

СОУ Гимназија „Добри Даскалов“
Кавадарци

Дуња – Лековито овошје

11.11.2022 година



Дуња

- Дуњата (*Cydonia oblonga*) е единствениот член на родот *Cydonia* во подродот *Malinae*, од семејството *Rosaceae*.
- Станува збор за листопадно дрво кое носи тврд, ароматичен светло златно - жолт плод на шипка, сличен по изглед на круша.



ЗНАЧЕЊЕ

- Дуњата е овошје кое зрее од крајот на Октомври до Декември и има вистински состав на корисни материи.
- Ова овошје потекнува од југозападна Азија и во старите времиња се сметало за знак на плодност и симбол на љубов и среќа.



ПОТЕКЛО

- Дуњата потекнува од хирканскиот шумски регион јужно од Каспиското Море. Успева во различни климатски услови и може успешно да се одгледува на северните делови на Шкотска.
- Дуњата толерира и сенка и сонце, но сончевата светлина е потребна за да се добијат поголеми цветови и да се обезбеди зреење на плодовите.
- Тоа е издржливо растение кое не бара многу одржување и поднесува години без кастрење или големи проблеми со инсекти и болести.



Витамини

Од витамини најмногу има витамин Ц, но и многу каротен (провитамин А), витамин Б1 и Б2, како и нијацин. Богата е со бакар, калиум, калциум, магнезиум, натриум, железо, сулфур и хлор.



Семките од дуња содржат дури 15 проценти масло и многу амигдалин, односно витамин Б17, кој има антикацерогено дејство. Семките од дуњата се богати со масти, танин, пектин, шеќери, јаболкова киселина, емулзија и протиди.





Зрелите плодови од дуња се тврди, криви и адстрингентни. Тие ретко се јадат сирови, но се преработуваат во мармалад, џем, паста (познато како сирење од дуња) или алкохолни пијалоци.



Лековито дејство на дуњата

Дуњата е исклучително лековито овошје. Лековити се и плодовите и листовите и семето, а особено сокот и сирупот. Благодарение на танинот и слузта поволно делува на работата на цревата и спречува инфективни болести.

Дуњата треба да се користи како лек, или како помошно лековито средство кога се во прашање следните болести и тегоби: акни, анемија, болести на грлото и носот (крајници), бронхитис, грчеви во желудник, грип и настинка, дијареа, егзема, лош здив, инфекции на кожата, зајакнување на имунитетот, кашлица, нервоза, несоница, изгореници, проблеми со желудникот и органите за варење, проблеми со кожни болести, разни инфекции, воспаление на органите за дишење, го забрзува зараснувањето на раните.



Дуња – хранлива кралица на есента

- Секојдневното конзумирање на дуњите се покажало благотворно за цигерот, при пролив, дизентерија, чир на желудник, туберкулоза, и болести на очите.
- Високата концентрација на диетални влакна во дуњата помага при слабеење.
- Кај проблеми со цревата или желудникот, дури и нема подобар лек од компотот од дуњи.
- Сокот на дуњата помага при пореметувања на крвните садови, дишни или гастроинтестинални пореметувања.
- Големото количество на антиоксиданти кои ги содржи дуњата значително го намалуваат ризикот од рак.
- Тинктурата направена од сокот од свежи плодови (*Tinctura Ferri sydoniata*) има моќно лековито дејство против бледилото и слабокрвноста.
- Дуњата можете да ја искористите и како освежувач за просторот. Едноставно ставете ја во просторијата која сакате да мириса убаво.

Ви благодариме на вниманието!

Изработиле:

Емилија Костовска
III-5 клас

Ивана Илова
III-5 клас

Ментори:

Богде Коцева – проф. по биологија

Јасминка Ризова – стручен соработник, педагог