

SAFLAX®



Tips



© Can Stock Photo / rezkrr -

Artemisia annua

 Български	BG	2	 Malti	MT	5
 Dansk	DK	2	 Nederlands	NL	5
 Deutsch	DE	2	 Norsk	NO	6
 English	UK	2	 Polski	PL	6
 Eesti	EE	3	 Português	PT	6
 Suomalainen	FI	3	 Românesc	RO	6
 Français	FR	3	 Svenska	SE	7
 Ελληνική	GR	3	 Slovensky	SK	7
 Gaeilge	IE	4	 Slovenski	SI	7
 íslenskur	IS	4	 Español	ES	7
 Italiano	IT	4	 Český	CZ	8
 Hrvatski	HR	4	 Türkçe	TR	8
 Latviešu	LV	5	 Magyar	HU	8
 Lietuvių kalba	LT	5	 日本語	JP	9



Китайски пелин Qing Hao

Artemisia annua

Ароматно китайско лечебно растение - удостоено с Нобелова награда

Едногодишният тревист пелин може да достигне височина до два метра и развива светлозелени листа, които миришат на камфор. Неговите жълти цветове с къси дръжки се развиват в изправени, силно разклонени метли. Artemisia annua съдържа активната съставка артемизинин, която се използва в традиционната китайска медицина за предотвратяване и лечение на малария и за треска и инфекции, тъй като нейните компоненти имат антипиретични и бактерицидни ефекти. През 2015 г. китайският фармаколог Youyou Tu дори беше удостоен с Нобелова награда за изследване на тази тема. От 2020 г. Институтът Макс Планк, съвместно с американската компания ArtemiLife, проучва възможната ефективност на растителни екстракти от Artemisia annua по отношение на коронавируса COVID-19. Активни сили: Горчивите вещества, съдържащи се в листата, са основните активни сили. Чай: Залейте половин чаена лъжичка изсушени или смлени листа със 100 мл гореща вода и оставете да кисне пет минути. Прецедете или прецедете чая през цедка. Когато се охлади, чаът вече не е толкова горчив. Твърди се, че е добър при метеоризъм и лошо храносмилане. В кухнята: Тук по-специално листата могат да се използват като пикантно средство за горчивина в салати или в смляна форма в салатни или печени сосове и върху пресни зеленчуци. **Естествено местоположение:** Artemisia може да се намери диворастяща в Китай, но също и в други умерени зони в Европа и Северна Америка. **Успешно отглеждане:** Култивирането може да се извърши като прекултура на закрито или, от април, директно на открито или в кофа. Пелинът покълва на светло и много малките и леки семена не трябва да се покриват със субстрат. Поддържайте почвата влажна, но не мокра, за предпочитане чрез мъгла с водна струя всеки ден. Периодът на покълване е две до четири седмици. Идеалното разстояние между отделните растения е най-малко 60 сантиметра, така че съставните растения да имат достатъчно място за развитие на клоните си. За начало се препоръчва торене под формата на компост или рогови стърготини. **Най-доброто местоположение:** Пелинът обича слънчево и малко по-сухо място, за да подсили аромата и горчивината си. **Оптимална грижа:** Пелинът е неизискващ. Трябва да се полива само когато горният слой на почвата е ясно изсъхнал. Реколта: Беритба от края на август, когато растението е достигнало около 1,30 метра височина и миризмата на растението е интензивна. Почистете отрязаните клони и ги окачете с главата надолу в тъмна стая, за да изсъхнат. Изсушени листата се съхраняват цели или нарязани в платнени или хартиени пликове на тъмно и сухо място. **През зимата:** Всъщност пелинът е двугодишен. Съдържанието на активната съставка обаче намалява от втората година. Ето защо е препоръчително да отглеждате нови растения всяка година.



Chinesischer Beifuß Qing Hao

Artemisia annua

Duftende chinesische Heilpflanze - Mit einem Nobelpreis geadelt

Der einjährige, krautige Beifuß kann eine Höhe von bis zu zwei Metern erreichen und entwickelt aromatisch nach Kampher duftende hellgrüne Blätter. Ihre kurzgestielten gelben Blüten entwickeln sich in aufrechten, stark verzweigten Rispen. Artemisia annua enthält den Wirkstoff Artemisinin, der in der traditionellen chinesischen Medizin zur Vorbeugung und zum Ausheilen von Malaria und bei Fieber und Infektionen verwendet wird, da ihre Bestandteile fiebersenkend und bakterizid wirken. Im Jahr 2015 wurde sogar der Nobelpreis an die chinesische Pharmakologin Youyou Tu für Forschungsarbeiten zu diesem Thema verliehen. Seit 2020 erforscht das Max Planck Institut gemeinsam mit dem US-Unternehmen ArtemiLife eine mögliche Wirksamkeit von Artemisia annua Pflanzenextrakten im Bezug auf den Coronavirus COVID-19. Aktive kræfter: De bitre stoffer i bladene er de primære aktive kræfter. Te: Hæld 100 ml varmt vand over en halv teskefuld tørrede eller maledede blade og lad trække i fem minutter. Si eller si teen gennem en sigte. Afkølet smager teen ikke længere helt så bitter. Det siges at være godt mod luft i maven og fordøjelsesbesvær. I køkkenet: Her kan især bladene bruges som spicy bitter make i salater eller i malet form i salat- eller stege sauce og på friske grøntsager. **Naturlig beliggenhed:** Artemisia kan findes vildt i Kina, men også i andre tempererede zoner i Europa og Nordamerika. **Succesfuld dyrkning:** Dyrkning kan foregå som forkultur indendørs eller fra april direkte udendørs eller i spand. Bynke spirer i lyset og de helt små og lette frø bør ikke dækkes med substrat. Hold jorden fugtig, men ikke våd, helst ved at dugge med en vandspray dagligt. Spiringsperioden er to til fire uger. Den ideelle afstand mellem de enkelte planter er mindst 60 centimeter, så kompositplanterne har plads nok til at udvikle deres grene. Gødskning i form af kompost eller hornspåner anbefales til starten. **Den bedste beliggenhed:** Bynke kan lide et solrigt og lidt tørt sted for at forbedre dens aroma og bitterhed. **Optimal pleje:** Bynke er krævende. Det bør kun vandes, når det øverste jordlag er tydeligt tørt. Høst: Høst fra slutningen af august, når planten er nået omkring 1,30 meters højde og duften af planten er intens. Rens de afskærne grene og hæng dem på hovedet i et mørkt rum til tørre. Når de er tørre, kan bladene opbevares hele eller hakkes i stof- eller papirposer på et mørkt og tørt sted. **Om vinteren:** Faktisk er bynke toårig. Indholdet af aktive stoffer falder dog fra andet år. Det er derfor tilrådeligt at dyrke nye planter hvert år.



Chinesischer Beifuß Qing Hao

Artemisia annua

Duftende chinesische Heilpflanze - Mit einem Nobelpreis geadelt

Der einjährige, krautige Beifuß kann eine Höhe von bis zu zwei Metern erreichen und entwickelt aromatisch nach Kampher duftende hellgrüne Blätter. Ihre kurzgestielten gelben Blüten entwickeln sich in aufrechten, stark verzweigten Rispen. Artemisia annua enthält den Wirkstoff Artemisinin, der in der traditionellen chinesischen Medizin zur Vorbeugung und zum Ausheilen von Malaria und bei Fieber und Infektionen verwendet wird, da ihre Bestandteile fiebersenkend und bakterizid wirken. Im Jahr 2015 wurde sogar der Nobelpreis an die chinesische Pharmakologin Youyou Tu für Forschungsarbeiten zu diesem Thema verliehen. Seit 2020 erforscht das Max Planck Institut gemeinsam mit dem US-Unternehmen ArtemiLife eine mögliche Wirksamkeit von Artemisia annua Pflanzenextrakten im Bezug auf den Coronavirus COVID-19. Wirkende Kräfte: Die in den Blättern enthaltenen Bitterstoffe sind die vorrangig wirkenden Kräfte. Tee: Einen halben Teelöffel getrockneter oder gemahlener Blätter mit 100 ml heißem Wasser übergießen und fünf Minuten ziehen lassen. Den Tee durch ein Sieb geben oder abseihen. Abgekühlt schmeckt der Tee nicht mehr ganz so bitter. Er soll bei Blähungen und Verdauungsbeschwerden gute Dienste leisten. In der Küche: Hier können vor allem die Blätter als würziger Bittermacher in Salaten oder in gemahlener Form in Salat- oder Bratensaucen und an frischem Gemüse verwendet werden. **Naturstandort:** Wild findet man Artemisia in China, aber auch in anderen gemäßigten Zonen in Europa und Nordamerika. **Anzucht:** Die Anzucht kann als Vorkultur im Haus oder ab April auch direkt im Freiland oder Kübel erfolgen. Beifuß ist ein Lichtkeimer und die sehr kleinen und leichten Samen sollten nicht mit Substrat bedeckt werden. Halten Sie den Boden feucht, aber nicht nass, indem Sie am besten mit einem Wasserzerstäuber täglich nachfeuchten. Die Keimdauer beträgt zwei bis vier Wochen. Der ideale Abstand zwischen den einzelnen Pflanzen beträgt mindestens 60 Zentimeter, damit den Korbblütlern genügend Freiraum zur Ausbildung ihrer Zweige zur Verfügung steht. Für den Start empfiehlt sich eine Düngung in Form von Kompost oder Hornspänen. **Standort:** Beifuß mag einen sonnigen und etwas trockeneren Standort zur Förderung seiner Aromen und Bitterstoffe. **Pflege:** Beifuß ist anspruchslos. Er sollte erst gewässert werden, wenn die oberste Erdschicht deutlich trocken ist. Ernte: Ernten Sie ab Ende August, wenn die Pflanze etwa 1,30 Meter Höhe erreicht hat und der Geruch der Pflanze intensiv ist. Reinigen Sie die abgeschnittenen Zweige und hängen Sie sie kopfüber in einem dunklen Raum zum Trocknen auf. Getrocknet können die Blätter ganz oder zerkleinert in Stoff- oder Papiersäckchen dunkel und trocken gelagert werden. **Im Winter:** Eigentlich ist der Beifuß zweijährig. Allerdings lässt der Wirkstoffgehalt ab dem zweiten Jahr nach. Daher ist es empfehlenswert, jedes Jahr neue Pflanzen anzuziehen.



Sweet Wormwood Qing Hao

Artemisia annua

Fragrant Chinese medicinal plant - ennobled with a Nobel Prize

The annual, herbaceous mugwort can reach a height of up to two metres and develops aromatic camphor-scented light green leaves. Its short-stemmed yellow flowers develop in upright, strongly branched panicles. Artemisia annua contains the active ingredient artemisinin, which is used in traditional Chinese medicine to prevent and cure malaria and to treat fever and infections, as its components have a fever-reducing and bactericidal effect. In 2015, the Nobel Prize was even awarded to the Chinese pharmacologist Youyou Tu for research work on this topic. Since 2020, the Max Planck Institute, together with the U.S. company ArtemiLife, has been researching the possible efficacy of Artemisia annua plant extracts in relation to the coronavirus COVID-19. Active agents: The bitter substances contained in the leaves are the primary active forces. Tea: pour 100 ml of hot water over half a teaspoon of dried or ground leaves and leave to infuse for five minutes. Pass the tea through a sieve or strain. When cooled down, the tea does not taste quite as bitter. It is said to be a good remedy for flatulence and digestive problems. In the kitchen: The leaves can be used as a spicy bittering agent in salads or in ground form in salad or roast sauces and fresh vegetables. **Natural location:** Artemisia can be found wild in China, but also in other temperate zones in Europe and North America. **Successful cultivation:** Cultivation can be done as a pre-culture indoors or, from April onwards, directly in the field or in tubs. Mugwort is a light germinator and the very small and light seeds should not be covered with substrate. Keep the soil moist, but not wet, by moistening it daily with a water sprayer. The germination period is two to four weeks. The ideal distance between the individual plants is at least 60 centimetres, so that the composites have enough space to form their branches. For the start, fertilization in the form of compost or horn shavings is recommended. **The best location:** Mugwort likes a sunny and somewhat drier location to promote its aromas and bitter substances. **Optimal care:** Mugwort is undemanding. It should only be watered when the top layer of soil is clearly dry. Harvest: Harvest from the end of August when the plant has reached a height of about 1.30 metres and the smell of the plant is intense. Clean the cut branches and hang them upside down in a dark room to dry. When dry, the leaves can be stored whole or chopped up in cloth or paper bags in a dark and dry place. **In the winter:** Actually, the mugwort is biennial. However, the active ingredient content decreases from the second year onwards. It is therefore recommended to grow new plants every year.



