

# LÉČIVÉ ROSTLINY V PEDIATRII

Vůně mnohých bylin – např. heřmánku, anýzu a fenyklu – je nám z dětství důvěrně známa, a ani moderní matky nepřestaly věřit na spolehlivý účinek meduňky při bolestivých střevních kolikách. Minulostí však již je např. podávání rebarborového sirupu či prášku (*Pulvis magnesii c. Rheo*) při zácpě, kapslí s kapradovým extraktem jako anthelmintika nebo expektoračních mixtur s hlávkovou tinkturou.

## ÚVOD

Rostliny používané v humánní terapii lze rozdělit na druhy relativně neškodné (sléz, proskurník, ostropestřec aj.), druhy s omezením délky trvání léčby nebo způsobu užití (medvědice, podběl, kostival atd.) a taxony nevhodné (jedovaté, s proměnlivým obsahem účinných látek, nedostatečně fytochemicky a farmakologicky prozkoumané apod.). Výluhy z některých rostlin také slouží jako náhražka černého čaje (rooibos, honeybush, ibišek, aloisie trojlístá (lippia), fermentované listy jahodníku, šípky, dekoferinovaný čaj).<sup>1,5</sup> Problematickým pak zůstává užívání rostlinných

## Robert Jirásek Edukafarm, Praha

*Léčivé rostliny a přípravky z nich doprovázejí člověka doslova od jeho narození do smrti. Fytoterapie v pediatrii má přes veškerý pokrok v medicíně i dnes své opodstatnění, přičemž dřívější empirická aplikace rostlinných výtažků je již vysvětlena vědecky. Avšak někdy je překvapivě z léčby vyřazena tradičně užívaná droga (např. *Farfarae flos*), neboť v ní byly v podstatě nedávno identifikovány toxické sekundární metabolity.*

drog v pediatrii, poněvadž u řady z nich, pokud nejsou zcela kontraindikovány mj. z důvodu obsahu podezřelých látek – beta-asaronu, estragolu, methylchavikolu, myristicinu aj. (andělíka, petržel, komonice, mařinka, bazalka, puškovec, senna aj.),<sup>2</sup> není jejich bezpečnost doložena přesvědčivými klinickými údaji a dosud často neměly stanovenou ekvivalentní dávku pro přípravu nálevů, odvarů a dalších galenik určených dětem od nejtělejšího věku.

Naštěstí se v tomto směru situace zlepšuje a informace v tištěné (např. tzv. monografie E a monografie ESCOP, vydávané v Německu) i elektronické podobě jsou dnes dostupnější. Dávka pro dětský organismus je vypočítána z dávky pro dospělého ve vztahu k hmotnosti, resp. tělesnému povrchu. U kojenců a batolat je samozřejmě třeba pečlivě zvážit poměr přínosu a rizika a smysluplnost užití fytofarmaka. U některých drog je též na místě upřednostnit výluh za studena, použít čerstvě vylisovanou šťávu, instantní bylinný čaj nebo zpracování komplexu účinných látek do čípkové formy.<sup>3,4</sup>

## INDIKAČNÍ OBLASTI FYTOTERAPIE V PEDIATRII

Indikační oblastí rostlinných drog v dětském lékařství jsou nemoci z nachlazení, zažívací obtíže, kožní choroby a bylinné čaje jako jeden ze zdrojů tekutin.<sup>5</sup>

Při běžné rýmě, bolestech v krku, kašli a zhlazení se u dětí osvědčilo podávání nálevu z květů bezu černého (*Sambucus nigra* L.),<sup>5</sup> nejlépe s medem. Lze rovněž použít hromadně vyráběný přípravek *Sinupret kapky* nebo *dražé*,

