

Hiinlasi oodates?

Kas te olete vahel mänginud pildistamismängu? Näed midagi ilusat või jaburat, teed mõttes klõps, kirjutad õhku allkirja ja paned mälusahtlisse. Mina tegin sellise klõpsu kuu aega tagasi. Pildi allkiri on “Tibi 25kraadises pakases”. Seda mälusahtlis välja võttes pean käpikud kätte panema.

Pilt ise selline. Üleinimkõrgused lumevallid, käre külm. Minu ees kõnnib tibi. Teksad, jope, nende vahel seitse sentimeetrit paljast ihu. “Vaene vanemateta laps,” mõtlen. “Ei ole sul ema, kes õpetaks ega isa, kes peksa annaks.”

Õnneks on mul mälusahtlis võtta ka mitme aasta tagune videolõik. Selle pealkiri on “Munale pole kana alati see kõige parem õpetaja”.

Südatalv. Kaks algklassi poissi astuvad bussist maha. Üks võdiseb, et pagana külm! Teine võtab jope seljast ja viibutab seda kui lassot pea kohal: “Oh, nii palav, nii palav!” Esimene jääb seisma ja jõllitab kaaslast: “Mis sa oled lolakas või? Sul puudub külmatundlikkus vä?”

Igivana, kuid muidugi küsitava ennustuse kohaselt valutab kollane rass maailma. Kui mõelda hiinlaste terve olemise ja kaua elamise tarkusele, siis võib see ennustus peagi tõeks saada. Kui me just ei õpi külmal ajal soojalt riietuma.



KAJA PRÜGI



Melaleuca bracteata ehk must melaleuka.

Imeline tee – melaleuka

Teepuu ehk *Melaleuca alternifolia* õilil on uskumatult palju raviomadusi.

Esimest korda teepuuõli lõhna tundes võib nii mõnigi nina kirtsutada, sest hurmava lillearoomi asemel levib pudelist tugevat võrtsikat arstirohu lõhna. Kuid selle eeterliku õli kogenenumad kasutajad ütlevad nagu ühest suust: teepuu on uskumatult mõjus looduslik ravim. Tema koht on igapäev koduses apteegis, matka- ja käekotis. Tõeline esmaabiõli!

Päritolult Austraalia puu

Selle imeõli allikas on Austraalias kasvav 5–7 m kõrgune väike puu tee-melaleuka. Melaleuka perekonda kuulub 250 liiki puid-pöösaid. Neile, nagu ka teistele mürdiliste sugukonna liikmetele, näiteks eukalüptidele, on iseloomulikud laigulised tüved, sest kihiline puukoor eraldub pikkade ribadega. Lehed on kitsad (kuni 3,5 cm pikkused), valkjad õied moodustavad 3–5 cm pikkusi tähkõisikuid, vili on kupar. Melaleukametsi on Austraalias rohkem kui 4 miljonil hektaril.

Teepuu eeterlikku õli saadakse lehtedest ja okstest veeauruga destilleerides. See on aromaadne kahvatukollane viskoosne vedelik värskendava, kamprit meenutava lõhnaga. Miks siis ikkagi on taime nimeks teepuu, jooime ju teed peaaegu kõik ja ei teagi, et selline vägev arstirohi? Jah, nimi on üks, aga taimed erinevad. Igapäevast teed, mida joogina tarvitame, saadakse hiina teepöosa ehk teekameelia lehtedest (*Camellia sinensis*).

Meie tee-melaleuka sai oma nime kapten Cookilt ja tema meeskonnalt, kes 1770. aastal Botany Bay lahes randusid ja seal teepuu lehtedest virgutavat jooki valmistasid. Austraalia aborigeenid tun-

nevad teepuu väärtuslikke omadusi juba aastasadu. Euroopas õpiti teepuud tundma II maailmasõja ajal, kui Austraaliast pärit sõdurid ravisid teepuuõliga haavu.

Tohutult raviomadusi

Võimalusi, mille puhul teepuu eeterlikku õli saab kasutada, on uskumatult palju. Õli on väga antiseptiline, hävitab mõjusalt baktereid, viirusi ja seennakkusi, leevendab valu ja ravib põletikke. On teada teepuuõli immuunsüsteemi tugevdav toime. Välispidiselt võib teepuuõli panna nahakriimustustele, põletushaavadele, vinnidele, paisetele, kasutada seda lihasvalu, nohu, naha seenhaiguste, putukahammustuste jm raviks.

Teepuuõli võib nahale panna puhtal kujul. Vältida tuleks lahjendamata teepuuõli sattumist silma, suhu ja limaskestadele. Teepuu aitab ka inimesi, kes kannatavad sügava kurbuse ja ängistuse all. Koos kummeli- ja lavendliõliga rahustab ta üliaktiivset meelt ja aitab saavutada sisetunde tasakaalu. Teepuu koos eukalüpti- ja rosmariiniõliga on efektiivne gripi puhul, segu võib lisada vannivette, teha jallavanne või kasutada inhalatsiooniks.

Meditatsioonil on kasutusel ka teised melaleuka liigid, nagu kajuputi-melaleuka, must melaleuka, punane melaleuka jt.

Teepuuõli leidub nii inimeste kui loomade tarbeks valmistatud hügieeni- ja kosmeetikavahendites, samuti kodudes kasutatavates puhastus- ja desinfitseerimisvahendites.

Selleks et teepuuga lähemat tutvust teha, pole vaja sõita Austraaliasse – huviline võib sammud seada Tallinna Botaanikaeda, kus neid samuti kasvab.

TAIMI PUUSEPP

Tallinna Botaanikaia vanemmetoodik