Hiina mugirohi Qing Hao

Artemisia annua

Lõhnav Hiina ravimtaim – autasustatud Nobeli preemiaga

Üheaastane rohttaim võib ulatuda kuni kahe meetri kõrgusele ja sellel arenevad helerohelised kamforilõhnalised lehed. Selle lühikese varrega kollased õied arenevad püstistes, tugevalt hargnenud lehtedena. Artemisia annua sisaldab toimeainet artemisiiniini, mida kasutatakse traditsiooniliselt hiina meditsiinis malaaria ennetamiseks ja raviks ning palaviku ja infektsioonide korral, kuna selle komponendid on palavikku alandav ja bakteritsidne toime. 2015. aastal pälvis Hiina farmakoloog Youyou Tu selleteemalise uurimistöö eest isegi Nobeli preemia. Alates 2020. aastast on Max Plancki Instituut koos USA ettevõttega ArtemiLife uurinud Artemisia annua taimeekstraktide võimalikku efektiivsust seoses koroonaviirusega COVID-19. Aktiivsed jõud: Peamised aktiivsed jõud on lehtedes sisalduvad kibedaid ained. Tee: vala pool tl kuivatatud või jahvatatud lehti 100 ml kuumale veega ja lase viis minutit tõmmata. Kurna või kurna tee läbi sõela. Jahtudes ei maitse tee enam nii kibe. Väidetavalt on see hea gaaside ja seedeäirete korral. Kõõgis: siin saab eriti lehti kasutada võrtsika mõru valmistamise vahendina salatites või jahvatatud kujul salati- või praekastmetes ja värsketel köögiviljadel. **Looduslik asukoht:** Artemisiat võib metsikutel leida Hiinas, aga ka teistes Euroopa ja Põhja-Ameerika parasvöötme piirkondades. **Edukas kasvatamine:** Kasvatamine võib toimuda eelkultuurina siseruumides või alates aprillist otse välitingimustes või ämbris. Mugwort idaneb valguse käes ning väga väikesed ja heledad seemned ei tohiks substraadiga katta. Hoidke muld niiske, kuid mitte märjana, eelistatavalt iga päev pihustades vett. Idanemisperiood on kaks kuni neli nädalat. Ideaalne vahemaa üksikute taimede vahel on vähemalt 60 sentimeetrit, et liitained oleks piisavalt ruumi okste arenemiseks. Alustuseks on soovitatav väetada kompost või sarvelaenu kujul. **Parim asukoht:** Mugirohule meeldib päikseline ja veidi kuivem kasvukoht, et tõsta oma aroome ja mõrkjust. **Optimaalne hooldus:** Mugwort on vähenõudlik. Kasta tuleks ainult siis, kui pealmine mullakiht on selgelt kuiv. Saagikoristus: Korjate augusti lõpust, kui taim on jõudnud umbes 1,30 meetri kõrguseks ja taime lõhn on intensiivne. Puhastage lõigatud oksad ja riputage need tagurpidi pimedasse ruumi kuivama. Kuivanud lehti võib säilitada tervelt või tükeldatult riidest või paberkottides pimedas ja kuivas kohas. **Talvel:** Tegelikult on mugirohi kaheaastane. Toimeainesisaldus aga väheneb alates teistest aastast. Seetõttu on soovitatav iga aastal uusi taimi kasvatada.



Kiinalainen mukijuuri Qing Hao

Artemisia annua

Tuoksuva kiinalainen lääkekasvi – Nobel-palkinnolla

Yksivuotinen, ruohoinen ruohojuuri voi nousta jopa kahden metrin korkeuteen ja kehittää vaaleanvihreitä kamferin tuoksuista lehtiä. Sen lyhytvartistet keltaiset kukat kehittyvät pystyssä, voimakkaasti haaroittuneina kukkaroina. Artemisia annua sisältää vaikuttavana aineena artemisiiniiniä, jota käytetään perinteisessä kiinalaisessa lääketieteessä malarian sekä kuumeen ja infektioiden ehkäisyyn ja parantamiseen, sillä sen ainesosilla on kuumetta alentava ja bakteereja tappava vaikutus. Vuonna 2015 kiinalainen farmakologi Youyou Tu sai jona Nobel-palkinnon tämän aiheen tutkimuksesta. Max Planck Institute on vuodesta 2020 lähtien tutkinut yhdessä yhdysvaltalaisen ArtemiLife-yhtiön kanssa Artemisia annua -kasviuutteiden mahdollista tehokkuutta koronaviruksen COVID-19 suhteen. Aktiiviset voimat: Lehtien sisältämät katkerat aineet ovat ensisijaisia aktiivisia voimia. Tee: Kaada 100 ml kuumaa vettä puolen tl kuivatujen tai jauhettujen lehtien päälle ja anna hautua viisi minuuttia. Siivilöi tai siivilöi tee siivilän läpi. Jäähdytettyä tee ei enää maistu niin katkeralta. Sen sanotaan olevan hyvä ilmavaivat ja ruoansulatushäiriöt. Keittäessä: Täällä erityisesti lehtiä voidaan käyttää mausteisena katkerana keittäjänä salaateissa tai jauhatussa muodossa salaatti- tai paistikastikkeessa ja tuoreissa vihanneksissa. **Luonnollinen sijainti:** Artemisiaa löytyy villinä Kiinassa, mutta myös muilla lauhkeilla vyöhykkeillä Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa. **Onnistunut viljely:** Viljely voi tapahtua esiviljelynä sisätiloissa tai huhtikuusta alkaen suoraan ulkona tai ämpäriä. Mugwort itää valossa ja hyvin pieniä ja kevyitä siemeniä ei saa peittää alustalla. Pidä maaperä kosteana, mutta ei märkänä, mieluiten sumuttamalla vesisuihkulla päivittäin. Itämisaika on kahdesta neljään viikkoa. Ihanteellinen etäisyys yksittäisten kasvien välillä on vähintään 60 senttimetriä, jotta yhdistelmäkasveilla on riittävästi tilaa oksien kehittymiseen. Aluksi suositellaan lannoitusta kompostin tai sarvilastujen muodossa. **Paras sijainti:** Mugwort pitää aurinkoisesta ja hieman kuivemmasta paikasta lisätäkseen aroomia ja katkeruutta. **Optimaalinen hoito:** Mugwort on vaatimaton. Sitä tulisi kastaa vain, kun maan pintakerros on selvästi kuiva. Sato: Sato elokuun lopulla, kun kasvi on saavuttanut noin 1,30 metrin korkeuden ja kasvin tuoksu on voimakas. Puhdista leikatut oksat ja ripusta ne ylösalaisin pimeään huoneeseen kuivumaan. Kuivatuna lehdet voidaan säilyttää kokonaisina tai pilkkottuna kangas- tai paperipusseissa pimeässä ja kuivassa paikassa. **Talvella:** Itse asiassa mugwort on joka toinen vuosi. Vaikuttava ainepitoisuus kuitenkin laskee toisesta vuodesta. Siksi on suositeltavaa kasvatava uusia kasveja joka vuosi.



Armoise annuelle Qing Hao

Artemisia annua

Une plante médicinale chinoise parfumée - anoblie par un prix Nobel

L'armoise annuelle, herbacée, peut atteindre une hauteur de deux mètres et développe des feuilles vert clair aromatiques au parfum camphré. Ses fleurs jaunes à tige courte se développent en panicules dressées et fortement ramifiées. L'Artemisia annua contient le principe actif artemésinine, qui est utilisé dans la médecine traditionnelle chinoise pour prévenir et guérir la malaria et pour traiter la fièvre et les infections, car ses composants ont un effet fébrifuge et bactéricide. En 2015, le prix Nobel a même été attribué au pharmacologue chinois Youyou Tu pour ses travaux de recherche sur ce sujet. Depuis 2020, l'Institut Max Planck, en collaboration avec la société américaine ArtemiLife, étudie l'efficacité possible des extraits de la plante Artemisia annua par rapport au coronavirus COVID-19. Des effets efficaces : Les substances amères contenues dans les feuilles sont les principales forces actives. Thé : verser 100 ml d'eau chaude sur une demi-cuillère à café de feuilles séchées ou mouluées et laisser infuser pendant cinq minutes. Passez le thé dans un tamis ou une passoire. Une fois refroidi, le thé n'a pas le même goût amer. On dit qu'elle est un bon remède contre les flatulences et les problèmes digestifs. Dans la cuisine : les feuilles peuvent être utilisées comme agent amer et piquant dans les salades ou sous forme mouluée dans les sauces pour salades ou rôtis et les légumes frais. **Emplacement naturel:** L'armoise est présente à l'état sauvage en Chine, mais aussi dans d'autres zones tempérées d'Europe et d'Amérique du Nord. **Culture réussie:** La culture peut se faire en pré-culture à l'intérieur ou, à partir d'avril, directement dans le champ ou dans des bacs. L'armoise est un germe léger et les graines très petites et légères ne doivent pas être recouvertes de substrat. Maintenez le sol humide, mais pas mouillé, en l'humidifiant quotidiennement avec un pulvérisateur d'eau. La période de germination est de deux à quatre semaines. La distance idéale entre les différentes plantes est d'au moins 60 centimètres, afin que les composites aient suffisamment d'espace pour former leurs branches. Pour commencer, une fertilisation sous forme de compost ou de copeaux de corne est recommandée. **Le meilleur emplacement:** L'armoise aime un endroit ensoleillé et un peu plus sec pour favoriser ses arômes et ses substances amères. **Soins optimaux:** L'armoise est peu exigeante. Elle ne doit être arrosée que lorsque la couche supérieure du sol est clairement sèche. Récolte : Récolte à partir de la fin août, lorsque la plante a atteint une hauteur d'environ 1,30 mètre et que l'odeur de la plante est intense. Nettoyez les branches coupées et suspendez-les à l'envers dans une pièce sombre pour les faire sécher. Une fois sèches, les feuilles peuvent être conservées entières ou coupées en morceaux dans des sacs en tissu ou en papier, dans un endroit sombre et sec. **En hiver:** En fait, l'armoise est bisannuelle. Toutefois, la teneur en matière active diminue à partir de la deuxième année. Il est donc recommandé de faire pousser de nouvelles plantes chaque année.



