



(M.Vihmani fotod)



PUUD JA LILLED

Eesti levinumad metsapuud on MÄND (Pinus sylvestris), ARUKASK (Betula pendula), KUUSK (Picea abies) ja SANGLEPP (must lepp) (Alnus glutinosa) – Pähklimeel on nad kõik esindatud. Täiskasvanud männi ja kuuse kõrgused on valdavalt 30-40 m, kase ja lepa kõrgused on valdavalt 20-30 m. Kõigil puudel on oluline roll rahvameditsiinis. Männiokka lõhn ja ka vann ravib närve ja kopsuhaigusi. C-vitamiinirikkad kuusekasvud ja nendest valmistatud siirup tugevdab organismi kevadel aga ka külmetuse korral, kuusevaik ja sellest valmistatud salv sobib nahahaavade ja mädanike raviks ning igemet ja hambapõletike raviks. Kevadine kasemahl on armastatud ja kosutav jook, kase pungadest ja lehedest tehakse kõikvõimalikke leotisi, kasepuuidust valmistatud tõrva kasutatakse nahahaiguste raviks. Põõsastest domineerivad nii Eestis kui ka Pähklimeel hall lepp (Alnus incana L.) ja pajud (Salix). Pajude perekond on Eesti looduses kõige liigirikkam: 20 liiki pajusid, mille hulgas domineerivad niiskuslembelised põõsad. 5 liiki pajusid kasvavad ka ~20 m kõrgusteks puudeks, tuntumad on raagremmelgas (Salix caprea), hõberemmelgas (Salix alba) ja haljastuses sageli kasutatav rabe remmelgas või kerapaju (Salix fragilis). Hõbe-, raag- ja rabe remmelga koort on kasutatud ravivahendina keedisesena reuma, palaviku, bronhiidi, kõha, sisemiste verejooksude ja neeru- või mao limaskestade põletike korral. Paju koore ja takjajuurte leotis sobib pea pesemiseks juuste väljalangemise ja kõõma vastu. Kevadel on pajujuurvad mesilastele heaks meeallikaks. Pähklimeel on arvukalt esindatud ka sarapuud (rahvasuus pähklipuud) (Corylus avellana). 2012.a. kevadtalguete käigus istutati Pähklimeele ka pihlakaid, kastaneid, vahtraid, elupuid ja mõningaid teisi mitmetavalisi metsapuid. Puude ja põõsaste ümber võib näha ka nende najal ülespoole ronivaid taimi ehk liaane: humal (Humulus lupulus) ja kaasitapp (Convolvulus arvensis). Humalat kasutatakse õlle valmistamisel kuid humala käbisid kasutatakse ka rahvameditsiinis: humal sobib närvilisuse, rahutuse, stressi, pingete maandamiseks aga ka kõha, pingepeavalu, unetuse ja isupuuduse raviks.

ДЕРЕВЬЯ И ЦВЕТЫ

На Ореховой горке произрастают: сосна (Pinus sylvestris), бородавчатая берёза (Betula pendula), ель (Picea abies), ольха или черная ольха (Alnus glutinosa). Это самые распространенные деревья Эстонии. Высота взрослой сосны и ели 30-40 м, высота берёзы и ольхи 20-30 м. Все деревья играют важную роль в народной медицине. Запах хвои и ванна из основных игл лечит нервную систему и заболевание лёгких. Еловые побеги обогащенные витамином С и приготовленный из них сироп укрепляют организм весной при простудных заболеваниях. Еловая смола и мазь из нее применяется в лечении ран и гнойничков, так же при лечении десен и зубной инфекции. Весенний берёзовый сок - любимый освежающий напиток. Из берёзовых почек и листьев делают всевозможные настойки. Деготь из берёзовой коры используют для лечения заболеваний кожи. В Эстонии и на Ореховой горке, в частности, из кустарников доминируют серая ольха (Alnus incana L.) и ива (Salix). Насчитывается большое количество разновидностей ивы - 20 видов, в их числе доминируют влаголюбивые виды кустарников.

