

SALCÂMUL

[Salcâmul \(*Robina pseudacacia*\)](#) este un copac spinos care înflorește la sfârșitul primăverii și la începutul verii. Florile albe, așezate în ciorchini, se întrebuintează în [fitoterapie](#).

Fitoterapie

PROPRIETĂȚI, RECOMANDĂRI

Infuzia de salcâm, fiind plăcută la gust și lipsită în totalitate de compuși toxici, este foarte potrivită pentru a fi folosită atât ca [ceai](#) alimentar cât și ca ceai [oficial](#).

Preparatele pe bază de flori de salcâm sunt alcalinizante, antispastice (acțiune asupra musculaturii netede gastrice și pulmonare) și calmante, fiind folosite din acest motiv, în piroză, ulcer gastric, gastrită hiperacidă, crampe, gastralgii (dureri de stomac).

Florile de salcâm calmează tusea (sunt antitusive) și prezintă [efecte](#) ușor sedative, liniștind stările de nervozitate și iritabilitate. Ca adjuvant, ceaiul de salcâm se folosește în insomnie, în depresia cronică ușoară (distimie) și în atacurile de panică.

În combinație cu alte plante, din florile de salcâm se realizează ceaiuri care combat bronșita, migrena și simptomele reumatismului.

Salcâmul se mai recomandă în edemul produs sau asociat cu acidoza metabolică.

[Băile generale](#) cu flori de salcâm prezintă efecte calmante asupra sistemului nervos fiind foarte indicate și în cazurile de încordare psihică sau de [stres](#).

PREPARARE ADMINISTRARE

[Infuzia](#) se realizează dintr-o lingură de flori la o cană cu apă. Se beau 2-3 ceaiuri zilnic. În bolile de stomac, infuzia se administrează călduță sau la temperatura camerei. Ca pansament gastric, florile de salcâm se pot amesteca în proporție egală cu frunze de dud.

Pentru băi, se folosesc doi pumni de flori la cadă.

CONTRAINDICAȚII, REACȚII ADVERSE

Deoarece conține multă robină (substanță toxică), utilizarea empirică a scoarței trebuie evitată ([Ovidiu Bojor 2003](#)).

Florile nu prezintă contraindicații.

Silvoterapie

De salcâm, ca factor de cură, se poate profita în mediul său natural prin [silvoterapie](#). Plimbările în jurul salcânilor înfloriți au efecte calmante asupra sistemului nervos, datorită uleiului eteric din parfumul florilor.

Apiterapie

[Apiterapia](#) se folosește de mierea de salcâm, întrucât în compoziția acesteia se regăsesc, pe lângă substanțele prelucrate de către albine, și principiile active din nectarul florilor. De asemenea, se mai utilizează polenul.

Mierea de salcâm conține [glucidele](#) ([glucoză](#) - 36%, fructoză - 40,5%) și [mineralele](#) specifice mierii ([vezi DZR minerale](#)), precum și substanțe active din floare, ca: robinină, acacină și ulei volatil. Datorită acestei compoziții, produsul prezintă acțiune antiseptică și antitusivă. Asupra aparatului digestiv, mierea de salcâm prezintă acțiune antispastică.

Acest [sortiment de miere](#), este recomandat în caz de: hiperaciditate gastrică, cancer gastric, ulcer, sarcină, nevroză, astenie, stres, tuse, convalescență. În bolile de stomac, se administrează, cu apă caldă sau cu lapte (1 lingură de miere la 100 ml de apă sau lapte), cu o oră înaintea meselor.

O formulă oficială eficientă, se realizează pe bază de miere de salcâm la care se adaugă hrean crud ras ([vezi hreanul ca plantă medicinală](#)).

Polenul de salcâm prezintă efecte calmante asupra sistemului nervos.