Κινεζική καραμέλα Qing Hao

Artemisia annua

Αρωματικό κινέζικο φαρμακευτικό φυτό - Τιμήθηκε με βραβείο Νόμπελ

Το ετήσιο, πώδες mugwort μπορεί να φτάσει σε ύψος έως και δύο μέτρα και αναπτύσσει ανοιχτοπράσινα φύλλα που μυρίζουν καμφορά. Τα κίτρινα άνθη του με κοντό μίσχο αναπτύσσονται σε όρθια, έντονα διακλαδισμένα πανικά. Το Artemisia annua περιέχει το δραστικό συστατικό αρτεμισιίνη, το οποίο χρησιμοποιείται στην παραδοσιακή κινεζική ιατρική για την πρόληψη και τη θεραπεία της ελονοσίας και για τον πυρετό και τις λοιμώξεις, καθώς τα συστατικά του έχουν αντιπυρετική και βακτηριοκτόνο δράση. Το 2015, ο Κινέζος φαρμακολόγος Youyou Tu τιμήθηκε ακόμη και με το βραβείο Νόμπελ για έρευνα σε αυτό το θέμα. Από το 2020, το Ινστιτούτο Max Planck, μαζί με την αμερικανική εταιρεία ArtemiLife, ερευνούν την πιθανή αποτελεσματικότητα των φυτικών εκχυλισμάτων Artemisia annua σε σχέση με τον κορωνοϊό COVID-19. Ενεργητικές δυνάμεις: Οι πικρές ουσίες που περιέχονται στα φύλλα είναι οι πρωταρχικές ενεργές δυνάμεις. Τσάι: Ρίξτε 100 ml ζεστό νερό πάνω από μισό κουταλάκι του γλυκού αποξηραμένα ή αλεσμένα φύλλα και αφήστε τα να βράσουν για πέντε λεπτά. Στραγγίστε ή στραγγίστε το τσάι από ένα κόσκινο. Όταν κρυσώσει, το τσάι δεν έχει πλέον τόσο πικρή γεύση. Λέγεται ότι είναι καλό για μετεωρισμό και δυσπεψία. Στην κουζίνα: Εδώ ειδικά τα φύλλα μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως πικάντικο bitter σε σαλάτες ή σε αλεσμένη μορφή σε σάλτσες σαλάτας ή ψητού και σε φρέσκα λαχανικά. **Φυσική τοποθεσία:** Η Αρτεμισία μπορεί να βρεθεί άγρια στην Κίνα, αλλά και σε άλλες εύκρατες ζώνες στην Ευρώπη και τη Βόρεια Αμερική. **Επιτυχημένη καλλιέργεια:** Η καλλιέργεια μπορεί να γίνει ως προκαλλιέργεια σε εσωτερικούς χώρους ή, από τον Απρίλιο, απευθείας σε εξωτερικό χώρο ή σε κουβά. Το Mugwort φυτρώνει στο φως και οι πολύ μικροί και ελαφροί σπόροι δεν πρέπει να καλύπτονται με υπόστρωμα. Διατηρήστε το χώμα υγρό αλλά όχι υγρό, κατά προτίμηση με ψεκασμό νερού καθημερινά. Η περίοδος βλάστησης είναι δύο έως τέσσερις εβδομάδες. Η ιδανική απόσταση μεταξύ των μεμονωμένων φυτών είναι τουλάχιστον 60 εκατοστά, έτσι ώστε τα σύνθετα φυτά να έχουν αρκετό χώρο για να αναπτύξουν τα κλαδιά τους. Για την αρχή συνιστάται λίπανση με τη μορφή κομπόστ ή ριζίσματα κέρατος. **Η καλύτερη τοποθεσία:** Το Mugwort αρέσει μια ηλιόλουστη και ελαφρώς πιο ξηρή τοποθεσία για να ενισχύσει τα αρώματα και την πικρία του. **Βέλτιστη φροντίδα:** Το Mugwort δεν είναι απαιτητικό. Πρέπει να ποτίζεται μόνο όταν το ανώτερο στρώμα του εδάφους είναι ξεκάθαρα στεγνό. Συγκομιδή: Συγκομιδή από τα τέλη Αυγούστου, όταν το φυτό έχει φτάσει περίπου το 1,30 μέτρο σε ύψος και η μυρωδιά του φυτού είναι έντονη. Καθαρίστε τα κομμένα κλαδιά και κρεμάστε τα ανάποδα σε σκοτεινό δωμάτιο για να στεγνώσουν. Όταν στεγνώσουν, τα φύλλα μπορούν να αποθηκευτούν ολόκληρα ή να τεμαχιστούν σε υφασμάτινες ή χάρτινες σακούλες σε σκοτεινό και ξηρό μέρος. **Το χειμώνα:** Στην πραγματικότητα, το mugwort είναι διετές. Ωστόσο, η περιεκτικότητα σε δραστικό συστατικό μειώνεται από το δεύτερο έτος. Συνιστάται λοιπόν να καλλιεργούνται νέα φυτά κάθε χρόνο.



Mugwort Sínis Qing Hao

Artemisia annua

Gléasra míochaine cumhra na Síne - Bronnadh Duais Nobel air

Is féidir leis an mugwort luibheach bliantúil airde de suas le dhá mhéadar a bhaint amach agus forbraíonn duilleoga glasa éadrom go balladh camfar. Forbraíonn a bláthanna buí gearrfhiacha i bpainéil dhíreacha, brainseach. Artemisia annua tá an comhábhar gníomhach artemisinín, a úsáidtear i míochaine Sínis traidisiúnta chun maláire a chosc agus a leigheas agus le haghaidh fiabhras agus ionfhabhtuithe, toisc go bhfuil éifeachtaí antipyretic agus bactericidal ag a chuid comhpháirteanna. In 2015, bronnadh Duais Nobel ar an gcógaseolaí Síneach Youyou Tu fiú as taighde ar an ábhar seo. Ó 2020 i leith, tá an Institiúid Max Planck, in éineacht leis an gcuideachta SAM ArtemiLife, ag déanamh taighde ar éifeachtaí fhéideartha sleachta plandaí Artemisia annua maidir leis an coronavirus COVID-19. Fórsaí gníomhacha: Is iad na substaintí searbh atá sna duilleoga na príomhfhoirne gníomhacha. Tae: Doirt 100 ml d'uisce te thar leath teaspoon duilleoga triomaithe nó talún agus lig gear ar feadh cúig nóiméad. Strain nó brú an tae trí criathar. Nuair a fhuaraítear é, ní bhíonn blas searbh ar an tae a thuilleadh. Deirtear go bhfuil sé go maith le haghaidh flatulence agus indigestion. Sa chistin: Anseo is féidir na duilleoga go háirithe a úsáid mar dhéantóir spicy searbh i sailléid nó i bhfoirm talún i saillead nó anlainn rósta agus ar ghlasraí úra. **Suíomh nádúrtha:** Is féidir Artemisia a fháil fiáin sa tSín, ach freisin i limistéir mheasurtha eile san Eoraip agus i Meiriceá Thuaidh. **Saothrú rathúil:** Is féidir saothrú a dhéanamh mar réamhchultúr laistigh nó, ó Aibreán, go díreach lasmuigh nó i mbeicéad. Germinates mugwort sa solas agus níor chóir na síolta an-bheag agus éadrom a bheith clúdaithe le tsustráit. Coinnigh an ithir tais ach gan a bheith fluich, b'fhearr trí spraeáil uisce a cheo gach lá. Is é an tréimhse phéacadh dhá nó ceithre seachtaine. Is é an t-achar idéalach idir na plandaí aonair ná 60 ceintiméadar ar a laghad, ionas go mbeidh go leor spáis ag na plandaí ilchodacha chun a gcuid brainsí a fhorbairt. Moltar toirchiú i bhfoirm múirín nó bearrtha adharc don tús. **An suíomh is fearr:** Is maith le Mugwort suíomh griamhar agus beagán níos tirime chun cur lena aromas agus searbh. **Cúram is fearr is féidir:** Tá Mugwort gan éileamh. Níor chóir é a uisce ach amháin nuair a bhíonn an ciseal barr ithreach tirim go soiléir. Harvest: Fómhar ó dheireadh Lúnasa, nuair a bhíonn an gléasra thart ar 1.30 méadar ar airde agus tá boladh an gléasra dian. Glan na brainsí gearrtha agus croch iad bun os cionn i seomra dorcha le triomú. Nuair a bhíonn siad triomaithe, is féidir na duilleoga a stóráil ina n-íomláine nó a ghearradh suas i málaí éadach nó páipéir in áit dorcha agus tirim. **Sa gheimhreadh:** I ndáiríre, tá mugwort débhlantúil. Mar sin féin, laghdaíonn ábhar an chomhábhair gníomhacha ón dara bliain. Tá sé inmholta mar sin plandaí nua a fhás gach bliain.



Kínversk mugwort Qing Hao

Artemisia annua

Ilmandi kínversk lækningajurt - Heiðruð með Nóbelsverðlaunum

Hin árlega, jurtkennda múka getur náð allt að tveggja metra hæð og myndar ljósgræn laufblöð sem lykta af kamfóru. Stuttstöngulgul blóm hennar þróast í uppréttum, mjög greinóttum nótum. Artemisia annua inniheldur virka efnið artemisinín sem er notað í hefðbundinni kínverskri lækisfræði til að koma í veg fyrir og lækna malaríu og við hita og sýkingum, þar sem innihaldsefni þess hafa hitalækkandi og bakteríudrepandi áhrif. Árið 2015 fékk kínverski lyfjafræðingurinn Youyou Tu meira að segja Nóbelsverðlaunin fyrir rannsóknir á þessu efni. Frá árinu 2020 hefur Max Planck Institute, ásamt bandaríska fyrirtækinu ArtemiLife, rannsakað mögulega virkni Artemisia annua plöntubýkni í tengslum við kórónaveiruna COVID-19. Virkir kraftar: Bitru efnin sem eru í laufunum eru aðal virku kraftarnir. Te: Hellið 100 ml af heitu vatni yfir hálfá teskið af þurrkuðum eða möluðum laufum og látið malla í fimm mínútur. Sigtíð eða sigtíð teið í gegnum sigti. Þegar te er kólnað bragðast það ekki lengur alveg eins beiskt. Það er sagt vera gott við vindgangi og meltingartruflunum. Í eldhúsinu: Hér er sérstaklega hægt að nota blöðin sem kryddaðan beiskju í salöt eða í malað formi í salat- eða steiktarsósus og á ferskt grænmeti. **Náttúruleg staðsetning:** Artemisia má finna villt í Kína, en einnig á öðrum tempruðum svæðum í Evrópu og Norður-Ameríku. **Árangursrík ræktun:** Ræktun getur farið fram sem forrækt innandyrna eða frá og með apríl beint utandyra eða í fötu. Mugwort spírar í ljósi og mjög litlu og ljósu fræin ættu ekki að vera þakin undirlagi. Haltu jarðveginum rökum en ekki blautum, helst með því að úða með vatnsúða daglega. Spírunartíminn er tvær til fjórar vikur. Ákjósanleg fjarlægð á milli einstakra plantna er að minnsta kosti 60 sentimetrar, þannig að samsettu plönturnar hafi nóg pláss til að þróa greinar sínar. Mælt er með frjógvun í formi rotmassa eða hornspænis í byrjun. **Besta staðsetningin:** Mugwort líkar við sólríka og örlítið þurrari stað til að auka ilminn og beiskjuna. **Besta umönnun:** Mugwort er lítið krefjandi. Það ætti aðeins að vökva þegar efsta lagið af jarðvegi er greinilega þurrt. Uppskeyra: Uppskeyra frá lok ágúst, þegar plantan er orðin um 1,30 metrar á hæð og lyktnin af plöntunni er mikil. Hreinsaðu afskornar greinar og hengdu þær á hvolfi í dimmu herbergi til að þorna. Þegar þau eru þurrkuð má geyma blöðin heil eða hakkað í tau- eða pappírspokum á dimmum og þurrum stað. **Á veturna:** Reyndar er mugwort tveggja ára. Hins vegar lækkar innihald virka efna frá öðru ári. Það er því ráðlegt að rækta nýjar plöntur á hverju ári.