Tabulka - dávky vybraných rostlinných drog v pediatrii\*

název drogy	0-1 rok	>1-4 roky	>4-10 let	>10-16 let	poznámka
<i>Agrimoniae herba</i>		1-2 g	2-3 g	3-6 g	
<i>Althaeae folium</i>		1-2 g	2-3 g	3-5 g	
<i>Anisi fructus</i>	0,5 g	1 g	2 g	3 g	
<i>Betulae folium</i>		1-2 g	1-2 g	2-3 g	
<i>Bursae pastoris herba</i>				10-15 g	
<i>Calendulae flos</i>	1-2 g	2-4 g	2-5 g	2-5 g	nálev k lokálnímu použití
<i>Carvi fructus</i>	1 g	1-2 g	1-4 g	2-6 g	
<i>Echinaceae purpureae herba</i>		3 ml	3-5 ml	6-9 ml	čerstvá vylisovaná šťáva
<i>Foeniculi fructus</i>	1-2 g	1,5-3 g	3-5 g	5-7 g	
<i>Hederae helioidis folium</i>	0,02-0,05 g	0,05-0,15 g	0,1-0,2 g	0,2-0,3 g	
<i>Liquiritiae radix</i>		1,5-3 g	3-5 g	5-10 g	maximálně 4 - 6 týdnů
<i>Malvae folium/flos</i>	1 g	1-2 g	2-4 g	4-5 g	
<i>Matricariae flos</i>	0,5-1 g	1-2 g	2-3 g	3 g	p. o. podání
<i>Matricariae flos</i>	10 g/10 l vody	10g/10 l vody	30g/10 l vody	50g/10 l vody	celková koupel
<i>Melissae folium</i>	0,2-0,5 g	0,5-1,5 g	1,5-3 g	1,5-4,5 g	
<i>Menthae piperitae folium</i>	0,3-1 g	1-3 g	3-5 g	3-6 g	
<i>Plantaginis lanceolatae herba</i>		1-2 g	2-4 g	3-6 g	
<i>Primulae flos</i>	0,5-1 g	1-2 g	2-3 g	2-4 g	
<i>Sambuci flos</i>	1-2 g	2-5 g	5-10 g	10-15 g	
<i>Serpylli herba</i>	0,5-1 g	1-2 g	2-4 g	4-6 g	
<i>Thymi herba</i>	0,5-1 g/šálek	1-2 g/šálek	1-2 g/šálek	1-2 g/šálek	
<i>Tiliae flos</i>	0,2-1 g	1-2 g	2-4 g	2-4 g	až od 9. měsíce věku
<i>Tormentillae rhizoma</i>		1-2 g	2-4 g	4-6 g	
<i>Verbasci flos</i>	0,5-1 g	1-2 g	2-3 g	3-4 g	

\*Množství drogy k přípravě nálevu přelitím 150-200 ml vroucí vody a 5-10 min louhováním (listy, natě, siličné drogy) nebo odvaru 20 min povařením (oddenky, kořeny)

Zdroj: Kolektiv: *Kinderdosierung von Phytopharmaka*, Bonn 1998





obsahující mj. extrakt ze *Sambuci flos*, přinášející úlevu také při sinusitidě. Je-li třeba podpořit odkašlávání, lze doporučit horký nálev z nati majoránky (*Maiorana hortensis* L.).<sup>6</sup> Výtažek z listů břečťanu (*Hedera helix* L.) s expektoračně účinnými saponiny obsahuje sirup *Hedelix*. Suchý dráždivý kašel spolehlivě utiší nálev z nati mateřídoušky, resp. tymiánu (*Thymus vulgaris* L.). Extrakt z něj obsahují sirupy *Aspecton* a *Thymomel*. Relativní novinkou jsou kapky *Kaloba* s extraktem z kořenů pelargónie (*Pelargonium sidoides*) s antimikrobiálním, expektoračním a imunomodulačním účinkem. Vhodné hotové čajové směsi jsou *Dětský čaj při kašli Megafyt*, *Dětský čaj při nachlazení Megafyt* aj.

Poruchy gastrointestinálního traktu v dětském věku zahrnují pestrou škálu obtíží od nechutenství a zvracení přes meteorismus až po zácpu nebo průjem.

Při snížené apetenci bývají užívány spíše siličné než hořčinné drogy (kmín, oplodí pomeranče, s opatrností máta peprná – děti jsou citlivější na její silici a mentol), při plynatosti pak květ heřmánku (*Chamomilla recutita* L.) se spasmolyticky a karminativně působícím alfa-bisabololem, apigeninem a luteolinem, ne však dlouhodobě.<sup>6,7</sup> Z hromadně vyráběných směsí lze doporučit *Dětský čaj s heřmánkem Lerros* (již od 1. týdne života) nebo *Dětský čaj pro lepší zažívání Megafyt*. Při zácpě (nevznikla-li akutně jako varovný symptom náhlé příhody břišní – apendicitidy, ileu apod., kdy je nutné vždy kontaktovat lékaře!), je možné aplikovat mírné laxans v podobě nálevu z květů trnky

(*Prunus spinosa* L.).<sup>6</sup> Pomocnou léčbou při průjmu je nálev z lístků keře čajovníkovce kapského (*Aspalathus linearis*, „rooibos“), který neobsahuje kofein, ale vykazuje flavonoidy, něco tříslovin, deriváty kyseliny kávové a řadu stopových prvků. Zároveň tlumí nucení ke zvracení a křeče v trávicí soustavě.<sup>1,5</sup> Díky přirozeně nasládlé chuti čaje jej děti ochotně přijímají.

