

I. Plahtica raste v višjih legah, na vlažnih travnikih, na bregovih potokov, na pašnikih. Neredko pokriva večje površine. Značilno, da sestavljajo listi nekak lijak, v katerem je, najpogosteje zjutraj, čista kapljica vode. Cvete blede rumeno od maja do avgusta. Ima drobcene cvetke. Nabiramo *cvete in liste*, in sicer le ob suhem, sončnem vremenu. Sušimo v senci na zraku, najbolje na podstrešju. Je odlična zdravilna rastlina. Koristno jo mešamo s trobentico. Ta čaj je prijeten in veliko bolj zdrav kot ruski.

II. Plahtica je prvovrstno zdravilo za vse **ženske bolezni**: pri **belem toku**, **premočni menstruaciji**, **težavah v trebuhu**, lajša **meno**. Je za pitje in umivanje. **Nosečnice** naj bi redno pile ta čaj, ker lajša

porod in ugodno vpliva na novorojenčka. Marsikatera operacija ob porodu bi odpadla, če bi ga žene dovolj zgodaj in redno začele piti. Ustavlja **krvavitve pri notranjih poškodbah**. To pride zelo prav pri avtomobilskih in drugih nesrečah. Lahko dodamo marjetico ali orehovo listje. Ako otroci kljub dobri hrani ne uspevajo in imajo **slabo razvite mišice**, se po tem čaju vidno okrepe in začno lepo razvijati. Tudi **kopeli** v prekuhani plahtici bi jim znatno pomagale. Obnese se pri **vročici** in **prisadih zaradi notranjih poškodb**, pri **vnetih dihalih**, **kašlju**, **vnetih zobeh** in **kilah**, **ognojivah** in **čirih v spodnjem životu**. Čaj plahtice pomirja in pripomore k **zdravemu in trdnemu spanju**. Učinkuje zoper **vnetje očesne veznice**. Ustavlja **krvavitev iz dlesni**, ko nam izderejo zob. Lajša težave **protina** in **revme**, zdravi **slabokrvnost** in **vodenico**, je uspešen pri **pomladanskem zdravljenju**, zadržuje **poapnenje žil**, preprečuje **kap**, zadržuje razvoj **sladkorne bolezni**. Pomaga pri **vaginalnem in analnem srbenju**. Higiena spolovili! Ugodno vpliva pri **sladkorni bolezni**. Bolnik naj bi ga redno in daljšo dobo pil. Čaj priporočajo za **umivanje gnojnih ran**, **vnetih oči**, **vlažnih ekcemov**. Z njim naj bi grgrali pri **vnetem grlu** in ob **vnetju ustne sluznice**. Pomaga seveda pri raznih **črevesnih in želodčnih težavah**. Čaj pripravljamo kot **poparek**: eno čajno žličko zdrobljene zeli popari-



mo s ¼ l kroga. Po 10 minutah lahko precedimo in popijemo 1-3 skodelice na dan. Čaj naj bo nesladkan!