Artemisia annuale Qing Hao

Artemisia annua

Pianta medicinale cinese profumata - nobilitata con un premio Nobel

L'artemisia annuale, erbacea, può raggiungere un'altezza fino a due metri e sviluppa foglie aromatiche verde chiaro profumate di canfora. I suoi fiori gialli a stelo corto si sviluppano in pannocchie erette e fortemente ramificate. Artemisia annua contiene il principio attivo artemisinina, che viene utilizzato nella medicina tradizionale cinese per prevenire e curare la malaria e per trattare la febbre e le infezioni, in quanto i suoi componenti hanno un effetto antipiretico e battericida. Nel 2015, il premio Nobel è stato addirittura assegnato al farmacologo cinese Youyou Tu per il lavoro di ricerca su questo tema. Dal 2020 l'Istituto Max Planck, in collaborazione con la società statunitense ArtemiLife, studia la possibile efficacia degli estratti vegetali di Artemisia annua in relazione al coronavirus COVID-19. Principi attivi: Le sostanze amare contenute nelle foglie sono le forze attive primarie. Tè: versare 100 ml di acqua calda su mezzo cucchiaino di foglie secche o macinate e lasciare in infusione per cinque minuti. Passate il tè attraverso un setaccio o un ceppo. Una volta raffreddato, il tè non ha lo stesso sapore amaro. Si dice che sia un buon rimedio per la flatulenza e i problemi digestivi. In cucina: le foglie possono essere utilizzate come amaro piccante nelle insalate o sotto forma di macinato in insalata o in salsa d'arrosto e verdure fresche. **Posizione naturale:** L'artemisia si può trovare selvaggia in Cina, ma anche in altre zone temperate dell'Europa e del Nord America. **Coltivazione riuscita:** La coltivazione può essere effettuata come precultura indoor o, da aprile in poi, direttamente all'aperto o in vasca. L'artemisia è un germinatore leggero e i semi molto piccoli e leggeri non devono essere coperti di substrato. Mantenere il terreno umido, ma non bagnato, inumidendolo quotidianamente con uno spruzzatore d'acqua. Il periodo di germinazione è di due o quattro settimane. La distanza ideale tra le singole piante è di almeno 60 centimetri, in modo che i composti abbiano spazio sufficiente per formare i loro rami. Per cominciare, si raccomanda la concimazione sotto forma di concime o di trucioli di corno. **La posizione migliore:** L'artemisia ama un luogo soleggiato e un po' più secco per promuovere i suoi aromi e le sue sostanze amare. **Cura ottimale:** l'artemisia è poco esigente. Deve essere annaffiato solo quando lo strato superiore del terreno è chiaramente asciutto. Vendemmia: Raccolta a partire dalla fine di agosto, quando la pianta ha raggiunto un'altezza di circa 1,30 metri e l'odore della pianta è intenso. Pulire i rami tagliati e appenderli a testa in una stanza buia ad asciugare. Una volta asciutte, le foglie possono essere conservate intere o tritate in sacchetti di tela o di carta in un luogo buio e asciutto. **In inverno:** In realtà, l'artemisia è biennale. Tuttavia, il contenuto di principio attivo diminuisce a partire dal secondo anno. Si raccomanda quindi di coltivare nuove piante ogni anno.



Kineski pelin Qing Hao

Artemisia annua

Mirisna kineska ljekovita biljka - nagrađena Nobelovom nagradom

Jednogodišnji zeljasti pelin može doseći visinu i do dva metra i razvija svijetlozelene listove koji mirišu na kamfor. Žuti cvjetovi s kratkim peteljkom razvijaju se u uspravnim, jako razgranatim metlicama. Artemisia annua sadrži aktivni sastojak artemisinin, koji se u tradicionalnoj kineskoj medicini koristi za sprječavanje i liječenje malarije te protiv groznice i infekcija, budući da njegovi sastojci djeluju antipiretski i baktericidno. Kineski farmakolog Youyou Tu 2015. čak je dobio Nobelovu nagradu za istraživanje na ovu temu. Od 2020. Institut Max Planck, zajedno s američkom tvrtkom ArtemiLife, istražuje moguću učinkovitost ekstrakata biljke Artemisia annua u odnosu na koronavirus COVID-19. Djelotvorne snage: Gorke tvari sadržane u lišću su primarne djelatne snage. Čaj: Pola žličice osušenih ili samljevenih listova prelježe sa 100 ml vruće vode i ostavite da odstoji pet minuta. Procijedite ili procijedite čaj kroz cjedilo. Kada se ohladi, čaj više nema tako gorak okus. Kažu da je dobar za nadutost i probavne smetnje. U kuhinji: Ovdje se posebno lišće može koristiti kao sredstvo za ljutinu u salatama ili u mljevenom obliku u salatama ili umacima za pečenje i na svježem povrću. **Zemlja porijekla:** Artemisia se može naći samonikla u Kini, ali u drugim umjerenim zonama Europe i Sjeverne Amerike. **Uspješan uzgoj:** Uzgoj se može odvijati kao pretkultura u zatvorenom prostoru ili, od travnja, izravno na otvorenom ili u kanti. Pelin klija na svjetlu, a vrlo izne i lagane sjemenke ne treba prekrivati supstratom. Održavajte tlo vlažnim, ali ne mokrim, po mogućnosti svakodnevno zamagljivanjem raspršivačem vode. Razdoblje klijanja je dva do četiri tjedna. Idealan razmak između pojedinih biljaka je najmanje 60 centimetara, kako bi složene biljke imale dovoljno prostora za razvoj svojih grana. Za početak se preporučuje gnojdba u obliku komposta ili strugotina. **Najbolja lokacija:** Pelin voli sunčano i malo suše mjesto kako bi pojačao svoju aromu i gorčinu. **Optimalna njega:** Mugwort je nezahtjevan. Treba ga zalijevati tek kada je gornji sloj tla jasnno suh. Berba: Bere se od kraja kolovoza, kada biljka dostigne visinu od oko 1,30 metara i kada je miris biljke intenzivan. Očistite odrezane grane i objesite ih naopako u tamnu prostoriju da se osuše. Osušeni listovi se mogu čuvati cijeli ili usitnjeni u platnenim ili papirnatim vrećicama na tamnom i suhom mjestu. **U zimi:** Zapravo, pelin je dvogodišnji. Međutim, sadržaj djelatne tvari opada od druge godine. Stoga je preporučljivo uzgajati nove biljke svake godine.



Kīniešu vībotne Qing Hao

Artemisia annua

Smaržīgs ķīniešu ārstniecības augs - apbalvots ar Nobela prēmiju

Vienīgā, zālaugu krūze var sasniegt pat divu metru augstumu un atstāt gaiši zaļas lapas, kas smaržo pēc kampara. Tās dzeltenie ziedi ar īsiem kātiem atstās stāvus, stipri sazarotos spārnos. Artemisia annua satur aktīvo vielu artemisinīnu, ko tradicionālajā ķīniešu medicīnā izmanto malārijas profilaksei un ārstēšanai, kā arī drudzā un infekciju ārstēšanai, jo tās sastāvdaļām ir pretvīrusu un baktericīda iedarbība. 2015. gadā ķīniešu farmakologam Youyou Tu pat tika piešķirta Nobela prēmija par pētījumiem par šo tēmu. Kopš 2020. gada Maksa Planka institūts kopā ar ASV kompāniju ArtemiLife pēta Artemisia annua augu ekstraktu iespējamo efektivitāti saistībā ar koronavīrusu COVID-19. Aktīvie spēki: Lapās esošās rūgtās vielas ir primārie aktīvie spēki. Tēja: pusi tējkarotes kaltētu vai samaltu lapu aplej ar 100 ml karsta ūdens un ļauj ievilkties piecas minūtes. Tēju izkās vai izkās caur sietu. Atdzisusi tēja vairs negaršo tik rūgti. Ir teikts, ka tas ir labs pret vēdera uzpūšanos un gremošanas traucējumiem. Virtuve: jo īpaši lapas var izmantot kā pikantu rūgtuma gatavošanas līdzekli salātos vai maltā veidā salātu vai cepeša mērcēs un uz svaigiem dārzeņiem. **Dabiska vieta:** Artemizija savvaļā sastopama Ķīnā, kā arī citās mērenās joslās Eiropā un Ziemeļamerikā. **Veiksmīga audzēšana:** Audzēšana var notikt kā priekšskatīta telpās vai no aprīļa tieši ārā vai spainī. Krūze dīgst gaismā, un ļoti mazās un gaišās sēklas nevajadzētu pārklāt ar substrātu. Saglabājiet augsni mitru, bet ne mitru, vēlams, katru dienu izsmidzinot ar ūdens strūklu. Dīgšanas periods ir divas līdz četras nedēļas. Ideālais attālums starp atsevišķiem augiem ir vismaz 60 centimetri, lai saliktajiem augiem būtu pietiekami daudz vietas zaru atstībai. Sākumā ieteicams mēslojums komposta vai ragu skaidu veidā. **Labākā atrašanās vieta:** Mugwort patīk saulaina un nedaudz sausāka vieta, lai pastiprinātu tās aromātus un rūgtumu. **Optimāla aprūpe:** Mugwort ir mazprasīga. To vajadzētu laistīt tikai tad, kad augšējais augsnes slānis ir skaidri nožuvis. Ražas novākšana: Raža no augusta beigām, kad augs sasniedz aptuveni 1,30 metru augstumu un augs smarža ir intensīva. Notīriet nogrieztos zarus un pakariniet tos otrādi tumšā telpā, lai nožūtu. Zāvētas lapas var uzglabāt veselās vai sasmalcinātas auduma vai papīra maisiņos tumšā un sausā vietā. **Ziemā:** Faktiski sēnīte ir divgadīga. Taču no otrā gada aktīvo vielu saturs samazinās. Tāpēc ir ieteicams katru gadu audzēt jaunus augus.



