

# NOVEMBER 2018

Pon	Tor	Sre	Čet	Pet	Sob	Ned
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

## VELIKI OMAN-INULA HELENIUM



Veliki oman je trajnica, ki zraste do 2 m visoko. Razvije eno ali več debelih rebrastih stebel, ki so spodaj dlakava. Koreninski sistem je razvejan in je sestavljen iz korenike dolge do 5 cm in korenin dolgih do 50 cm. Listi so jajčaste oblike z ošiljeno konico in dolgi do 50 cm. Nameščeni so premenjalno. Največji so na dnu stebela, z višino pa se manjšajo. Listni rob je nažagan. Rumeni cvetovi so v do 8 cm velikih koških. Oprašujejo metulji in čebele. Samooplodna.

### Uporaba:

Jeseni nabiramo posamezne korenine, medtem ko koreniko pustimo. Korenine posušimo. Uporabimo jih za pripravo čaja ali alkoholne pijače in kot začimbo za sladice. Veliki oman pomaga pri zdravljenju kašlja in dihal. Pospešuje izločanje žolča

Veliki oman sadimo na zeliščne grede in na grede s trajnicami posamično. Zaradi velikih listov lahko tvori zeleno ozadje cvetličnih gred. Lahko ga gojimo tudi v večjih skupinah.

### Opozorila:

Alergena rastlina.

VIR: <https://www.vrtnarava.si/rastline/opisi/trajnice-zelisca/veliki-oman> (Dostop 24.4.2019)

Slika: [https://sl.wikipedia.org/wiki/Veliki\\_oman](https://sl.wikipedia.org/wiki/Veliki_oman) [https://sl.wikipedia.org/wiki/Veliki\\_oman](https://sl.wikipedia.org/wiki/Veliki_oman)