

## ***Mentha pulegium***

κοινώς: φλισκούνη, γλεχούνη

«γλήχων» κατά Ιπποκράτη

Πολυετές ποώδες αρωματικό φυτό που φύεται σε υγρούς τόπους.

### **ΧΡΗΣΕΙΣ ΚΑΤΑ ΙΠΠΟΚΡΑΤΗ**

Ο Ιπποκράτης το χρησιμοποίησε:

- ως ευκοίλιο (*Περί Διαίτης II*).
- σε κατάπλασμα κατά των φλεγμονών (*Περί των Εντός Παθών 38*).

### **ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΧΡΗΣΕΙΣ**

- αυξάνει την έκκριση πεπτικών υγρών
- καταπραΰνει τον τυμπανισμό και τους κολικούς
- ανακουφίζει πονοκεφάλους
- κατά των νευραλγιών, της ισχιαλγίας, των νευρικών διαταραχών, των ιλίγγων
- κατά των αναπνευστικών λοιμώξεων - κατά της καταρροής, του βήχα, της γρίπης και της ασφυξίας.
- κατά των εγκαυμάτων
- καρδιοτονωτικό
- εμμηναγωγό, αντισπασμωδικό
- καταπραΰνει φαγούρα και δερματικές εξάρσεις κνησμού
- κατά των παθήσεων της κύστης

### **Κοσμητολογία**

- αρωματικό, αναζωογονητικό και τονωτικό