Kinijos smēlis Qing Hao

Artemisia annua

Kvapusis kinu vaistinis augals - apdovotas Nobelo premija

Vienmetē, žolīnē smēlina gali pasiekti iki divieju metru aukštj ir išvysta šviesiai žalius, kamparu kvėpiančius lapus. Jo trumpakočiai geltoni žiedai vystosi stačiomis, stipriai šakotomis stiebelėmis. Artemisia annua sudėtyje yra veikliosios medžiagos artemizinino, kuris tradicinėje kinų medicinoje naudojamas maliarijos profilaktikai ir gydymui, karščiavimui ir infekcijoms gydyti, nes jos komponentai turi karščiavimą mažinantį ir baktericidinį poveikį. 2015 metais kinų farmakologas Youyou Tu net buvo apdovotas Nobelio premija už šios temos tyrimus. Nuo 2020 metų Maxo Plancko institutas kartu su JAV įmone ArtemiLife tiria galimą Artemisia annua augalų ekstraktų veiksmingumą koronaviruso COVID-19 atžvilgiu. Aktyvios jėgos: Lapuose esančios karčios medžiagos yra pagrindinės aktyvios jėgos. Arbata: pusę arbatinio šaukštelio džiovintų arba maltų lapų užpilkite 100 ml karšto vandens ir palikite penkias minutes. Arbatą perkoškite arba perkoškite per sietelį. Atvėsusi arbata nebėra tokia kartaus skonio. Teigiama, kad tai naudinga esant vidurių pūtimui ir virškinimo sutrikimams. Virtuvėje: Lapai ypač gali būti naudojami kaip aštraus traukstinės gamtinio priemonės salotose arba sumalti salotų ar kepsnių padažuose ir ant šviežių daržovių. **Natūrali vieta:** Artemisia galima rasti laukinėje Kinijoje, taip pat kitose vidutinio klimato juostose Europoje ir Šiaurės Amerikoje. **Sėkmingas auginimas:** Auginimas gali būti atliekamas kaip išankstinė kultūra patalpoje arba nuo balandžio mėnesio tiesiai lauke arba kibire. Smulkmenos dygsta šviesoje, o labai mažų ir šviesių sėklų negalima uždegti substratu. Laikykite dirvą drėgną, bet ne šlapia, geriausia kasdien purškiant vandeniu. Dygimo laikotarpis yra nuo dviejų iki keturių savaičių. Idealus atstumas tarp atskirų augalų yra ne mažesnis kaip 60 centimetrų, kad sudėtiniai augalai turėtų pakankamai vietos šakoms vystytis. Iš pradžių rekomenduojama tręšti komposto arba ragu drožlių pavidalu. **Geriausia vieta:** Smulkiai mėgsta saulėtą ir šiek tiek sausesnę vietą, kad sustiprintų aromata ir kartumą. **Optimali priežiūra:** Smulkiai nereiklus. Jis turėtų būti laistomas tik tada, kai viršutinis dirvožemio sluoksnis yra aiškiai išdžiūvęs. Derlius: Derlius nuimamas nuo rugpjūčio pabaigos, kai augalas pasiekia apie 1,30 metro aukštį ir augalo kvapas yra intensyvus. Nupjautas šakas nuvalykite ir pakabinkite aukštyje kojomis tamsioje patalpoje, kad išdžiūtų. Išdžiūvusius lapus galima laikyti sveikus arba susmulkintus medžiaginiuose ar popieriniuose maišeliuose tamsioje ir sausoje vietoje. **Ziemą:** Tiesą sakant, dumbliai yra kas dveji metai. Tačiau nuo antrųjų metų veikliųjų medžiagų kiekis mažėja. Todėl patartina kasmet auginti naujus augalus.



Mugwort Ķīniņ Qing Hao

Artemisia annua

Pjanta medicīnali Ķīniņa fragrantī - Onorat bi Premju Nobel

Il-mugwort annwali u erbaċej jista' jilhaq għoli sa żewġ metri u jizviluppa weraq ħodor ċari li jdumu l-ganfor. Il-fjuri sofor bi zokk qasir tiegħu jizviluppa weraq f'panikuli wieqfa u ramifikati ħafna. Artemisia annua fiha l-ingredjent attiv artemisinin, li jintuża fil-medicina tradizzjonali Ķiniża biex jipprevjeni u jfejjaq il-malarja u għad-deni u l-infezzjonijiet, peress li l-komponenti tiegħu għandhom effetti antipiretici u battericidali. Fl-2015, il-farmakologu Ķiniż Youyou Tu saħansitra nġhata l-Premju Nobel għar-riċerka dwar dan is-sugġett. Mill-2020, l-Istitut Max Planck, flimkien mal-kumpanija Amerikana ArtemiLife, ilu jirriċerka l-effettività possibbli tal-estratti tal-pjanti Artemisia annua fir-rigward tal-koronavirus COVID-19. Forzi attivi: Is-sustanzi morri li jinsabu fil-weraq huma l-forzi attivi primarji. Te: Ferra 100 ml ta' ilma shun fuq nofs kuċċarina weraq imnixxef jew mithun u halliha wieqaf għal ħames minuti. Iffiltra jew ferra t-te minn għarbiel. Meta jittkessaf, it-tè ma jibqax toġhma daqshekk morr. Jingħad li huwa tajjeb għall-flattulenza u l-indigestjoni. Fil-ċina: Hawnehkk il-weraq b'mod partikolari jistgħu jintużaw bħala maker pikkanti morr fl-insalati jew f'forma mithun f'insalata jew zlazi mixwi u fuq ħaxix frisk. **Post naturali:** Artemisia tista tinstab selvaġġ fiċ-Ķina, iżda wkoll f'żoni moderati oħra fl-Ewropa u l-Amerika ta' Fuq. **Kultivazzjoni b'suċċess:** Il-kultivazzjoni tista sseħħ bħala prekkultura ġewwa jew, minn April, direttament barra jew f'barmil. Mugwort jiġġermina fid-dawl u ż-żrieragħ għar ħafna u ħfief m'għandhomx ikunu mġotttija b'sottostrat. Żomm il-ħamrija niedja iżda mhux imxarbra, preferibbilment billi tiċpar bi sprej tal-ilma kuljum. Il-perjodu tal-ġerminazzjoni huwa ta' ġimgħatejn sa erba' ġimgħat. Id-distanza ideali bejn il-pjanti individwali hija mill-inqas 60 centimetru, sabiex il-pjanti komposti jkollhom spazju biżżejjed biex jizviluppaq il-fergħat tagħhom. Fertilizzazzjoni fil-forma ta' kompost jew ċana tal-qrun hija rakkomandata għall-bidu. **L-aħjar post:** Mugwort jħobb post xemxi u kemmxejn aktar niexef biex itejjeb l-aromi u l-imrar tiegħu. **Kura ottimali:** Mugwort mhuxwax impenjattiv. Għandha tisqija biss meta s-saff ta' fuq tal-ħamrija jkun niexef b'mod ċar. Ħsad: Ħsad mill-aħħar ta' Awwissu, meta l-pjanta tkun laħqet madwar 1.30 metru għoli u r-riħa tal-pjanta tkun intensa. Naddaf il-fergħat maqtugħin u hanghom rasu l'isfel f'kamra mudlama biex jinxef. Meta jitnixxef, il-weraq jistgħu jinħażnu shaħ jew imqattgħin f'boroż tad-drapp jew tal-karti f'post mudlam u niexef. **Fix-xitwa:** Attwalment, mugwort huwa biennali. Madankollu, il-kontenut tal-ingredjent attiv jonqos mit-tieni sena. Għalhekk huwa rakkomandabbli li jikbru pjanti godda kull sena.



Medicinale Pflanzen - Chinese Bijvoet

Artemisia annua

Geurige Chinese medicinale plant - veredeld met een Nobelprijs

De eenjarige kruidachtige bijvoet kan tot twee meter hoog worden en ontwikkelt lichtgroene bladeren met een aromatische geur van kamfer. Zijn gele bloemen met korte steel ontwikkelen zich in rechtopstaande, sterk vertakte pluimen. Artemisia annua bevat de werkzame stof artemisinine, die in de traditionele Chinese geneeskunde wordt gebruikt om malaria te voorkomen en te genezen en voor koorts en infecties, aangezien de componenten een koortswerende en bacteriedodende werking hebben. In 2015 ontving de Chinese farmacoloog Youyou Tu zelfs de Nobelprijs voor onderzoek naar dit onderwerp. Sinds 2020 doen het Max Planck Institute en het Amerikaanse bedrijf ArtemiLife onderzoek naar de mogelijke effectiviteit van Artemisia annua plantextracten in relatie tot het coronavirus COVID-19. Werkende krachten: De bittere stoffen in de bladeren zijn de belangrijkste werkende krachten. Thee: Giet 100 ml heet water over een halve theelepel gedroogde of gemalen bladeren en laat dit vijf minuten trekken. Giet of zeef de thee door een zeef. Eenmaal afgekoeld, smaakt de thee niet zo bitter. Er wordt gezegd dat het een goede dienst is voor winderigheid en indigestie. In de keuken: hier kunnen met name de bladeren gebruikt worden als pittig bittermiddel in salades of in gemalen vorm in salade of jus en op verse groenten. **Natuurlijke locatie:** Artemisia komt in het wild voor in China, maar ook in andere gematigde streken in Europa en Noord-Amerika. **Succesvolle teelt:** De teelt kan als voorkweek in de stal plaatsvinden of vanaf april ook direct op het veld of in een kuip. Bijvoet is een lichtkiemer en de zeer kleine en lichte zaden mogen niet met substraat worden bedekt. Houd de grond vochtig, maar niet nat, door deze elke dag opnieuw te bevochtigen met een watersproeier. De kiempriode is twee tot vier weken. De ideale afstand tussen de individuele planten is minimaal 60 centimeter, zodat de margrietfamilie voldoende ruimte heeft om hun takken te ontwikkelen. Om te beginnen wordt bemesting in de vorm van compost of hoornkrullen aanbevolen. **De beste locatie:** Bijvoet houdt van een zonnige en iets drogere standplaats om zijn aroma's en bittere stoffen te promoten. **Optimale verzorging:** Bijvoet is niet veeleisend. Het mag alleen worden bewaterd als de bovenste laag aarde duidelijk droog is. Oogst: Oogst vanaf eind augustus wanneer de plant ongeveer 1,30 meter hoog is en de geur van de plant intens is. Maak de afgeknipte takken schoon en hang ze ondersteboven in een donkere kamer om te drogen. De bladeren kunnen in hun geheel worden gedroogd of versnipperd in stoffen of papieren zakken en worden bewaard op een donkere, droge plaats. **In de winter:** De bijvoet is eigenlijk twee jaar oud. Het gehalte aan actieve ingrediënten neemt echter af vanaf het tweede jaar. Het is daarom aan te raden om elk jaar nieuwe planten te kweken.



Kinesisk bynke Qing Hao

Artemisia annua

Duftende kinesisk medisinsplante - hedret med en Nobelpris

Den ettårige, urteaktige bynoen kan nå en høyde på opptil to meter og utvikler lysegrønne blader som lukter kamfer. De kortstilkede gule blomstene utvikler seg i oppreiste, tungt forgrenede vipper. Artemisia annua inneholder den aktive ingrediensen artemisinin, som brukes i tradisjonell kinesisk medisin for å forebygge og kurere malaria og mot feber og infeksjoner, da komponentene har febernedssettende og bakteriedrepende effekter. I 2015 ble den kinesiske farmakologen Youyou Tu til og med tildelt Nobelprisen for forskning på dette temaet. Siden 2020 har Max Planck Institute, sammen med det amerikanske selskapet ArtemiLife, forsket på mulig effektivitet av Artemisia annua planteekstrakter i forhold til coronaviruset COVID-19. Aktive krefter: Bitterstoffene i bladene er de primære aktive kreftene. Te: Hell 100 ml varmt vann over en halv teskje tørkede eller malte blader og la trekke i fem minutter. Sil eller sil teen gjennom en sil. Når teen er avkjølt, smaker den ikke lenger like bittert. Det sies å være bra for flatulens og fordøyelsesbesvær. På kjøkkenet: Her kan spesielt bladene brukes som en kryddret bittermaker i salater eller i malt form i salat- eller steksauser og på ferske grønnsaker. **Naturlig beliggenhet:** Artemisia kan finnes vilt i Kina, men også i andre tempererte soner i Europa og Nord-Amerika. **Vellykket dyrking:** Dyrking kan foregå som forkultur innendørs eller fra april direkte utendørs eller i bøtte. Bynte spirer i lyset og de helt små og lette frøene skal ikke dekkes med substrat. Hold jorden fuktig, men ikke våt, helst ved å dugge med en vannspray daglig. Spiretiden er to til fire uker. Den ideelle avstanden mellom de enkelte plantene er minst 60 centimeter, slik at komposittplantene har nok plass til å utvikle grenene sine. Gjødning i form av kompost eller hornspan anbefales til oppstart. **Den beste beliggenheten:** Byntro liker en solrik og litt tørrere plassering for å forbedre aromaene og bitterheten. **Optimal omsorg:** Bynke er lite krevende. Det bør bare vannes når det øverste jordlaget er tydelig tørt. Høst: Høst fra slutten av august, når planten har nådd ca 1,30 meters høyde og lukten av planten er intens. Rens de avkuttete grenene og heng dem opp ned i et mørkt rom for å tørke. Når de er tørket, kan bladene oppbevares hele eller hakkes opp i tøy- eller papirposer på et mørkt og tørt sted. **Om vinteren:** Egentlig er mugwort toårig. Imidlertid synker innholdet av virkestoff fra det andre året. Det er derfor lurt å dyrke nye planter hvert år.



