissa.

Uzata parto : folio.

Streso, nervozeco, intestaj spasmoj.

3.73 Mirtelo: bero (*Vaccinium myrtillus*)

Fr: myrtille. En: European blueberry. De: Heidelbeere. Es: mirtilo. It: mirtillo nero.

Uzata parto : frukto (bero).

Lakso, kojilito, plibonigo de la nokta vido.

3.74 Mirtelo: folio (*Vaccinium myrtillus*)

Fr: myrtille. En: European blueberry. De: Heidelbeere. Es: mirtilo. It: mirtillo nero.

Uzata parto : folio.

Fragileco de la kapilaroj ,kuperozo, diabeto de la maljuneco.

3.75 Moruo: hepatoleo (*Gadus morrhua*)

Fr: morue de l'Atlantique. En: Atlantic cod. De: Kabeljau. Es: bacalao común. It: merluzzo (bianco).

Oleo eltirita el la hepato de la fiŝo moruo.

Infana kreskado kaj intelekta disvolviĝo, ostoporozo, ostorompiĝo.

3.76 Oksikoko amerika: frukto (*Vaccinium macrocarpon*)

Fr: canneberge cranberry, airelle à gros fruits. En: Large cranberry, American Cranberry, Bearberry. De: Großfrüchtige Moosbeere, Kraanbeere, Kranbeere. Es: arándano rojo americano. It:

Uzata parto : frukto.

Preventado de la urinvezikaj recidivaj infektigoj.

3.77 Olivarbo: folio (*Olea europaea*)

Fr: Olivier. En: Olive tree. De: Olivenbaum, Echter Ölbaum. Es: Olivo. It: olivo, ulivo.

La olivo estas la frukto de la olivarbo.

Uzata parto : folio.

Arteria hipertensio, kardiovaskulaj malsanoj, ne insulinda diabeto.

3.78 Opuntio: tuta planto (*Opuntia ficus indica*)

Fr: Nopal, figuier de Barbarie. En: Indian Fig Opuntia. De: Feigenkaktus. Es: Opuntia ficus-indica, tuna, nopal, penca, chumbera. It: fico d'India, ficodindia.

El la familio de la kaktacoj.

Uzata parto : tuta planto.

Satig-efekto, diabeto, grasegeco, grasajkapta.

3.79 Ortosifono??: folio (*Orthosiphon stamineus*)

Fr: Orthosiphon. En: Orthosiphon. De: Orthosiphon. Es: *Orthosiphon*. It:

Uzata parto : folio.

Drena, uriniga, galvezikaj kaj urinvezikaj kalkulusoj.

3.80 Papajo: folio (*Carica papaya*)

Fr: Papayer. En: Papaya tree. De: Papaya, Melonenbaum, Papayabaum. Es: papayo. It: papaia.

Uzata parto : folio.

Celulito kun asociitaj edemoj, malfacila digesto (perturboj de la sekrecio de la digestaj sukroj).

3.81 Papaveto: petalo (*Papaver rhœas*)

Fr: coquelicot, ponceau, pavot coquelicot, pavot rouge. En: Corn Poppy, Field Poppy, Flanders Poppy, Red Poppy. De: Klatschmohn, Mohnblume, Klatschrose. Es: amapola silvestre. It: papavero, rosolaccio.

Uzata parto : petalo.

Nervozeco, emociemo, anksieco, dormoperturboj.

3.82 Parafinoleo

Fr: Huile de paraffine. En: Liquid paraffin, mineral oil. De: Paraffinöle. Es: parafina líquida. It: paraffina liquida.

Konstipiĝo.

3.83 Partenio: floranta supraĵo (*Tanacetum parthenium*)

Fr: grande camomille, partenelle, pyrèthre doré, pyrèthre mousse. En: Feverfew. De: Mutterkraut, Falsche Kamille, Zierkamille, Fieberkraut.. Es: Altamisa, santa maría, chapote, matasano, iztactzapotl, cochitzapotl (azteca), hierba santa, hierba de altamira, manzanilló. It: Partenio.

