Zeitschrift: Treterre : semestrale di Terre di Pedemonte e Centovalli

Herausgeber: Associazione Amici delle Tre Terre

Band: - (2006)

Heft: 47

Rubrik: I ness dialett

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 27.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Vita d'un tempo nelle Tre Terre

Si conclude con questo numero la nostra escursione nella medicina popolare dei nostri avi. Le condizioni nel campo della salute da quei tempi a oggi sono radicalmente cambiate. La medicina in generale ha fatto grandi progressi e molte malattie di un tempo quali il vaiolo, la tubercolosi e la paralisi infantile sono state pressoché debellate. L'aspettativa media di vita che variava dai 30 ai 40 anni ora si situa sui 70-80 anni. E' pure aumentata la presa di coscienza della gente e un numero sempre maggiore di persone desidera approfondire le proprie conoscenze su argomenti diversi che riguardano la salute fisica e mentale, e ciò va bene sin tanto che il profano non sia tentato di sostituirsi al medico.

Andrea Keller

Ricette mediche, vecchie usanze, rimedi di néss vecc

Maa da dind: sa fasèva la stupada (éu sbatú, dumá il bianch) e pée i ligava un sugamágn intórn ala tèsta. *Mal di denti: si faceva la* stupada *(albumi d'uovo sbattuti) quindi legavano un asciugamano con l'impasto facendolo scorrere attorno alla testa*

I screpoladúr di did di péi: i sa cura con i scòrz di ginèstri metudi sula piaga: *Le screpolature alle dita dei piedi: (conseguenza del camminare scalzi) si curano ponendo sulla piaga le cortecce di ginestra.*

Par la crescénza da carn intórn ai ung: éli da ricin e zucru, la carn crescénte la spariss. *Per eliminare la carne crescente intorno alle unghie: olio di ricino e zucchero, la carne crescente sparisce.*

Par la tussa: scigóll buíd e aqua da gèm da pino. *Per la tosse: cipolle bollite e acqua di gemme di pino (amenti).*

Par i panarís: cataplasmi da pagn e lècc chécc inséma a féi da malva. *Per il patereccio (infezione alle dita): cataplasmi di pane e latte bollito insieme a foglie di malva.*

Pal dint cariòo: a sa infilava nel bécc biduu e 1 ciòd da garòful ch'u toièva il dolór. *Per il dente cariato: si infilava nel buco burro e 1 chiodo di garofano, lenivano il dolore.*

Par guarii la góta: u s mètt sú i féi da bidéa. *Per curare la gotta: vi si mette sopra foglie di betulla.*

Par i lenticc o smacc dala pèll: par fai naa vía a s mètt sú sula fascia l'aqua dala vigna. *Per le lentiggini o le macchie della pelle: per eliminarle si bagna il viso con l'acqua secreta dalla vite*

I féi di vérz i fa guarii i bugnói e i biésc. *Le foglie delle verze curano le pustole e i foruncoli.*

Par purificaa la pèll: biségna faa buii féi da nós pée faa il bagn con chii. *Per purificare la pelle: si devono bollire foglie di noce quindi farsi il bagno con le stesse.*

Quand ti è ciapòo una bòta ti fè sú impacch d'asèd. *Quando ti sei procurato una contusione fai degli impacchi d'aceto.*

L'aqua da ris la férma il fruss (o schizzón). *L'aqua di riso blocca la dissenteria*