Bylica Chińska

Artemisia annua

Pachnąca chińska roślina lecznicza - nobilitowana Nagrodą Nobla

Jednoroczna bylica zielna osiąga wysokość nawet do dwóch metrów i wytwarza aromatyczne, pachnące kamforą, jasnozielone liście. Jego krótkie tydgi żółte kwiaty rozwijają się w wyprostowanych, silnie rozgałęzionych wiechach. Artemisia annua zawiera aktywny składnik artemizyninę, który jest stosowany w tradycyjnej medycynie chińskiej do zapobiegania i leczenia malarii oraz leczenia gorączki i infekcji, ponieważ jej składniki mają działanie obniżające gorączkę i bakteriobójcze. W 2015 roku Nagroda Nobla została wręczona nawet chińskiemu farmakologowi Youyou Tu za prace badawcze na ten temat. Od 2020 roku Instytut Maxa Plancka wraz z amerykańską firmą ArtemiLife prowadzi badania nad możliwą skutecznością ekstraktów z rośliny Artemisia annua w stosunku do koronawirusa COVID-19. Substancje czynne: Gorzkie substancje zawarte w liściach są głównymi aktywnymi siłami. Herbata: pół łyżeczki suszonych lub mielonych liści zalej 100 ml gorącej wody i zaparżaj przez 5 minut. Przelóż herbatę przez sito lub przecedź. Schłodzona herbata nie ma tak gorzkiego smaku. Mówi się, że jest dobrym lekarstwem na wzdęcia i problemy trawienne. W kuchni: Liście mogą być używane jako ostry środek gorzki w sałatkach lub w postaci zmielonej w sosach sałatkowych lub pieczonych i świeżych warzywach. **Naturalne położenie:** Artemizja występuje dziko w Chinach, ale także w innych strefach umiarkowanych w Europie i Ameryce Północnej. **Udana uprawa:** Uprawę można prowadzić jako prekultury w pomieszczeniu lub od kwietnia bezpośrednio na polu lub w doniczkach. Bylica lekka jest lekkim kielkownikiem, dlatego bardzo małe i lekkie nasiona nie powinny być przykrywane podłożem. Utrzymuj glebę wilgotną, ale nie moką, codziennie nawilżając ją rozpylaczem wodnym. Okres kielkowania wynosi od dwóch do czterech tygodni. Idealna odległość między poszczególnymi roślinami to co najmniej 60 centymetrów, aby kompozycje miały wystarczająco dużo miejsca, aby uformować swoje gałęzie. Na początek zalecane jest nawożenie kompostem lub wórami rogowymi. **Najlepsza lokalizacja:** Bylica lubi słoneczne i nieco bardziej suche miejsce, aby promować jej aromaty i gorzkie substancje. **Optymalna pielęgnacja:** Mugwort jest mało wymagający. Podlewać tylko wtedy, gdy wierzchnia warstwa gleby jest wyraźnie sucha. Zbiory: Zbiory od końca sierpnia, kiedy roślina osiągnęła wysokość ok. 1,30 m, a zapach rośliny jest intensywny. Oczyszć ścięte gałęzie i zawsze je do góry nogami w ciemnym pomieszczeniu do wyschnięcia. Po wyschnięciu liście można przechowywać w całości lub pokroić w szmatkę lub papierowe torby w ciemnym i suchym miejscu. **W zimę:** W rzeczywistości bylica jest dwuletnia. Jednak zawartość substancji czynnej spada od drugiego roku. Dlatego zaleca się coroczną uprawę nowych roślin.



Chinesischer Beifuß Qing Hao

Artemisia annua

Duftende chinesische Heilpflanze - Mit einem Nobelpreis geadelt

Der einjährige, krautige Beifuß kann eine Höhe von bis zu zwei Metern erreichen und entwickelt aromatisch nach Kampher duftende hellgrüne Blätter. Ihre kurzgestielten gelben Blüten entwickeln sich in aufrechten, stark verzweigten Rispen. Artemisia annua enthält den Wirkstoff Artemisinin, der in der traditionellen chinesischen Medizin zur Vorbeugung und zum Ausheilen von Malaria und bei Fieber und Infektionen verwendet wird, da ihre Bestandteile fiebersenkend und bakterizid wirken. Im Jahr 2015 wurde sogar der Nobelpreis an die chinesische Pharmakologin Youyou Tu für Forschungsarbeiten zu diesem Thema verliehen. Seit 2020 erforscht das Max Planck Institut gemeinsam mit dem US-Unternehmen ArtemiLife eine mögliche Wirksamkeit von Artemisia annua Pflanzenextrakten im Bezug auf den Coronavirus COVID-19. Forças ativas: As substâncias amargas contidas nas folhas são as forças ativas primárias. Chá: Despeje 100 ml de água quente sobre meia colher de chá de folhas secas ou moídas e deixe em infusão por cinco minutos. Coe ou coe o chá por uma peneira. Quando resfriado, o chá não tem mais o gosto amargo. Diz-se que é bom para flatulência e indigestão. Na cozinha: Aqui as folhas, em particular, podem ser usadas como um amargor picante em saladas ou moídas em saladas ou molhos assados e em vegetais frescos. **Localização natural:** A artemísia pode ser encontrada selvagem na China, mas também em outras zonas temperadas da Europa e América do Norte. **Cultivo bem sucedido:** O cultivo pode ser feito como pré-cultivo dentro de casa ou, a partir de abril, diretamente ao ar livre ou em balde. A artemísia germina na luz e as sementes muito pequenas e leves não devem ser cobertas com substrato. Mantenha o solo úmido, mas não encharcado, de preferência borrifando diariamente com um spray de água. O período de germinação é de duas a quatro semanas. A distância ideal entre as plantas individuais é de pelo menos 60 centímetros, para que as plantas compostas tenham espaço suficiente para desenvolver seus ramos. Adubação na forma de composto ou aparas de chifre é recomendado para o início. **A melhor localização:** A artemísia gosta de um local ensolarado e um pouco mais seco para realçar seus aromas e amargor. **Cuidado ideal:** A artemísia é pouco exigente. Só deve ser regada quando a camada superior do solo estiver claramente seca. Colheita: Colheita a partir do final de agosto, quando a planta atinge cerca de 1,30 metros de altura e o cheiro da planta é intenso. Limpe os galhos cortados e pendure-os de cabeça para baixo em um quarto escuro para secar. Depois de secas, as folhas podem ser armazenadas inteiras ou picadas em pano ou sacos de papel em local escuro e seco. **No inverno:** Na verdade, artemísia é bienal. No entanto, o conteúdo do ingrediente ativo diminui a partir do segundo ano. Portanto, é aconselhável cultivar novas plantas todos os anos.



Plante medicinale - Artă

Artemisia annua

Planta medicinală chinezească parfumată - înnobilitată cu un premiu Nobel

Ciuperca erbacee anuală poate atinge o înălțime de până la doi metri și dezvoltă frunze de culoare verde deschis, cu un miros aromat de camfor. Florile sale galbene cu tijă scurtă se dezvoltă în panicule verticale, puternic ramificate. Artemisia annua conține ingredientul activ artemisinin, care este utilizat în medicina tradițională chineză pentru prevenirea și vindecarea malariei și pentru febră și infecții, deoarece componentele sale au un efect antipiretic și bactericid. În 2015, farmacologul chinez Youyou Tu a primit chiar Premiul Nobel pentru cercetări pe această temă. Din 2020, Institutul Max Planck și compania americană ArtemiLife au cercetat eficacitatea posibilă a extractelor de plante Artemisia annua în raport cu coronavirusul COVID-19. Forțe de acțiune: Substanțele amare conținute în frunze sunt principalele forțe care acționează. Ceai: Se toarnă 100 ml apă fierbinte peste jumătate de linguriță de frunze uscate sau măcinate și se lasă să se absoarbă timp de cinci minute. Se toarnă sau se strecoară ceaiul printr-o sită. Ceaiul nu are un gust la fel de amar când este răcit. Se spune că este de un bun serviciu pentru flatulență și indigestie. În bucătărie: aici, în special, frunzele pot fi folosite ca agent picant amar în salate sau sub formă de sol în salată sau sos și pe legume proaspete. **Locație naturală:** Artemisia poate fi găsită sălbatică în China, dar și în alte zone temperate din Europa și America de Nord. **Cultivare de succes:** Cultivarea poate avea loc ca precultură în casă sau din aprilie și direct pe câmp sau într-o cadă. Mugwort este un germinator ușor și semințele foarte mici și ușoare nu trebuie acoperite cu substrat. Păstrați solul umed, dar nu umed, umezindu-l zilnic, de preferință cu un pulverizator de apă. Perioada de germinare este de două până la patru săptămâni. Distanța ideală între plantele individuale este de cel puțin 60 de centimetri, astfel încât familia margaretelor să aibă suficient spațiu pentru a-și dezvoltă ramurile. Pentru început, se recomandă fertilizarea sub formă de compost sau bărbierit de corn. **Cea mai bună locație:** Mugwort îi place o locație însorită și ușor mai uscată pentru a-și promova aromele și substanțele amare. **Îngrijire optimă:** Mugwort nu este exigent. Ar trebui udat numai atunci când stratul superior al solului este clar uscat. Recoltare: Recolta de la sfârșitul lunii august, când planta a atins aproximativ 1,30 metri înălțime și mirosul plantei este intens. Curățați ramurile tăiate și agățați-le cu capul în jos într-o cameră întunecată pentru a le usca. Frunzele pot fi uscate întregi sau mărunțite în pungă de țesătură sau hârtie și depozitate într-un loc întunecat și uscat. **În iarnă:** Ciuperca are de fapt doi ani. Cu toate acestea, conținutul de ingredient activ scade din al doilea an. Prin urmare, este recomandabil să crească plante noi în fiecare an.