Uzata parto : floranta supraĵo.

Migrenaj krizoj.

3.84 Pasifloro: aera parto (*Passiflora incarnata*)

Fr: Passiflore. En: Maypop, Purple passionflower. De: Passionsblumen. Es: Pasionaria lila. It:

Uzata parto : aera parto.

Dormomanko, nervozeco, streso, senigo de la kuracadoj per kontraŭanksiaĵoj.

3.85 Pelargonio: radiko (*Pelargonium sidoides et reniform*)

Fr: Pelargonium. En: Pelargonium. De: Pelargonien. Es: Geranio. It: *Pelargonium*.

Uzata parto : radiko.

Respiraj afekcioj: bronkito, faringitoj... , otorinolaringaj afekcioj.

3.86 Pino arbara: burĝono (*Pinus sylvestris*)

Fr: pin sylvestre. En: Scots Pine. De: Waldkiefer, Gemeine Kiefer, Rotföhre, Forche. Es: pino silvestre, pino royo, pino rojo. It: pino silvestre.

Uzata parto : burĝono.

Bronkito, sinusito, malvarmumo, tuso, trakeito.

3.87 Pipromento: folio (*Mentha piperita*)

Fr: Menthe poivrée. En: Peppermint. De: Pfefferminze. Es: menta piperina, piperita, monte yuyo, toronjil de menta. It:

Uzata parto : folio.

Spasma kojilto, stomakaj kramfoj, ventra ŝvelado.

3.88 Plantago granda: folio (*Plantago major*)

Fr: Grand plantain, plantain officinal. En: Greater Plantain, Common Plantain. De: Breitwegerich. Es: llantén. It:

Uzata parto : folio.

Astmo, tuso, laringito, fajnokataro, sinusito.

3.89 Poleno

Fr: Pollen synergisé. En: Pollen. De: Pollen, Blütenstaub. Es: Polen. It: Polline, microspora, granulo pollinico.

Plukita sur la floroj, la poleno estas arigita de la abeloj en formo de bulo.

Korpa kaj intelekta laceco, konvalesko, prevento de la vintraj infektiĝoj.

3.90 Portulako: tuta planto (*Portulaca oleracea*)

Fr: Pourpier (oméga 3 végétal). En: Common Purslane, Verdolaga, Pigweed, Little Hogweed, Pusley. De: Sommer-Portulak, Gewürz-Portulak, Gemüse-Portulak, Sommer-Postelein, Burzelkraut, Bürzelkraut, Bürzelkohl, Kreusel, Sauburtzel, Portulak. Es: verdolaga. It: portulaca, Porcellana comune.

Uzata parto : tuta planto.

Prevento de la kardio-vaskulaj malsanoj.

3.91 Propolis

Fr: Propolis. En: Propolis. De: Propolis. Es: propóleos. It: pròpoli.

Rezino rikoltita de la abeloj sur la ŝeloj de la vunditaj arboj kaj la burĝonoj por ŝmiri la internajn septojn de la abelujo kaj ŝtopi fendojn kaj tiel ŝirmi ĝin kontraŭ bakterioj kaj fungoj.

Uzata parto : la sterila aera parto.

Prevento kaj kuracado de la respiraj afekcioj, imunostimula.

3.92 Rafano nigra: radiko (*Raphanus sativus var. niger*)

Fr: Radis noir. En: radish ??. De: Schwarze Rettich, Schwarzer Winter-Rettich. Es: rábano ??. It: ravanello ??

Uzata parto : radiko.

Malfacila digesto, hepataj perturboj, hepataj kolikoj, hepatoriginaj migrenoj.

3.93 Ribo nigra: folio (*Ribes nigrum*)

Fr: cassissier, groseillier noir. En: Blackcurrant. De: Schwarze Johannisbeere. Es: casis, grosellero negro. It: Ribes nigrum.

Uzata parto : folio.

