

# TINCTURĂ DE IENUPĂR

(*Juniperus communis*)

Avrămuț Câmpeanu Aurei



Farmacia Naturistă

Puține specii în lume sunt atât de bine adaptate la intemperii ca ienupărul, un arbust oarecum asemănător cu bradul, cu ace mici și extrem de ascuțite, cu tulpinile foarte elastice, astfel încât să poată înfrunta cele mai puternice vânturi și cele mai puternice zăpezi. Ienupărul rezistă deopotrivă la caniculele cele mai puternice și la gerurile cele mai crâncene, la secetele prelungite și la inundațiile produse de ploile torențiale. Îl întâlnim în zona de deal și până aproape de crestele munților. Surprinzător pentru un copăcel atât de spinos și "ursuz" (este o adevărată armată de țepi, fiind aproape imposibil de atins), fructele sale violet-negricioase sunt dulci și au un parfum agreabil. Le putem culege în miez de iarnă, când au ajuns la deplina maturitate. Ele nu-și pierd proprietățile curative, nici pe cel mai cumplit ger, având un veritabil antigel natural, constituit de uleiul volatil pe care îl conțin. Parfumatele fructe ale ienupărului sunt unele dintre cele mai puternice medicamente naturale cunoscute, fiind utile în peste 10 boli. Dacă s-ar face un clasament al celor mai eficiente 50 de plante din flora medicinală românească cu siguranță că ienupărul ar intra în acest clasament pentru efectele sale puternice și uluitoare de rapide, în infecțiile renale și urinare, în bolile cu retenție de lichide și în reumatism.

**Cistita, nefrita, pielonefrita, uretritele, prostatita:** se ia o linguriță de tinctură în jumătate de pahar de ceai renal, pe stomacul gol, de trei ori pe zi.

În infecțiile urinare și renale, tratamentul cu ienupăr are efecte imediate în 24-48 de ore dispar aproape complet simptomele supărătoare. Este important însă ca tratamentul să nu fie oprit, deoarece boala poate reapărea.

Deasemenea, efectul antiinfecțios al ienupărului nu ține loc de sistem imunitar, care este factorul esențial pentru ca cistitele, nefritele, uretritele să nu recidiveze.

**Pietre la rinichi și la vezică** (mai ales urați), **artrite, gută, reumatism:** se folosește tinctura de ienupăr în același mod descris mai sus.

**Hidropizie** (reținere de apă în țesuturi, seroasele organismului, pleură, pericard, peritoneu, articulațiile inclusiv cea generală de folosirea anticoncepționalelor). Pentru a obține un efect rapid se va lua, trei zile la rând, câte o linguriță de tinctură de ienupăr, într-un pahar cu ceai, de două-trei ori pe zi. Apa va fi astfel eliminată prompt din țesuturi, care-și vor pierde aspectul "pufos".

**Boli de piele** (alergie, acnee, psoriazis). Se face un tratament de 21 de zile cu tinctură de ienupăr: o linguriță de tinctură diluată într-un pahar de apă, se ia de patru ori pe zi pe stomacul gol. Pentru a amplifica efectul de toxifiant al ienupărului, este bine să fie făcută și o cură cu ceai depurativ.

Acest tratament se poate obține indiferent de cantitate, prin poștă ramburs de către orice persoană.