

## ***MENTA***



**Περιγραφή:** Είναι πολυετές φυτό και αρωματικό.



**Καλλιεργείται** σε πλούσια και ελαφριά εδάφη όχι πολύ στεγνά. Ευδοκίμει σε πεδινές κυρίως περιοχές αλλά και σε χωράφια πλούσια και ποτιστικά.

**Πολλαπλασιασμός:** Με ριζώματα. Η καλύτερη εποχή φύτευσης είναι ο Νοέμβριος και η φύτευση γίνεται σε αυλάκια.

**Άνθηση:** Ανθίζει τους μήνες Ιούνιο μέχρι Ιούλιο.

**Δράση:** Έχει αντισηπτική, τονωτική, αντισπασμωδική δράση ειδικά στο πεπτικό σύστημα.

**Χρήση:** Χρησιμοποιείται γενικά σαν έγχυμα για το στομάχι και το έντερο. Επίσης χρησιμοποιείται σαν κατάπλασμα για πληγές. Η ξηρή δρόγη χρησιμοποιείται ως τσάι ενώ θεωρείται αντιναυτιακή, αντικολική και αντικεφαλαλγική.

**ΠΗΓΕΣ:**

1. «Αρωματικά, Φαρμακευτικά και Μελισσοτροφικά Φυτά της Ελλάδας», Βύρων Σκουμπής, Εκδόσεις ΑΓΡΟΤΥΠΟΣ α.ε, 1998
2. «Σύγχρονη πλήρης θεραπευτική με τα βότανα», Ζαχαρόπουλος Ιγνάτιος, Εκδόσεις Ψύχαλος, 2003

**Πατραμάνη Μαρία**