Reŭmataj kaj artikaj doloroj, artrozo, podagro.

3.94 Rosmareno officina: folio (*Rosmarinus officinalis*)

Fr: Romarin. En: Rosemary. De: Rosmarin. Es: romero. It: rosmarino.

Uzata parto : folio.

Ventra ŝvelado, abdomenaj doloroj kaj spasmoj.

3.95 Rusko: radika stumpo (*Ruscus aculeatus*)

Fr: fragon faux houx, petit houx. En: Butcher's broom. De: Stechende Mäusedorn, Dornmyrte, Stechmyrte. Es: rusco. It: Pungitopo.

Uzata parto : radika stumpo.

Pezaj gamboj, hemoroidoj.

3.96 Saliko blanka: ŝelo (*Salix alba*)

Fr: Saule blanc. En: White Willow. De: Silber-Weide. Es: sauce blanco. It: salice bianco, salice da pertiche.

Uzata parto : ŝelo.

Malvarmumo, gripa stato, febro, artikaj doloroj.

3.97 Salmo: karnoleo (*Salmo*)

Fr: saumon. En: Salmon. De: Lachse. Es: Salmón. It: salmone??

Uzata parto : Oleo el la salmokarno.

Kolesterola eksceso, prevento de la kardio-vaskulaj malsanoj.

3.98 Salvio lavendofolia??: folio (*Salvia lavandulifolia*)

Fr: Sauge ??. En: spanish sage. De: Lavendelblättriger Salbei, Spanischer Salbei. Es: Salvia ??. It: Salvia ??

Uzata parto : folio.

Memoro, mafacila digesto, perturboj de la menopaŭzo, neregulaj menstruoj.

3.99 Sambuko nigra: frukto (*Sambucus nigra*)

Fr: Sureau noir. En: Elder, Elderberry. De: Schwarze Holunder, Holderbusch, Holler. Es: saúco, caúco negro, canillero. It: sambuco ??

Uzata parto : frukto.

Purigilo, gripa stato.

3.100 Sarsaparilo, smilako: radiko (*Smilax medica*)

Fr: Salsepareille. En: catbriers, greenbriers, prickly-ivys, smilaxes. De: Stechwinden (*Smilax*), Sarsaparille, Sassaparille. Es: Smilax. It:

Uzata parto : radiko.

Ekzemo, psoriazio, imunostimula.

3.101 Senao (*Cassia angustifolia*)

Fr: Séné. En: Senna. De: Tinnevelly-Senna. Es:.. It: senna.

Uzata parto : foliolo.

Malofta adolta konstipiĝo.

3.102 Silibo, Maria-kardo: frukto (*Silybum marianum*)

Fr: chardon Marie. En: blessed milk thistle, Marian Thistle, Mary Thistle, Mediterranean Milk Thistle and Variegated Thistle. De: Mariendistel, Christi Krone, Fieberdistel, Frauendistel, Heilandsdistel, Marienkörner, Stechkörner. Es: cardo mariano. It: cardo mariano.

Uzata parto : frukto.

Hepata malforteco, hepata cirozo, hepatoprotekta, galvezikaj kalkulusoj, abundaj menstruoj.

3.103 Sojo: semo (*Glycine max*)

Fr: soja. En: soy. De: Sojabohne. Es: soja. It: soia, soja.

La premo de la semoj produktas likvaĵon konsistantan el oleo kaj lecitino poste apartigitaj per dekanto.

Uzata parto : semo.

Fr: Lécithine de soja. En: Lecithin. De: Lecithine. Es: lecitina. It: lecitina.

Kolesterola eksceso, prevento de arteriosklerozo.

3.104 Sojo: isoflavonoj (Glycine max)

Fr: soja. En: soy. De: Sojabohne. Es: soja. It: soia, soja.

La isoflavonoj estas molekuloj eltiritaj el la semoj. Sine de la familio de la vegetaloriginaj estrogenoj, la isoflavonoj ludas gravan rolon kontraŭ la perturboj de la menopaŭzo.