Läkemedelsväxter - Kinesisk Muggwort

Artemisia annua

Doftande kinesisk medicinalväxt - adlad med ett Nobelpris

Den årliga örtartade mugworten kan nå en höjd på upp till två meter och utvecklar ljusgröna blad med en aromatisk doft av kamfer. Dess kortstamade gula blommor utvecklas i upprättstående, starkt grenade panicles. Artemisia annua innehåller den aktiva ingrediensen artemisinin, som används i traditionell kinesisk medicin för att förebygga och bota malaria och mot feber och infektioner, eftersom dess komponenter har en febernedsättande och bakteriedödande effekt. År 2015 tilldelades den kinesiska farmakologen Youyou Tu till och med Nobelpriset för forskning om ämnet. Sedan 2020 har Max Planck Institute undersökt den potentiella effektiviteten av Artemisia annua växtextrakt i förhållande till coronavirus COVID-19 tillsammans med det amerikanska företaget ArtemiLife. Verkande krafter: De bittra ämnena i bladen är de viktigaste krafterna som verkar. Te: Håll 100 ml varmt vatten över en halv tesked torkade eller malda löv och låt det branta i fem minuter. Håll eller sila teet genom en sil. När det väl har svalnat smakar det inte lika bittert. Det sägs vara till god service för upplåsthet och matsmältningsbesvär. I köket: Här kan bladen särskilt användas som ett kryddigt bittermedel i sallader eller i markform i sallad eller sås och på färska grönsaker. **Naturligt läge:** Artemisia finns vild i Kina, men också i andra tempererade zoner i Europa och Nordamerika. **Framgångsrik odling:** Odlingen kan äga rum som en förkultur i huset eller från april också direkt i åkern eller i ett badkar. Mugwort är en lätt groning och de mycket små och lätta frön bör inte täckas med substrat. Håll jorden fuktig, men inte våt, genom att återfukta den med en vattenspruta varje dag. Groningstiden är två till fyra veckor. Det ideala avståndet mellan de enskilda växterna är minst 60 centimeter, så att daisy-familjen har tillräckligt med utrymme för att utveckla sina grenar. Till att börja med rekommenderas befruktning i form av kompost eller hornspån. **Den bästa platsen:** Mugwort gillar en solig och lite torrare plats för att främja dess aromer och bittra ämnen. **Optimal vård:** Mugwort är lite krävande. Det bör bara vattnas när det övre jordlagret är klart torrt. Skörd: Skörd från slutet av augusti när växten har nått cirka 1,30 meter i höjd och växtens lukt är intensiv. Rengör de avskurna grenarna och häng dem upp och ner i ett mörkt rum för att torka. Bladen kan torkas hela eller strimlas i tyg eller papperspåsar och förvaras på en mörk, torr plats. **På vintern:** Mugwort är faktiskt två år gammal. Men innehållet av aktiva ingredienser minskar från det andra året. Det är därför lämpligt att odla nya växter varje år.



Palina čínska Qing Hao

Artemisia annua

Voňavá čínska liečivá rastlina - ocenená Nobelovou cenou

Jednoročná, bylinná palina môže dosiahnuť výšku až dva metre a vyvíja svetlozelené listy, ktoré voňajú po gáfore. Jeho krátkostopkaté žlté kvety sa vyvíjajú vo vzpriamených, silne rozvetvených metlinách. Artemisia annua obsahuje účinnú látku artemisinin, ktorá sa v tradičnej čínskej medicíne používa na prevenciu a liečbu malárie a pri horúčke a infekciách, keďže jej zložky majú antipyretické a baktericídne účinky. V roku 2015 bol čínsky farmakológ Youyou Tu dokonca ocenený Nobelovou cenou za výskum na túto tému. Inštitút Maxa Plancka spolu s americkou spoločnosťou ArtemiLife od roku 2020 skúma možnú účinnosť rastlinných extraktov Artemisia annua vo vzťahu ku koronavírusu COVID-19. Aktívne sily: Horčiny obsiahnuté v listoch sú primárne aktívne sily. Čaj: Pol lyžičky sušených alebo mletých listov zalejte 100 ml horúcej vody a nechajte päť minút lúhovať. Čaj precedíme alebo precedíme cez sitko. Po vychladnutí už čaj nechutí tak horko. Hovorí sa, že je dobrý pri plynatosti a poruchách trávenia. V kuchyni: Predovšetkým listy sa tu dajú použiť ako pikantná horká do šalátov alebo v mletej forme do šalátových alebo pečených omáčok a na čerstvú zeleninu. **Prirodzená poloha:** Artemisia možno nájsť voľne v Číne, ale aj v iných miernych pásmach v Európe a Severnej Amerike. **Úspešná kultivácia:** Kultivácia môže prebiehať ako predkultúra v interiéri alebo od apríla priamo vonku alebo vo vedre. Mugwort klíči na svetle a veľmi malé a ľahké semená by nemali byť pokryté substrátom. Udržujte pôdu vlhkú, ale nie mokrú, najlepšie denným zahmlievaním rozprašovačom vody. Doba klíčenia je dva až štyri týždne. Ideálna vzdialenosť medzi jednotlivými rastlinami je aspoň 60 centimetrov, aby mali zložité rastliny dostatok priestoru na rozvinutie svojich konárov. Pre začiatok sa odporúča hnojenie formou kompostu alebo rohovinových hoblín. **Najlepšie umiestnenie:** Palina má rada slnečné a mierne suchšie miesto, aby zvýraznila svoju vôňu a horkosť. **Optimálna starostlivosť:** Mugwort je nenáročný. Zalievajte by sa malo až vtedy, keď je vrchná vrstva pôdy zreteľne suchá. Zber: Zber od konca augusta, keď rastlina dorastá do výšky asi 1,30 metra a vôňa rastliny je intenzívna. Odrezané konáre očistite a zaveste hore nohami v tmavej miestnosti, aby vysušili. Usušené listy možno skladovať celé alebo nasekané v látkových alebo papierových vreciach na tmavom a suchom mieste. **V zime:** V skutočnosti je palina dvojrôčná. Od druhého roku však obsah účinnej látky klesá. Preto je vhodné pestovať nové rastliny každý rok.



Kitajski pelin Qing Hao

Artemisia annua

Dišeča kitajska zdravilna rastlina - nagrajena z Nobelovo nagrado

Enoletni zelnati pelin lahko doseže višino do dva metra in razvije svetlo zelene liste, ki dišijo po kafri. Njeni kratkocepljati rumeni cvetovi se razvijajo v pokončnih, močno razvejanih metlicah. Artemisia annua vsebuje učinkovino artemisinin, ki se v tradicionalni kitajski medicini uporablja za preprečevanje in zdravljenje malarije ter proti vročini in okužbam, saj njene sestavine delujejo antipiretično in baktericidno. Leta 2015 je kitajski farmakolog Youyou Tu za raziskave na to temo prejel celo Nobelovo nagrado. Inštitut Max Planck skupaj z ameriškim podjetjem ArtemiLife od leta 2020 raziskuje možno učinkovitost izvlečkov rastline Artemisia annua v povezavi s koronavirusom COVID-19. Delovne sile: grenke snovi, ki jih vsebujejo listi, so primarne učinkovine. Čaj: pol čajne žličke posušenih ali zmletih listov prelijemo s 100 ml vrele vode in pustimo stati pet minut. Čaj precedite ali pretlačite skozi cedilo. Ko se ohladi, čaj nima več tako grenkega okusa. Pravijo, da je dober za napenjanje in prebavne motnje. V kuhinji: Tukaj se lahko zlasti listi uporabljajo kot pikantni pripravek grenčine v solatah ali zmleti v solatnih ali pečenih omakah ter na sveži zelenjavi. **Naravni habitat:** Artemisia je divja na Kitajskem, pa tudi v drugih zmernih pasovih v Evropi in Severni Ameriki. **Navodila za gojenje:** Gojenje lahko poteka kot predkultura v zaprtih prostorih ali od aprila neposredno na prostem ali v vedru. Pelin kali na svetlobi, zelo drobnih in lahkih semen pa ne smemo prekriti s substratom. Tla vzdržujte vlažna, vendar ne mokra, po možnosti z vsakodnevnim megljenjem z vodnim pršilom. Čas kalitve je dva do štiri tedne. Idealna razdalja med posameznimi rastlinami je vsaj 60 centimetrov, da imajo sestavljene rastline dovolj prostora za razvoj svojih vej. Za začetek je priporočljivo gnojenje v obliki komposta ali ostružkov rogov. **Najboljša lokacija:** Pelin ima rad sončno in nekoliko bolj suho lego, da okrepi svojo aromo in grenkobo. **Optimalna nega:** Mugwort je nezahteven. Zalivati je treba le, ko je zgornja plast zemlje očitno suha. Obiranje: Obiranje od konca avgusta, ko rastlina doseže približno 1,30 metra višine in je vonj rastline intenziven. Očistite odrezane veje in jih z glavno navzdol obesite v temnem prostoru, da se posušijo. Posušene liste lahko cele ali narezane hranimo v platnenih ali papirnatih vrečkah v temnem in suhem prostoru. **V zimskem času:** Pravzaprav je pelin dvoletni. Vsebnost učinkovin pa se od drugega leta naprej zmanjšuje. Zato je priporočljivo vsako leto vzgojiti nove rastline.



Ajenjo dulce Qing Hao

Artemisia annua

Fragante planta medicinal china - ennoblecida con un Premio Nobel

La artemisa anual, herbácea, puede alcanzar una altura de hasta dos metros y desarrolla hojas aromáticas de color verde claro con olor a alcanfor. Sus flores amarillas de tallo corto se desarrollan en panículas verticales y fuertemente ramificadas. La Artemisia annua contiene el ingrediente activo artemisinin, que se utiliza en la medicina tradicional china para prevenir y curar el paludismo y para tratar la fiebre y las infecciones, ya que sus componentes tienen un efecto antifebril y bactericida. En 2015, el Premio Nobel fue incluso otorgado al farmacólogo chino Youyou Tu por su trabajo de investigación en este tema. Desde 2020, el Instituto Max Planck, junto con la empresa estadounidense ArtemiLife, investiga la posible eficacia de los extractos de la planta Artemisia annua en relación con el coronavirus COVID-19. Fuerzas activas: Las sustancias amargas contenidas en las hojas son las principales fuerzas activas. Té: vierta 100 ml de agua caliente sobre media cucharadita de hojas secas o molidas y deje en infusión durante cinco minutos. Pasa el té a través de un colador o una coladera. Cuando se enfría, el té no sabe tan amargo. Se dice que es un buen remedio para las flatulencias y los problemas digestivos. En la cocina: Las hojas pueden ser usadas como un agente amargante picante en ensaladas o en forma molida en salsas para ensaladas o asados y vegetales frescos. **Ubicación natural:** La artemisa puede encontrarse en estado silvestre en China, pero también en otras zonas templadas de Europa y América del Norte. **Cultivo exitoso:** El cultivo puede hacerse como pre-cultivo en el interior o, a partir de abril, directamente en el campo o en tinas. La artemisa es un germinador ligero y las semillas muy pequeñas y ligeras no deben cubrirse con sustrato. Mantenga la tierra húmeda, pero no mojada, humedeciéndola diariamente con un rociador de agua. El período de germinación es de dos a cuatro semanas. La distancia ideal entre las plantas individuales es de al menos 60 centímetros, para que los compuestos tengan suficiente espacio para formar sus ramas. Para empezar, se recomienda la fertilización en forma de abono o virutas de cuerno. **La mejor ubicación:** A la artemisa le gusta un lugar soleado y algo más seco para promover sus aromas y sustancias amargas. **Cuidado óptimo:** La artemisa no es exigente. Sólo debe regarse cuando la capa superior del suelo esté claramente seca. Cosecha: Se cosecha a finales de agosto cuando la planta ha alcanzado una altura de unos 1,30 metros y el olor de la planta es intenso. Limpia las ramas cortadas y cuélgalas boca abajo en una habitación oscura para que se sequen. Una vez secas, las hojas pueden almacenarse enteras o troceadas en bolsas de tela o papel en un lugar oscuro y seco. **En el invierno:** En realidad, la artemisa es bienal. Sin embargo, el contenido de ingredientes activos disminuye a partir del segundo año. Por lo tanto, se recomienda cultivar nuevas plantas cada año.



