

Crithmum maritimum

Κρίθμον το θαλάσσιον

κοινώς: κρίταμο

«κρίθμον» κατά Ιπποκράτη

Παραθαλάσσιο πλώδες , σαρκώδες πολυετές φυτό, το οποίο χαρακτηρίζει τη βλάστηση σε παραθαλάσσια βράχια. Από την αρχαιότητα τρωγόταν αλμειτό ή σε ξύδι.

ΧΡΗΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΙΠΠΟΚΡΑΤΗ

Ο Ιπποκράτης το χρησιμοποίησε:

- ως διουρητικό (*Περί Διαίτης II*).
- για υδρωπικία της μήτρας (*Περί Γυναικείας Φύσεως*).
- ως εμμηναγωγό (*Περί Γυναικείων*).

ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΧΡΗΣΕΙΣ

- τα φύλλα βοηθούν στην απώλεια βάρους
- διευκολύνει την πέψη, διουρητικό
- βοηθά στην αποτοξίνωση του οργανισμού
- πλούσιο σε βιταμίνη C και άλατα και γ'αυτό απαλύνει από τυμπανισμό και δρα ως πεπτικό φάρμακο
- εμφανίζει αντιμικροβιακές ιδιότητες

Κοσμητολογία

- προληπτική δράση για την εμφάνιση και μείωση της έντασης του χρώματος των πανάδων
- βελτίωση του χρωματικού τόνου της επιδερμίδας
- αναζωογόνηση των κυττάρων, ανανέωση της επιδερμίδας, αντιγηραντική δράση