Uzata parto : isoflavonoj.

Fr: Isoflavones de soja. En: Isoflavones. De: Isoflavone. Es: isoflavonoides. It: Isoflavone. Perturboj de la menopaŭzo.

3.105 Spirulino: algo (Spirulina maxima)

Fr: Spiruline. En: Spirulina. De: Spirulina. Es: Spirulina, Arthrospira. It:

La spirulino estas blua algo.

Uzata parto: algo.

Energimanko, laceco, konvalesko, sportista dieto.

3.106 Sterkulio: gumo (Sterculia urens)

Fr: Karaya, sterculier. En: . De: Stinkbäume. Es: *Sterculia*. It:

Uzata parto : gumo.

Apetitomodoriganto, malsato-trompanto, konstipiĝo.

3.107 Teo: butono kaj folioj (Camellia sinensis)

Fr: Thé vierge. En: Tea. De: Tee. Es: té. It: tè.

Uzata parto : butono kaj la du unuaj folioj de la branĉoj.

Tropezeco, grasegeco.

3.108 Tilio: alburno (Tilia sylvestris)

Fr: tilleul. En: lime. De: Linden. Es: tilo. It: Tiglio.

Uzata parto : alburno (fr: aubier).

Maldiligenta hepato, hepata nesufiĉo, galvezika kalkuluso, ventra ŝvelado.

3.109 Timiano: floranta parto (Thymus vulgaris)

Fr: thym commun. En: Common Thyme, Garden Thyme. De: Echter Thymian, Römischer Quendel, Kuttelkraut, Garten-Thymian. Es: tomillo limonero. It: timo comune.

Uzata parto : floranta parto.

Tusado, pulmaj infektiĝoj, intestaj spasmoj.

3.110 Tritiko: ĝermo (Triticum sativum)

Fr: blé. En: Wheat. De: Weizen. Es: Trigo. It: Frumento, tritico.

Uzata parto : elĝerma oleo (Fr: huile de germe).

Eksceso de kolesterolo, preventado de arteriosklerozo kaj de koraj-vaskulaj malsanoj.

3.111 Ulmario: floranta supraĵo (Filipendula ulmaria)

Fr: Reine des prés, fausse spirée. En: Meadowsweet, Queen of the Meadow, Pride of the Meadow.

De: Echte Mädesüß. Es: ulmaria. It:

Uzata parto : floranta supraĵo.

Celulito, edemoj, reŭmatismoj, artrozo.

3.112 Urtiko: radiko (*Urtica dioica*)

Fr: grande ortie, ortie dioïque, ortie commune. En: stinging nettle. De: Große Brennnessel. Es: ortiga mayor, ortiga verde. It: ortica.

Uzata parto : radiko.

Prostata adenomo.

3.113 Urtiko: aera parto (*Urtica dioica*)

Fr: grande ortie, ortie dioïque, ortie commune. En: stinging nettle. De: Große Brennnessel. Es: ortiga mayor, ortiga verde. It: ortica.

Uzata parto : aera parto.

Rompigemaj ungoj, harofaloj, akneo, laceco.

3.114 Valeriano kuraca: radiko (*Valeriana officinalis*)

Fr: valériane officinale. En: Valerian, garden valerian. De: Echter Baldrian. Es: *valeriana*. It: Valeriana comune.

Uzata parto : radiko.

Dormmanko, anksieco, angoro, tabaka sentoksiĝo.

3.115 Verbasko blankfelta: floro (*Verbascum thapsus*)

Fr: bouillon blanc, Molène Bouillon-Blanc. En: Great Mullein, Common Mullein. De: Kleinblütige Königskerze, Echte Königskerze, Marienkerze, Frauenkerze, Wollblume, Kleinblütiges Wollkraut, Himmelsbrand, Fackelkraut, Wetterkerze, Feldkerze, Brennkraut. Es: gordolobo. It:

Uzata parto : floro.

Tuso, trakeito, gorĝa inflamo, bronkito.

