

LÉČIVÉ ROSTLINY V GERIATRII



ROBERT JIRÁSEK
EDUKAFARM, PRAHA

Odvěká touha po zachování svěžesti, dobrého zdraví a prodloužení života člověka přiměla k pátrání po prostředcích odvracejících obtíže vyššího věku. Přestože hledání elixíru věčného mládí dosud vyznívá naprázdno, máme důkazy, že alespoň některé příznaky stárnutí a opotřebením organismu lze pozitivně ovlivnit.

U určitých úspěchů můžeme dosáhnout také podáváním látek a přípravků z vybraných léčivých rostlin.

PRAVÁ A NEPRAVÁ GERIATRIKA

V biologii existuje hned několik teorií stárnutí. Žádná z nich však uspokojivě a plně nevysvětluje, proč lidé žijící ve srovnatelných civilizačních podmínkách stárnou rozdílně.

Přípravky, jimiž se snažíme ovlivnit stárnutí a tzv. potíže stáří, označujeme jako **geriatrika**. Ta se dělí na geriatrika pravá a nepravá.

Do skupiny **nepravých geriatrik** (předcházejí chorobným příznakům stáří a léčí je) se řadí kombinace vazodilatačních drog (ginkgo, olivovník, hloh, česnek aj.) a látek (papaverin, theobromin), lipotropních substancí (lecitin, adenosin aj.), stopových prvků, hormonů atd.

K **pravým geriatrikům** (zasahují do degenerativních procesů, zlepšují adaptabilitu organismu) počítáme rostlinné harmonizátory (ginseng, eleuterokok, aralka), antioxidanty (vitaminy E, C, β -karoten), některé vitaminy B-komplexu (kyselina orotová a pangamová), tzv. membránové stabilizátory, radioprotektivní látky apod.¹

ROSTLINNÁ NOOTROPIKA A KOGNITIVA

Ruku v ruce s celosvětovým nárůstem počtu lidí starších 65 let stoupá výskyt demencí a dalších kognitivních poruch. Proto jsou zkoumány potenciálně vhodné léčivé rostliny a zdá se, že představují perspektivní zdroj aktivních substancí s nootropními a neuroprotektivními účinky.

Z rostlinných metabolitů stojí za zmínku např. galanthamin, huperzin A, vinpocetin, extrakt z *Ginkgo biloba* EGb 761, asiaticosid a kyselina asiaticková, bakosidy a bakosaponiny.²

TONIKA A ROBORANCIA

V seniu zpravidla ubývá síl, a to jak fyzických, tak duševních. Katabolické procesy, zvláště ve spojení s delší imobilizací na lůžku, vedou ke svalové atrofii, nechutenství a změnám v psychice. Subdepresivní až depresivní ladění se negativně odráží na celkovém stavu a uzavírá bludný kruh, který je možné rozetnout i s pomocí léčiv.

Výhodný polytropní účinek vykazují obsahové látky (lignany, eleuterozidy A – M, eleuterany A – G, polysacharidy aj.) **eleuterokoku ostního** (*Eleutherococcus senticosus* MAXIM.). Z kořenů připravená tinktura, resp. extrakt, se osvědčila v gerontopsychiatrii při apaticko-hypobulickém syndromu. Kromě toho účinkuje hypoglykemicky a antidepressivně, mírně zvyšuje krevní tlak a u zesláblých pacientů se podává jako pro-

teoanabolikum a antianemikum; zároveň zvyšuje odolnost vůči stresu, chladu a námaze (z Ruska byly referovány příznivé výsledky při aplikaci posádkám ponorek a kosmických lodí), zostřuje smyslové vnímání a zkracuje průběh respiračních virových infekcí. Extrakt se dává ráno a v poledne, aby jeho stimulačním účinkem nebyl narušován spánek.^{3,4}

S anorexií se u geriatrikálních pacientů setkáváme často. Starší lidé někdy odmítají maso (nechutná jim nebo se vymlouvají na nevhovující zubní protézu), a naopak preferují sladká a moučná jídla. Deficit bílkovin pak může vést až ke kachexii a snížené odolnosti vůči nákazám.

Chut' k jídlu lze podpořit hned několika drogami, zejména hořčinnými. **Kundurango** (kůra jihoamerické liány *Marsdenia condurango* dovážená z Peru, Kolumbie či Ekvádoru) slouží k výrobě suchého nebo tekutého extraktu, který je součástí známého medicijního vína. Podává se kalíšek před hlavními jídly.

Za všeobecně posilující drogu pokládáme i dnes kořen **andělíky** (*Angelica archangelica* L.). Tvoří oblíbenou součást čajových směsí, používá se při výrobě žaludečních likérů a některých galeník.

Ještě nedávno byla v lékárnách běžná **složená chinovníková tinktura**. Voněla po pomerančovém oplodí, dávkovala se v množství 20–30 kapek ½ hod. před jídlem jako tonikum, analeptikum a amarum.⁵

Jako drogy vhodné k domácí přípravě nálevů jmenujme nat' máty peprné, jablečnicku, srdečnicku, benediktu čubetu a zeměžluči.

RADĚJI PREVENCE NEŽ POZDNÍ LÉČBA

V rámci prevence předčasného stárnutí se také doporučují různé čajové směsi. Svého času byl populární tzv. **čaj profesora Velenovského** (viz předpis na této straně). Nálev se popíjí vždy 2 měsíce, na něž navazuje čtyřtýdenní pauza, celkem tedy čtyřikrát do roka; lze jej mírně přisladit medem.⁶

Rp.		Origani herbae
Droserae herbae		Graminis rhizom. aa 10,0
Visci albi herbae	aa 5,0	M. f. species
Crataegi folii c. flor.		
Leonuri herbae		
Hyperici herbae		

D. S. 1 lžičky směsi spařit šálkem vroucí vody, pít 1x denně.

Literatura

- Portych J. Geriatrika. In: Kameníková L, ed. *Materia pharmaceutica 6*. Martin: Osveta, 1989.
- Červenka F, Jahodář L. Rostlinné metabolity jako nootropika a kognitiva. *Čes Slov Farm* 2006; 55: 219-229.
- Bajer J. *Rostliny pro život*. Praha: Zahradnické sdružení ČSFR, 1991.
- Chalabala M et al. *Encyklopédia farmácie*. Martin: Osveta, 1991.
- Starý F. Hořčiny a jejich prospěšnost. *Živa* 2001; 148:160-162.
- Pokorný AG. Čaj profesora Velenovského. *Naše léčivé rostliny* 1989; 26: 147-150.

