**ΚΑΛΕΝΤΟΥΛΕΣ**

Η **καλέντουλα** είναι ένα από τα πιο γνωστά βότανα, τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν με πολλούς και διαφορετικούς τρόπους. Είναι ένα ετήσιο φυτό που καλλιεργείται συχνά σε κήπους αλλά και σε αγρούς. Τα άνθη της είναι κίτρινα ή ζωηρά πορτοκαλί, απλά ή διπλά και τα φύλλα της αντίθετα. Μάλιστα, αν κάποιος τρίψει τα ξεραμένα φύλλα της θα δοθεί μια ιδιαίτερα ευχάριστη αρωματική μυρωδιά.

Η **καλέντουλα** των αγρών φτάνει μέχρι τους 50 πόντους σε ύψος και το χρώμα της είναι ζωηρό πορτοκαλί. Φυτρώνει μέσα σε αμπέλια ή λιβάδια και έχει τις ίδιες ιδιότητες με αυτήν που καλλιεργείται. Η εποχή της άνθισης και της συλλογής της είναι από τον Μάιο μέχρι και τον Οκτώβριο. Μέρη του φυτού όπως τα κεφάλια, συλλέγονται όταν ανοίξουν τελείως και ξηραίνονται σε σκιά και σε θερμοκρασία μικρότερη από 35 βαθμούς κελσίου.

Πλέον η **καλέντουλα** θεωρείται από τα πιο σημαντικά βότανα για την αντιμετώπιση των δερματικών προβλημάτων όπως είναι η φλεγμονή ή μόλυνση. Οι σαπωνίτες είναι αυτοί που δρουν αποτελεσματικά κατά της φλεγμονής.

Τα άνθη της έχουν αποδειχθεί ευεργετικά στην γρήγορη επούλωση των πληγών, λόγω της αντισηπτικής της δράσης.

Δημοφιλής, είναι και οι ευεργετικές ιδιότητες της για το δέρμα, διότι περιέχει καροτενοειδή και φλαβονοειδή.Για αυτό το λόγο περιλαμβάνεται σε αρκετές κρέμες προσώπου ή σώματος.

Το τσάι από τα άνθη και τα φύλλα της, είναι τονωτικό κατά των κιρσών και ταυτόχρονα συντελεί στη σωστή λειτουργία των αιμοφόρων αγγείων.

Η αλοιφή της καλέντουλας είναι ιδιαίτερα θεραπευτική για την ακμή, ενώ κατευνάζει φλογώσεις του δέρματος και βοηθά το ξηρό δέρμα.Τα άνθη του φυτού, βοηθούν τα πονεμένα ή και κουρασμένα πόδια.

Η καλλυντική χρήση της καλεντούλας συνίσταται για την ακμή και τα σπυράκια, τους μώλωπες, τα εγκαύματα, τα κοψίματα και τα τραύματα, τις αιμορροΐδες, τον πονόλαιμο, την ψωρίαση, την μολίανση, την αμυγδαλίτιδα, τον πονόδοντο και πολλά άλλα