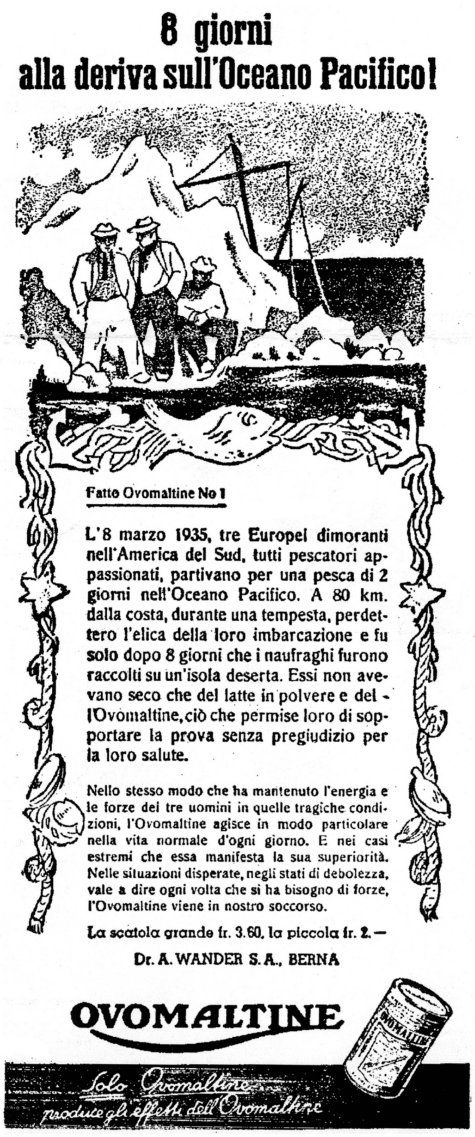
Solassaa: salassare

Mètt i sanguètt. *Nel caso di pressione alta si applicano le sanguisughe sul corpo per estrarre il sangue.*

I ladriói: par la circolazzión dal sangu e anchia par aumentaa la vista. *I mirtilli: per la circolazione del sangue e anche per migliorare la vista.*

Par i orzéi: mètt in una squèlina 1 róss d'éu, un pizzi da farina bianchia, 1 chigèe da éli da ricin, un pizzi da zucru (par faa na polentina), mètala pée con un panètt grand intórn ai écc par tuta la nécc, ala matígn l'è s'ciopòo. *Per gli orzaioli: mettere in una scodellina 1 tuorlo d'uovo, un pizzico di farina bianca, 1 cucchiaio di olio di ricino, 1 pizzico di zucchero (per farne un pappina), mettere il tutto in un fazzoletto grande posare lo stesso attorno agli occhi per tutta la notte, all'indomani mattina l'orzaiolo sarà scoppiato.*

Par la vescica: faa un decòtt da úa ursina e béval. *Per la vescica: fare un decotto di uva orsina e berlo.*



Pai uregiói: sa mètt lana da pèira mía lavada intórn ai urècc. *Per gli orecchioni: si mette attorno alle orecchie lana di pecora non lavata.*

Par l'infiamazzión da l'intestino: sa mangiava giú i lavasquèll e anchia i rann picol víu. *Per l'infiammazione dell'intestino si ingurgitavano i lumaconi senza guscio e anche le rane piccole vive.*

Par l'infiamazzión dala bóca: risciaqui con malva buida. *Per l' infiammazione alla bocca: risciacqui con malva bollita.*

Par il rafredór: inalazzión con èrb e créu da fégn in aqua calda. *Per il raffreddore: inalazioni con erbe e residuo di fieno in acqua calda.*

Ricostituínt: éli da merluzz o pastili. *Ricostituente: olio di merluzzo o pastiglie.*

Ricordi da un dopdisnaa da cinquantasés agn fa dala Ester e dala Lela.

La mè mama la cumpròo un vas da cinchcent pastíli da éli da merluzz par tutt noi sètt fiei come ricostituínt.

Un dummisdí a ghèva vignú un grand timpuralón, aqua fulmin e saètt, mi e la Lela al séom propi mia cosa giugaa.

