

BREZA 13.

Bétula péndula – hrv. breza

Breza je znano okrasno drevo z belim *lubjem* in dolgimi, visečimi vejami. Raste po gozdovih in pašnikih, sadijo jo v parkih in vrtovih. Listi imajo fin, rahel duh, okusa pa so grenkega. *Liste* nabiramo maja in junija, sušimo hitro v senci ali pri 40° C. Jih ne kuhamo, pač pa le poparimo! Brezo mešamo učinkovito z lipovim cvetjem.

Breza je zelo zdravilna, zlasti za **sečila**, tj. **ledvice** in **mehur**. Čaj pospešuje **izločanje seča** in **žolča**, tudi 5–8x nad povprečjem! Čaj ne draži ledvic, jih le lepo razkuži. Odstranjuje **kamne** in **pesek iz ledvic** in **mehurja**, čisti **kri**.

Lajša bolečine **protina** in **revme**. Pri **vročici** mešamo brezo z lipovim cvetjem. Zelo lajša **sladkorno bolezen**, zlasti v začetku. Zdravi **arteriosklerozo** in odstranjuje **beljakovine iz seča**. Ima antibiotično vrednost.

Kopeli iz listja ali lubja zdravijo **kožne bolezni**, **nečisto kožo**, **garje**, **celulitis**. Obenem je treba piti tudi brezov čaj za čiščenje od znotraj ter uporabljati obkladke iz listov. Pri **otečeni trebušni slinavki** pijemo čaj iz brezovega lubja: 20 g, s koriandrom 10 g, kuhano v belem vinu 2.5 dl. *Čajne mešanice*: Za **pesek in kamne**: breza, jetičnik, pirnica, potrošnik. Za **protin in revmo**: breza, kopriva, krhlika. Za **vodenico**: breza kopriva, rožmarin, šipek, preslica.

