

Fytoterapie zánětů močových cest

Robert Jirásek
 Edukafarm, Praha

Literatura

1. Poršová M, Kolombo I, Porš J, et al. Možnosti prevence recidivujících infekcí močových cest. *Medicina pro praxi* 2007;6:116–119.
2. Karlíčková J. Nové poznatky o účincích *Rhodococcum vitis-idaea*. *Praktické lékařství* 2007;3:296–298.
3. Cranberries, americké brusinky. www.cranberries-usa.cz/gifs/...TM_Americke_brusinky_final.doc.
4. Kresánek J. *Atlas léčivých rostlin a lesných plodů*. Martin: Osveta, 1988.
5. Louda M, Baloun J, Jahodář L. Fytoterapie v urologii. *Zdravotnické Noviny ČR* 2001;50(22), *Lékařské Listy*:20–22.
6. Tesař V. Chronické onemocnění ledvin – časté a prognosticky závažné. *Lékařské listy* 2009;58:31–33.
7. www.walmark.eu/cz/Stranky/default.aspx

Úvod

Zánět močového měchýře a močové trubice patří k nejfrekvencovanějším nálezům v urologické praxi. Častěji díky specifickým anatomickým a fyziologickým poměrům (kratší uretra, blízkost rekta, snížená hladina estrogenů aj.) postihuje ženy než muže, přičemž 10–20% z nich trpí těmito záněty opakovaně. K typickým symptomům řadíme bolesti, pálení a řezání při močení, zvýšenou teplotu, pobolívání v hypochondriu či bedrech, popř. celkovou nevolnost. Cystitida, resp. uretritida, mívá náhlý začátek a obvykle jí předchází prochlazení či jiné oslabení organismu nebo nevhodné behaviorální návyky („zanedbané pití“, zadržování mikce, používání spermicidního gelu s nonoxynolem-9 atd.), vedoucí k pomnožení patogenní mikroflóry v močových cestách a rozvoji zánětu. V 80–90%

případů je infekčním agens bakterie *Escherichia coli*.¹

Pomoc z přírody

Rubínově červené plody (*Vaccinium macrocarpum*), pěstované na severoamerickém kontinentu, vynikají obsahem mnoha biologicky aktivních látek – především anthokyanů, flavonoidů, tříslovin, organických kyselin, pektinů, fenolových glykosidů (arbutin a methylarbutin), sacharidů, vitaminů A, C aj. s mohutným antioxidantním, antibakteriálním, antivirotickým a adstringentním účinkem.^{2–4} Štáva z brusinek se používá jako antiseptikum močových cest, omezující schopnost bakterií adherovat k buněčné membráně endotelu (spolupůsobením methylhydrochinonu, vzniklého enzymatickým štěpením arbutinu, a tříslovin) a jako pomocné léčivo při cystinových a urátových

konkrementech (alkalizuje – zvyšuje pH moči).⁵ Standardizované extrakty z plodů brusinky jsou součástí celé řady rostlinných přípravků.²

Doplňky stravy v léčbě zánětů močových cest

Jedním z vhodných doplňků stravy je přípravek **Urinal Akut**. Představuje účinný prostředek ke krátkodobé samoléčbě, resp. doplňkové léčbě akutní i recidivující nekomplikované cystitidy a uretritidy žen i mužů. Obsahuje standardizovaný extrakt z plodů brusinky s 18 mg proanthocyanidinů v jedné tabletě. Užívají se 2 tablety denně. Je velmi dobře snášen a má zanedbatelné nežádoucí účinky. Nenahrazuje však kauzální antibiotickou terapii. Opatrnosti je třeba při současné medikaci warfarinem; v těhotenství a laktaci užívat jen se souhlasem lékaře.