Alóra am pinsòo begn da naa a chiá mèa a ciapaa il vas dii pastíli (alóra bumbói milegusti a s pudèva mia cumprai parchè i custava trepp; a ghèom pée gnanchia cinch ghèi), dopo a semm pée nècc su in scima ala scala dala stala in al curtáu dala Lela e a i am sciusciòo via tutt il rivèstimint dolc dai pastíli e a i butáom pée sgiú in i puzzangher dal curtáu piégn da pissa di vacch. U parèva ca ghèva vignú una grand timpistada, l'èva pée tutt bianch. Quand l'è pée rivada la sé mama quasi la ciapa un colp; la sa mitúda a vusáa come una mata: anima buzzarona ch'au possa vigníu il fruss a tutt dó, purcasc da purcasc.

Infign a semm pée stècc castiádi par una settimana; am pée mía pudú naa fòra da chiá dopo i schéll

Ricordi di un pomeriggio di cinquantasei anni fa della Ester e della Lela.

Mia madre (è Ester che parla) ha acquistato, come ricostituente per tutti noi sette figli, un vaso contenente cinquecento pastiglie di olio di merluzzo.

Un pomeriggio si era scatenato un grande temporale, acqua fulmini e saette; io e la Lela non sapevamo proprio cosa giocare.

Allora abbiamo pensato bene di andare a casa mia e prendere il vaso delle pastiglie (in quel tempo le caramelle ai millegusti non si potevano comperarle perché costavano troppo; non avevamo nemmeno cinque centesimi), dopo siamo poi andate in cima alla scala della stalla nel cortile della Lela e abbiamo succhiato via tutto il rivestimento dolce delle

pastiglie, quindi le buttavamo giù nelle pozzanghere del cortile piene di orina delle mucche.
Sembrava che fosse venuta una grande tempestata, era tutto bianco. Quando è poi arrivata la sua mamma, quasi prende un colpo; si è messa a urlare come un'ossessa:
Anima imbrogliona! Che vi possa venire la dissenteria a tutte e due, sporcaccione che non siete altro. Infine siamo state castigate per una settimana; non siamo potute uscire di casa dopo scuola.

Pai pòr: faa sú un grópp col fil da rèff fòrt e pée tirall bégn fòrt, dòpo un pò i marsciss vía, opúr frugágh sú l'èrba gialda (èrba di galinn) o féi pestád d'arniscia o da lélar. *Per i porri: fare un nodo col filo di refe forte e poi tirarlo ben forte, dopo un po' marciscono, oppure frizionarvi il centonchio o foglie di ontano o edera pestate.*
Faa bui i catt da frassan, mètt un chigiarígn in una chíchera par 10-15 minutt, l'è util par combatt la diaréa, i calcol, i rèuma e la góta. *Bollire la corteccia di frassino, metterne un cucchiaino in una chicchera per 10-15 minuti, serve per curare la dissenteria, i calcoli biliari, i reumatismi e la gotta.*
Brusór da stómi: mastiaa féi da ruíd. *Bruciore di stomaco: masticare foglie di rovo.*
Pal maa da chér: mastiaa pomèi da brinsciol. *Per il mal di cuore: masticare bacche di ginepro.*
Ricèta da l'antibiòtigh naturál: Sa pò fa i gargarismi contra la tussa di fumadóo, un chigiarígn dòpo i past l'è digestíu, òtim disinfetant pai feridi/ 1 lt. d'asèd da póm, 2 chigèe da èrb par qualità: savia, rosmarígn, segrésc, alòri, lichéne, lavanda, 2 spichi d'ai, un tuchígn da canèla tridada, 15-20 ciòd da garòful pestadi, una nós moscada, 15-20 pomèi da brinsciol, ? limón. – tutt i èrb i déu vèss tridadi frésch o sècch ch'u sía, lassái a masaraa na l'asèd par 15 dí al sóo. Sacatall da tant in tant, òtim antibiotigh. *Ricetta per l'antibiotico naturale: si può fare i gargarismi contro la tosse del fumatore, un cucchiaino dopo i pasti è digestivo, ottimo disinfettante per le ferite/ 1 lt. di aceto di mele, 2 cucchiai per specie d'erba: salvia, rosmarino, timo, alloro, lichene, lavanda, 2 spicchi d'aglio, 1 pezzetto di cannella tritata, 15-20 chiodi di garofano pestati, una noce moscata, 15-20 bacche di ginepro, ? limone. – tutte le erbe devono essere tritate fresche o secche al caso, lasciarle macerare nell'aceto per 15 giorni esposte al sole. Scuoterlo di tanto in tanto, ottimo antibiotico.*
Pai feríd da tai: bisogna bendái con l'èrba Zèrla. *Per le ferite da taglio si deve bendarle con il millefoglio, specie di achillea.*
Decòtt pal stómi: féi da èrba Severina, gialda. *Decotto per lo stomaco: foglie di reseda (pianta erbacea con fiori molto profumati).*
Par guarii il maa da góla, ricèta: ris, malva e lècc frésch, il tutt u sa faa buii fin ch'u diventa na polentina; mètala su un sugamágn, fassall intórn ala góla, cambiando la polentina 8 vòlt al dí; dòpo 24 ór a ga sarà il bón efètt. *Per curare il mal di gola, ricetta: riso, malva e latte fresco, bollire il tutto fin che diventa un impiastro; spanderlo su un asciugamani e fasciarlo attorno alla gola sostituendo l'impiastro 8 volte al giorno; dopo 24 ore si osserverà il buon effetto.*

