

## Mire használhatjuk a diófalevelet?

**Külsőleg borogatásként** a diólevél-főzetet, [hasonlóan a hagymához](#), ekcéma, fagyás, égés, napégés, zúzódások, inszalag megnyúlás, kötőszöveti gyengeség kezelésére, ízületi fájdalmak enyhítésére, ütésből eredő véraláfutások eloszlatására, pattanásokra, kelésekre, továbbá korpás fejbőrre használják. Segít a kiütések, az élelmiszerallergiából eredő bőrkiütések, csalánkiütés megszüntetésében. Jól alkalmazható **fagyási sérüléseknél** de a fizikailag **fáradt lábra** is kiváló, mind e mellett az **ekcémát és egyéb bőrbetegségeket is jól gyógyítja.**

### Gyógyító receptek

Ha külsőleg használjuk, angol gyógynövény-szakértők a következő főzetet ajánlják: **fél liter forró vízben mintegy hat órán át áztassunk 30 g száraz levelet**, utána szűrjük le. Másik, hazai recept szerint lemosáshoz elég egy **teáskanálnyi diólevélből főzetet** készíteni, **teljes fürdőhöz pedig 100 g száraz levelet használjunk**. Makacs fekélyekre úgy használjuk a főzetet, hogy erősebbre főzzük, és cukrot is teszünk bele. Úgy is **növelhetjük hatását, hogy a főzet minden 5 literéhez 2 kg tengeri sót adunk**. Vigyázzunk viszont, hogy a főzet ne kerüljön nyílt sebbe! **Nem segít, ha a fájdalom idegi eredetű.** És természetesen ha allergiás tünet jelentkezne, a kezelést hagyjuk abba!

Egy recept a **diólevél-krémre**, folyékony változatban. **10 dkg friss diólevelet 2 dl növényi olajban áztatunk, húsz napig**. Szinte bármilyen növényi olaj jó erre a célra, de legkevésbé az olívaolaj, leginkább a **repcelaj**. Utána az **olajat leszűrjük**, és fekélyek gyógyítására használjuk. Külsőleges használatkor diólevél-krémet is használhatunk, **körömvirággal kombinálva**. Ezt úgy készíthetjük, hogy 20 dkg bármilyen, legfeljebb 60 fokig melegített zsiradékba (shea vaj vagy akár lehet étkezési sertészsír is) 6 db szép diólevelet és 6 db körömvirág-fejet teszünk, és három napig állni hagyjuk. Ezután gőz fölött fölmelegítjük, és leszűrjük. Zárt dobozban, hűtőben hat hónapig tárolható. **Kiváló bőrpoló!**

**Fürdőhöz** 100-200 g apróra vágott diólevelet áztatunk 0,25 l forró vízbe, és leszűrés után a fürdővízhez öntjük. Hatékonyan frissít, méregtelenít, erősít, akárcsak [egy gyógynövényes fürdőzés](#).



**Bőrgombásodás** (piros, váladékos, viszkető bőr) esetén **egy liter forró vízhez 70 g szárított, tört diólevelet adjunk**, majd lehűlés után szűrjük le. A gombás bőrt áztassuk ebbe a főzetbe. A kezelést rendszeresen ismételjük, amíg a tünetek el nem múlnak. Pikkelysömörré, sömörré is bátran használhatjuk ezt az oldatot.

**Erős lábizzadás** esetén egy kg szárított diólevelet félóráig főzzünk 1 l vízben, majd szűrjük le. Ha fürdőként használjuk, az egész főzetet öntsük a fürdővízbe, ha csak lábáztatásra, akkor pedig 3 dl-t. A levél főzetét a törökök **ülőfürdős kúra** során is használták, **húgyúti gyulladások esetén**, de **köhögős gyereket** is fürdetik benne, abból a tapasztalatból kiindulva, hogy a diólevél-fürdő erősíti a szervezetet. Erre a célra 1,5 kg diólevelet főzzünk 10 l vízben és öntsük a fürdővízhez.

[A tyúkhúr mellett](#) a diófalevél is ajánlott reumások számára. A reumás testrészt masszírozásához nem főzetben, hanem olajban oldjuk a diólevél hatóanyagát. Egy liter étolajban egy hónapig áztatunk 10 kanál tört szárított diólevelet, majd szűrjük le. Ezt az olajat használjuk masszírozásra.

**Tetvek, férges és mikroszkopikus élősködők ellen** a sűrűre főzött diólevél-tea bedörzsölése segít. Ha fejbőrbe dörzsöljük, az erős hajhullás is kezelhető vele.

Hazai néprajzosok anyaggyűjtéséből tudjuk, hogy a **szalmazsákba helyezett diólevél Matolcson és Répáshután volt használatos**. Ha már nemcsak a szalmazsákunk, hanem a fentiek szerint az egész ágyunk diófalevéllel van tele, akkor akár **tegyünk a párnába is!** A diófalevelekkel megtöltött kispárnának alvásjavító hatást tulajdonítanak. Úgy tartják, hogy oldja a feszültséget, az álmokat is megváltoztatja, nyugodt alvást nyújt.

Ha pedig a **fehérneműs szekrénybe teszünk diófalevelet** a fehérneműk közé, régi német szokás szerint, azok biztosan nem fognak megmolyosodni.