3.116 Vinko malgranda: folio (*Vinca minor*)

Fr: Petite pervenche. En: Lesser Periwinkle, Small Periwinkle, Common Periwinkle. De: Kleine Immergrün. Es: Vinca menor, vincapervinca, pervinca, dominicana, dominica, hierba doncella, brusela, violeta de las brujas, violeta de asno, brusela, ojos azules. It: Pervinca.

Uzata parto : folio.

Cerba cirkula nesufiĉo.

3.117 Violo trikolora: floranta parto (*Viola tricolor*)

Fr: Pensée sauvage, pensée tricolore. En: Heartsease. De: Wilde Stiefmütterchen, Muttergottesschuh, Mädchenaugen, Gedenkemein, Schöngesicht, Liebesgesichtli. Es: pensamiento salvaje. It:

Uzata parto : floranta parto.

Haŭta purigilo, akneo, ekzemo, psoriazo.

3.118 Vito ruĝa: rekremento (*Vitis vinifera*)

Fr: vigne. En: Common Grape Vine. De: Weinrebe. Es: vid, parra, viña, videira. It: vite comune, vite euroasiatica.

La uva rekremento, kiu restas post la premo de la grapoloj de ruĝa vito (Fr: Marc de raisin).

Uzata parto : rekremento.

Celulito, pezoperdo.

3.119 Vito ruĝa: folio (*Vitis vinifera*)

Fr: vigne. En: Common Grape Vine. De: Weinrebe. Es: vid, parra, viña, videira. It: vite comune, vite euroasiatica.

Uzata parto : folio.

Pezaj gamboj, varikoj, hemoroidoj, haŭta kapilara fragileco (kuperozo, ekimozoj).

3.120 Zingibro: rizomo (*Zingiber officinale*)

Fr: Gingembre. En: ginger plant. De: Ingwer, Ingber, Imber, Immerwurzel, Ingwerwurzel. Es: jengibre, kion. It: zenzero.

Uzata parto : rizomo.

Seksa laceco, impotenteco, astenio, transport-malsano.

4 Franca – esperanta vortareto

Acerola: acerolo

Allergisant: alergidona.

Anxiolytique: kontraŭanksiaĵo

Appétit, manque d'~ : apetitomanko

Ballonnements: ventra ŝvelado

Benzodiazépines: benzodiazepinoj

Bourdonnements d'oreille: orelzumado

Calculs biliaires: galvezikaj kalkulusoj

Calculs urinaires: urinvezikaj kalkulusoj

Cardio- : kardio-

Cardio-vasculaire, maladie: kardio-vaskula malsano

Chardon Marie: silybum marianum: silibo; Maria-kardo

Chondrocalcinose: kondrokalcinozo??

Chrysanthème: "parthenium" et non "parthemium"

Chute de cheveux: harofalo

Concentration intellectuelle: intelekta koncentro

Consolidation: solidigo

Coupe-faim: malsat-foriga, malsatotrompa

Diabète non insulino-dépendant: ne insulinda diabeto

Défenses immunitaires: imundefendoj

Deprime: deprimado

Enurésie: enurezo

Estrogènes: estrogenoj

Flore intestinale: intesta flaŭro.

Incontinence: senvola ellaso

Insuffisance hépatique: hepata malforteco

Isoflavones: isoflavonoj

Ispaghul : Plantago ovata : ispagulo??

Mal des transports: veturmalsano

Moral: manque ou baisse de moral: energimanko, malentreprenema.

Ostéoporose: ostoporo

Reconstitution de la flore intestinale: reelfaro de la intesta flaŭro

Rétention d'eau akvo-maleligo.

Sérieux: severa (infection sérieuse: severa infektiĝo)

Sevrer: senigi

Spasmophilie: spasmofilio

Suc digestif: digesta suko.
Surcharge pondérale: tropezeco
Toux grasse: (mult)muka tuso
Toux sèche: seka tuso
Vergetures: strioj??