Par guarii i gengíu e la bóca infiamada: faa buii in a l'aqua un pò da sémi da papavar, risciaquass la bóca divèrsi vòlt, a sa dovréssa guarii. *Per curare le gengive e la gola infiammata: fare bollire nell'acqua alcuni semi di papavero, sciacquarsi bene la bocca per diverse volte, si dovrebbe guarire.*
Pai emoròidi estèrni: fiór da sambúgh, fiór da camamèla romana e fiór da valeriana, i sa mètt su un brasèe e sa sta sóra il fum. *Per le emmoroidi esterne: fiori di sambuco, fiori di camomilla romana e fiori di valeriana – si mettono su un braciere e si sta sopra il fumo emesso.*
Pai rèuma: sa mètt a masaraa in 1 litro da grapa 20 castégn d'India peladi e taiadi a teécch, dòpo 1 mès i è prónt par vunsg i part dolorós da rèuma. *Per i reumatismi: si mettono a macerare in 1 litro di grappa 20 castagne d'India (ippocastano) mondate e tagliate. Dopo 1 mese la miscela è pronta per ungere le parti doloranti (reumatismi).*
Pai rèuma: mètt dint pal lécc i castégn d'India. *Per i reumatismi:mettere nel letto le castagne d'India.*
Pai ranf in i gamb: mètt nal lécc in fónd ai péi un saón da Marsiglia. *Per i crampi alle gambe: mettere nel letto in fondo ai piedi un sapone di Marsiglia.*

Urtíi
- i féi còtt i purífica il sangu. *L'infuso di foglie di ortica purifica il sangue.*
- l'infús dai féi l'è un bón ricostituint par l'anemía. *L'infuso di foglie d'ortica è un ottimo ricostituente in caso d'anemia.*
- còtt nal vign e mél par l'asma (1 chicarígn al dí). *Le ortiche cotte nel vino e miele servono per l'asma (1 piccola chicchera al giorno).*
- cóntra la fórfora e la pèrdita di cavii sa mett l'urtía in da l'alcol, la sa lassa 15-20 dí, la s filtra e s ciapa 3 chigèe da infús in 1 litro d'aqua par lavaa la tèsta. *Per combattere la forfora e la caduta dei capelli si mette l'ortica nell'alcool lasciandovela per 15-20 giorni, si filtra e ci si lava la testa usando 3 cucchiai dell'infuso uniti a 1 litro d'acqua.*
Par la polmonite e la bronchite: faa bui con aqua e zucru i radís dai urtii. *Per la polmonite e la bronchite: bollire le radici di ortica con acqua e zucchero.*

Palliativi: Santantognígn