K oplachům a koupelím při kožních nemocech a defektech jsou určeny nálevy a odvary z květů měsíčku, heřmánku, nati přesličky, violky trojbarevné, tymiánu, dubové kůry, pšeničných otrub, roztok škrobu a vodou zředěný extrakt z listů vilínu virginského.<sup>5</sup>

### ZÁVĚR

Léčivé rostliny pomáhají jen tehdy, jsou-li užívány cíleně a jsou-li správně dávkovány a vhodně upraveny.<sup>8</sup> Při aplikaci fytofarmak dětem to platí dvojnásob. Proto je zcela nezbytné dodržovat předepsané dávkování a způsob přípravy, respektovat specifika dětského organismu (odlišná distribuce tuku a tělních tekutin, resp. jiná velikost kompartmentů a dynamika eliminačních pochodů, zvýšená citlivost např. vůči éterickým olejům apod.), jakož i doporučenou (bezpečnou) délku terapie (dlouhodobé podávání heřmánkového nálevu má za následek zlenivění střevní peristaltiky kojenců, je možné nežádoucí působení obsahových látek lékořice, teoretické riziko vyvolání autoagresivní reakce po mnohaměsíčním podávání rostlinných imunostimulancií, relativní toxicita citronové šťávy (jako zdroje vitamínu C) pro kojence atd.).<sup>6,9</sup>

### Literatura

1. Potužák M. Léčivé rostliny v pediatrii. *Pediatr pro Praxi* 2006;4:232–234.
2. Prugar J. Vítané i nevítané substance v léčivých a kořeninových rostlinách I–II. *Výživa a potraviny* 2004;59:68–69 a 86–87.
3. Kolektiv. *Kinderdosierung von Phytopharmaka*. Bonn: 1998.
4. Monografie vybraných drog na [www.emea.europa.eu](http://www.emea.europa.eu)
5. Nová D. *Rostlinné drogy v ženském lékařství a v pediatrii*. Přednáška na IPVZ Praha, 20. 11. 2007.
6. Opletal L, Volák J. *Rostliny pro zdraví*. Praha: Aventinum, 1999.
7. Mika K. *Fytoterapie pro lékárov*. Martin: Osveta, 1991
8. Pahlow M. *Heilkräuter-Tees: meine besten Rezepte*. Stuttgart: S. Hirzel Verlag, 2000.
9. Homolka J, Syrovátka A, Votava Z. O otravách u dětí a o toxicitě citronové šťávy. *Čs Pediatrie* 1955;10:253–256.



Megafyt Dětský čaj při nachlazení \*  
 Megafyt Dětský čaj při kašli  
 Megafyt Dětský ovocný čaj pro posílení odolnosti organismu \*  
 Megafyt Dětský čaj pro lepší zažívání \*  
 Megafyt Dětský čaj pro klidný spánek \*  
 Megafyt Dětský bylinný čaj  
 Megafyt Dětský černý čaj s anýzem \*  
 Megafyt Dětský ovocný čaj s příchutí lesní jahody \*  
 Megafyt Dětský ovocný čaj s příchutí třešně \*  
 Megafyt Dětský ovocný čaj s příchutí pomeranče \*  
 Megafyt Dětský ovocný čaj s příchutí citronu \*  
 Megafyt BIO-ovocný čaj s příchutí jablka a s inulinem \*  
 Megafyt MIX 12 druhů dětských bylinných a ovocných čajů

\* Doplněk stravy

K dostání pouze v lékárnách

 **MEGAFYT**  
ZDRAVÍ Z PŘÍRODY

Výrobce: Megafyt-R spol. s r.o.  
 U Elektrárny 516, 252 46 Vrané nad Vltavou  
 Česká republika

[www.megafyt.cz](http://www.megafyt.cz)