Čínský pelyněk Qing Hao

Artemisia annua

Voňavá čínská léčivá rostlina - oceněna Nobelovou cenou

Jednoletá, bylinná pelyněk může dosáhnout výšky až dvou metrů a vyvine světle zelené listy, které voní po kafuru. Jeho krátce stopkaté žluté květy se vyvíjejí ve vzpřímených, silně rozvětvených latách. Artemisia annua obsahuje účinnou látku artemisinin, která se v tradiční čínské medicíně používá k prevenci a léčbě malárie a při horečkách a infekcích, protože její složky mají antipyretické a baktericidní účinky. V roce 2015 byla čínskému farmakologovi Youyou Tuovi dokonce udělena Nobelova cena za výzkum na toto téma. Od roku 2020 Institut Maxe Plancka spolu s americkou společností ArtemiLife zkoumá možnou účinnost rostlinných extraktů Artemisia annua ve vztahu ke koronaviru COVID-19. Aktivní síly: Hořčiny obsažené v listech jsou primárními aktivními silami. Čaj: Půl čajové lžičky sušených nebo mletých listů zalijte 100 ml horké vody a nechte pět minut louhovat. Čaj předcedíme nebo předcedíme přes sítko. Po vychladnutí už čaj nechutná tak hořce. Prý je dobrý na plynatost a špatné trávení. V kuchyni: Zde lze zejména listy použít jako kořeněnou hořkou do salátů nebo v mleté formě do salátových nebo pečených omáček a na čerstvou zeleninu. **Přírozená poloha:** Artemisia se volně vyskytuje v Číně, ale i v jiných mírných pásmech Evropy a Severní Ameriky. **Úspěšné pěstování:** Kultivace může probíhat jako předkultura v interiéru nebo od dubna přímo venku nebo v kbelíku. Pelyněk klíčí na světle a velmi malá a světlá semena by neměla být zasypána substrátem. Udržujte půdu vlhkou, ale ne mokrou, nejlépe denním mlžením vodou. Doba klíčení je dva až čtyři týdny. Ideální vzdálenost mezi jednotlivými rostlinami je alespoň 60 centimetrů, aby složené rostliny měly dostatek prostoru pro rozvinutí větví. Pro začátek se doporučuje hnojení formou kompostu nebo rohovin. **Nejlepší umístění:** Mugwort má rád slunné a mírně sušší stanoviště, aby zvýraznil své aroma a hořkost. **Optimální péče:** Mugwort je nenáročný. Zalévat by se mělo pouze tehdy, když je vrchní vrstva půdy zřetelně suchá. Sklizeň: Sklizeň od konce srpna, kdy rostlina dosahuje výšky asi 1,30 metru a vůně rostliny je intenzivní. Očistěte odříznuté větve a pověste je vzhůru nohama v tmavé místnosti, aby uschly. Usušené listy lze skladovat celé nebo nasekané v látkových nebo papírových sáčkích na tmavém a suchém místě. **V zimě:** Ve skutečnosti je pelyněk dvouletý. Od druhého roku však obsah účinné látky klesá. Je proto vhodné pěstovat nové rostliny každý rok.



Çin pelin Qing Hao

Artemisia annua

Kokulu Çin šifalı bitkisi - Nobel Ödülü ile onurlandırıldı

Yıllık, otsu pelin iki metre yüksekliğe ulaşabilir ve kafur kokan açık yeşil yapraklar geliştirir. Kısa saplı sarı çiçekleri dik, yoğun dallı salkımlarda gelişir. Artemisia annua, bileşenleri antipiretik ve bakterisidal etkilere sahip olduğundan, geleneksel Çin tıbbında sıtmayı önlemek ve tedavi etmek, ateş ve enfeksiyonlar için kullanılan artemisinin aktif bileşenini içerir. 2015 yılında Çinli farmakolog Youyou Tu, bu konudaki araştırması için Nobel Ödülü'ne bile layık görüldü. Max Planck Enstitüsü, 2020'den beri ABD şirketi ArtemiLife ile birlikte Artemisia annua bitki özlerinin koronavirüs COVID-19 ile ilgili olası etkinliğini araştırıyor. Aktif kuvvetler: Yapraklarda bulunan acı maddeler birincil aktif kuvvetlerdir. Çay: Yarım çay kaşığı kuru veya öğütülmüş yaprağına üzerine 100 ml sıcak su dökün ve beş dakika demlenmeye bırakın. Çayı bir elekten geçirin veya süzün. Soğutulduğunda, çayın tadı artık eskisi kadar acı değildir. Gaz ve hazımsızlığa iyi geldiği söylenmektedir. Mutfakta: Burada yapraklar özellikle salatalarda baharatlı acı verici olarak veya öğütülmüş halde salata veya rosto soslarında ve taze sebzelerde kullanılabilir. **Doğal konum:** Artemisia, Çin'de ve aynı zamanda Avrupa ve Kuzey Amerika'daki diğer ılıman bölgelerde yabani olarak bulunabilir. **Başarılı yetiştirme:** Yetiştirme, iç mekanda bir ön kültür olarak veya Nisan'dan itibaren doğrudan dış mekanda veya bir kovada gerçekleştirilebilir. Pelin ışıkta çimlenir ve çok küçük ve hafif tohumların üzeri örtü ile kapatılmamalıdır. Toprağı nemli tutun, ancak ıslak değil, tercihen her gün su spreji ile buğulayarak. Çimlenme süresi iki ila dört haftadır. Tek tek bitkiler arasındaki ideal mesafe en az 60 santimetredir, böylece kompozit bitkiler dallarını geliştirmek için yeterli alana sahip olur. Başlangıç için kompost veya boynuz talaşı şeklinde gübreleme önerilir. **En iyi konum:** Pelin, aromasını ve acılığını arttırmak için güneşli ve biraz daha kuru yerleri sever. **Optimum bakım:** Pelin iddiasızdır. Sadece toprağın üst tabakası tamamen kurduğunda sulanmalıdır. Hasat: Bitkinin yaklaşık 1.30 metre yüksekliğe ulaştığı ve bitkinin kokusunun yoğun olduğu Ağustos ayı sonundan itibaren hasat edilir. Kesilen dalları temizleyin ve kuruması için karanlık bir odaya baş aşağı asın. Kurutulduğunda, yapraklar bütün olarak veya doğranmış olarak, karanlık ve kuru bir yerde bez veya kağıt torbalarda saklanabilir. **Kişin:** Aslında, pelin iki yılda birdir. Ancak etken madde içeriği ikinci yıldan itibaren azalır. Bu nedenle her yıl yeni bitkiler yetiştirmek tavsiye edilir.



Kínai bögre, Qing Hao

Artemisia annua

Illatos kínai gyógynövény – Nobel-díjjal kitüntették

Az egynyári, lágyszárú bögre akár két méteres magasságot is elérhet, és világoszöld, kámforszagú leveleket fejleszt. Rövid nyelű sárga virágai felálló, erősen elágazó szárban fejlődnek. Az Artemisia annua artemisinin hatóanyagot tartalmaz, amelyet a hagyományos kínai gyógyászatban malária megelőzésére és gyógyítására, valamint láz és fertőzések kezelésére használnak, mivel összetevői lázcsillapító és baktériumölő hatásúak. 2015-ben Youyou Tu kínai farmakológus még Nobel-díjat is kapott az e témával kapcsolatos kutatásokért. 2020 óta a Max Planck Intézet az amerikai ArtemiLife céggel közösen kutatja az Artemisia annua növényi kivonatok lehetséges hatékonyságát a COVID-19 koronavírusal kapcsolatban. **Természetes elhelyezkedés:** Az Artemisia vadon megtalálható Kínában, de Európa és Észak-Amerika más mérsékelt égövi övezeteiben is. **Sikeres termesztés:** A termesztés történhet előkultúráként zárt térben, vagy áprilistól közvetlenül a szabadban vagy vödörben. A bögréfű fényben csírázik, és a nagyon kicsi és világos magvakat nem szabad szubsztrátummal takarni. Tartsa a talajt nedvesen, de ne nedvesen, lehetőleg naponta permetezve vízpermettel. A csírázási időszak két-négy hét. Az ideális távolság az egyes növények között legalább 60 centiméter, hogy az összetett növényeknek elegendő helyük legyen az ágak fejlődéséhez. Kezdetben komposzt vagy szarvforgács formájában trágyázás javasolt. **A legjobb hely:** A bögréfű szereti a napos és kissé szárazabb helyet, hogy fokozza aromáit és keserűségét. **Optimális gondozás:** Mugwort igénytelen. Csak akkor szabad öntözni, ha a talaj felső rétege egyértelműen száraz. Betakarítás: A betakarítás augusztus végétől kezdődik, amikor a növény elérte az 1,30 méteres magasságot és a növény illata intenzív. Tisztítsa meg a levágott ágakat, és fejjel lefelé függessze fel őket egy sötét helyiségbe, hogy megszáradjanak. Szárítás után a levelek egészen, vagy szövet- vagy papírcsacskóba vágva, sötét és száraz helyen tárolhatók. **Télen:** Valójában a bögréfű kétévű. A hatóanyag-tartalom azonban a második évtől csökken. Ezért célszerű minden évben új növényeket termesztetni.

: : : : :



クソニンジン清ハオ

Artemisia annua

香りのよい中国の薬用植物-ノーベル賞を受賞

毎年恒例の草本ヨモギは、最大2メートルの高さに達することができ、芳香性の樟腦の香りの薄緑色の葉を発達させます。その短い茎の黄色い花は、直立した、強く枝分かれした円錐花序で発達します。Artemisia annuaには、マラリアの予防と治療、および発熱と感染症の治療に伝統的な漢方薬で使用される有効成分アルテミシニンが含まれています。2015年には、このトピックに関する研究活動に対して、中国の薬理学者YouyouTuにノーベル賞が授与されました。2020年以来、マックスプランク研究所は米国企業ArtemiLifeと共同で、コロナウイルスCOVID-19に関連してArtemisiaannua植物抽出物の有効性の可能性を研究してきました。活性剤：葉に含まれる苦味物質が主要な活性力です。お茶：小さじ半分の乾燥またはすりつぶした葉に100 mlのお湯を注ぎ、5分間浸しておきます。お茶をふるいまたは株に通します。冷やすと、お茶の味はそれほど苦くありません。それは鼓腸と消化器系の問題の良い治療法であると言われています。キッチンで：葉は、サラダのスパイシーな苦味剤として、またはサラダやローストソースや新鮮な野菜の挽いた形で使用できます。

自然な場所: ヨモギは中国だけでなく、ヨーロッパや北アメリカの他の温帯でも野生で見られます。

栽培成功:

栽培は、屋内での前培養として、または4月以降、畑または浴槽で直接行うことができます。ヨモギは軽い発芽剤であり、非常に小さくて軽い種子は基質で覆われるべきではありません。毎日水噴霧器で湿らせて、土壌を湿らせますが、湿らせないでください。発芽期間は2~4週間です。個々の植物間の理想的な距離は少なくとも60センチメートルであるため、複合材料には枝を形成するのに十分なスペースがあります。まず、堆肥や角の削りくずの形で施肥することをお勧めします。

最高のロケーション: ヨモギは、その香りと苦い物質を促進するために、日当たりの良いやや乾燥した場所が好きです。

最適なケア:

ヨモギは要求が厳しくありません。土壌の最上層が明らかに乾燥している場合にのみ、水をやる必要があります。収穫：植物が約1.30メートルの高さに達し、植物の臭いが強い8月末から収穫します。切り取った枝をきれいにし、暗い部屋に逆さまに吊るして乾かします。乾燥したら、葉は丸ごと保管するか、暗くて乾燥した場所で布や紙袋に切り刻むことができます。

冬: 実際、ヨモギは隔年です。ただし、有効成分含有量は2年目以降減少します。したがって、毎年新しい植物を育てることをお勧めします。

SKU: 15241 / Chinesischer Beifuß Qing Hao