PUUD JA LILLED

Eesti levinumad metsapuud on MÄND (Pinus sylvestris), ARUKASK (Betula pendula), KUUSK (Picea abies) ja SANGLEPP (must lepp) (Alnus glutinosa) – Pähklimeel on nad kõik esindatud. Täiskasvanud männi ja kuuse kõrgused on valdavalt 30-40 m, kase ja lepa kõrgused on valdavalt 20-30 m. Kõigil puudel on oluline roll rahvameditsiinis. Männiokka lõhn ja ka vann ravib närve ja kopsuhaigusi. C-vitamiinirikkad kuusekasvud ja nendest valmistatud siirup tugevdab organismi kevadel aga ka külmetuse korral, kuusevaik ja sellest valmistatud salv sobib nahahaavade ja mädanike raviks ning igemet ja hambapõletike raviks. Kevadine kasemahl on armastatud ja kosutav jook, kase pungadest ja lehedest tehakse kõikvõimalikke leotisi, kasepuuidust valmistatud tõrva kasutatakse nahahaiguste raviks. Põõsastest domineerivad nii Eestis kui ka Pähklimeel hall lepp (Alnus incana L.) ja pajud (Salix). Pajude perekond on Eesti looduses kõige liigirikkam: 20 liiki pajusid, mille hulgas domineerivad niiskuslembelised põõsad. 5 liiki pajusid kasvavad ka ~20 m kõrgusteks puudeks, tuntumad on raagremmelgas (Salix caprea), hõberemmelgas (Salix alba) ja haljastuses sageli kasutatav rabe remmelgas või kerapaju (Salix fragilis). Hõbe-, raag- ja rabe remmelga koort on kasutatud ravivahendina keedisesena reuma, palaviku, bronhiidi, kõha, sisemiste verejooksude ja neeru- või mao limaskestade põletike korral. Paju koore ja takjajuurte leotis sobib pea pesemiseks juuste väljalangemise ja kõõma vastu. Kevadel on pajujuurvad mesilastele heaks meeallikaks. Pähklimeel on arvukalt esindatud ka sarapuud (rahvasuus pähklipuud) (Corylus avellana). 2012.a. kevadtalguete käigus istutati Pähklimeele ka pihlakaid, kastaneid, vahtraid, elupuid ja mõningaid teisi mitmetavalisi metsapuid. Puude ja põõsaste ümber võib näha ka nende najal ülespoole ronivaid taimi ehk liaane: humal (Humulus lupulus) ja kaasitapp (Convolvulus arvensis). Humalat kasutatakse õlle valmistamisel kuid humala käbisid kasutatakse ka rahvameditsiinis: humal sobib närvilisuse, rahutuse, stressi, pingete maandamiseks aga ka kõha, pingepeavalu, unetuse ja isupuuduse raviks.

ДЕРЕВЬЯ И ЦВЕТЫ

На Ореховой горке произрастают: сосна (Pinus sylvestris), бородавчатая берёза (Betula pendula), ель (Picea abies), ольха или черная ольха (Alnus glutinosa). Это самые распространенные деревья Эстонии. Высота взрослой сосны и ели 30-40 м, высота берёзы и ольхи 20-30 м. Все деревья играют важную роль в народной медицине. Запах хвои и ванна из основных игл лечит нервную систему и заболевание лёгких. Еловые побеги обогащенные витамином С и приготовленный из них сироп укрепляют организм весной при простудных заболеваниях. Еловая смола и мазь из нее применяется в лечении ран и гнойничков, так же при лечении десен и зубной инфекции. Весенний берёзовый сок - любимый освежающий напиток. Из берёзовых почек и листьев делают всевозможные настойки. Деготь из берёзовой коры используют для лечения заболеваний кожи. В Эстонии и на Ореховой горке, в частности, из кустарников доминируют серая ольха (Alnus incana L.) и ива (Salix). Насчитывается большое количество разновидностей ивы - 20 видов, в их числе доминируют влаголюбивые виды кустарников.



Kassitapp
полевой вьюнок



Paiseleht
мать-и-мачеха



Sinilill
перелеска или печеночница



Mürgine maikelluke
ландыш



Meelespea
голубые незабудки



(M.Vihmani fotod) Põdrakanep
кипрей (иван-чай)



5 видов ив вырастают высотой до 20 м, это козья ива (Salix caprea), серебристая ива (Salix alba). В озеленении часто используется хрупкая ива или ломкая ива (Salix fragilis). Варенье из коры серебристой, козьей и хрупкой ивы использовались, как терапевтическое средство при ревматизме, температуре, бронхите, кашле, внутренних кровотечениях, при почечных заболеваниях и желудочных воспалениях. Настой коры ивы и корня лопуха, применяют для мытья головы, против перхоти и выпадения волос. Весной срезки ивы - хороший источник меда для пчел. На Ореховой горке во множестве представлена лещина (в народе ореховое дерево) (Corylus avellana).

Весной 2012 году на Ореховой горке были высажены саженцы рябины, каштанов, клёнов, туи и некоторых других лесных деревьев. Вокруг деревьев и кустарников можно увидеть устремляющиеся ввысь вьющийся хмель (Humulus lupulus) и полевой вьюнок (Convolvulus arvensis). Хмель используют для приготовления пива. Шишки хмеля используют в народной медицине: хмель подходит для лечения нервных расстройств, беспокойства, стресса, головную боль, бессонницу и отсутствие аппетита. На Ореховой горке можно найти множество самых распространенных цветов Эстонии: ранней весной -мать-мачеху (Trussilago farfara), перелеску (Hepatica nobilis), пролеску (Scilla),

белые и желтые ветреницы (Anemone ranunculoides); поздней весной- желтые одуванчики (Taraxacum officinale), белые ландыши (Convallaria majalis L.), голубые незабудки (Myosotis L.); летом- белую ромашку (Anthemis L.), белый трёхрберник (Tripleurospermum inodorum), голубой-фиолетовый колокольчик (Campanula) и кипрей (иван-чай) (Epilobium angustifolium); осенью - мелкоцветковый розовый кипрей (Epilobium parviflorum) и желтый вербейник (Lysimachia vulgaris L.). Весенние цветы все ядовиты, поэтому после их сбора нужно тщательно мыть руки. Особая осторожность нужна с ландышами, слышком большой, с сильным запахом букет, может вызвать головную боль, а ягоды ландыша смертельно ядовиты.