

Fytoterapie respiračních onemocnění



Robert Jirásek,
Edukafarm Praha

Fytoterapie patří bezesporu k nejstarším léčebným metodám. I v moderním světě však sehrává významnou roli, minimálně jako alternativa k syntetickým léčivům. Spolehlivě funguje v rámci stále aktuálnější samoléčby symptomů doprovázejících chřipku a jiná podobná onemocnění. Pro její oblíbenost svědčí i fakt, že téměř 30 % výdajů za prostředky proti kašli a nachlazení připadá na léčiva a doplňky stravy rostlinného původu.¹

Literatura:

- Hudetz L. Pflanzliche Hilfe bei grippalem Infekt. *PTAheute* 2011; 25:46-50.
- Farkaš L. Grindélie – známe i neznáme. *Naše léčivé rostliny* 1984; 21:49-50.
- Nová D. Rod *Sambucus* (bez) – přehled současného stavu poznatků. I. *Sambucus nigra* (bez černý). *Čes. a Slov. Farm.* 1997; 46:256-260.
- Dadáková E, Vrchotová N, Chmelová Š. Květenství bezu černého – bohatý zdroj rutinu a chlorogenové kyseliny. *Liečivé rostliny* 2008; 45:56-60.
- Opletal L, Volák J. *Rostliny pro zdraví*. Praha: Aventinum, 1999.
- Šmirják M. *Bioriziká vidieka*. Bratislava: Štátny veterinárny a potravinový ústav, 2011.
- Shokrzadeh M, Saeedi Saravi SS. The chemistry, pharmacology and clinical properties of *Sambucus ebulus*: A review. *J. Med. Plant. Res.* 2010; 4:95-103.

Působení fytofarmak je pleiotropní

Rostlinné preparáty obecně jsou charakteristické obsahem komplexů látek. Účinnost fytofarmak je tedy založena na sumárním působení (ovlivňují vícero orgánových oblastí), neboť jednotlivě izolované komponenty nemají co do kvality či kvantity srovnatelný efekt. Fytofarmaka jsou obvykle velmi dobře tolerována a vykazují minimum nežádoucích účinků.

V rámci kontroly příznaků respiračních infekcí se uplatňují především slizové, siličné, saponinové a hořčinné drogy. Do rukou lékaře patří drogy alkaloidní (*Ephedrae herba*, *Ipecacuanhae radix*, *Folia jaborandi* atd.), které jsou beztak využívány spíše k průmyslovému zpracování a výrobě galenik.

Bez černý, jitrocel & Co.

Ze slizových drog se v praxi používají zejména *Althaeae radix*, *Malvae flos*, *Farfarae folium* a *Plantaginis folium*. Princip účinku spočívá v potažení receptorů kašle v ústech a hltnu ochranným filmem, který je chrání před dalším drážděním (antitusický efekt). V případě ibiškového kořene a květů slézu existují důkazy o protizánětlivém působení slizů. Lišejník islandský (*Cetraria islandica* L.) disponuje imunostimulačními vlastnostmi.¹

Hederae folium a *Primulae flos* (seu *radix*) jsou reprezentanty saponinových drog. Saponiny stimulují zakončení parasympatiku v žaludeční sliznici, čímž reflexně vyvolávají zvýšenou sekreci řidšího hlenu v průduškách (expektorační efekt).

Z toho důvodu se doporučuje čajové nálevy a fytopreparáty s obsahem saponinů užívat alespoň 15 min před jídlem.¹

Tradiční je využití siličných drog, příp. éterických olejů samotných. Místo v současné terapii si udržely *Eucalypti aetheroleum*, *Pini pumilio-nis aetheroleum*, *Menthae piperitae aetheroleum* a *Thymi aetheroleum*. Při inhalování působí přímo na bronchiální sliznici a účinkují spasmolyticky, antisepticky a antiflogisticky.¹ U potenciálních alergiků se namísto blahovičnickové silice upřednostňuje samotný *cineol*. Z ostatních rostlin stojí za zmínku *Grindelia robusta*, původní v Kalifornii, u nás občas pěstovaná v zahrádkách. Poskytuje nať, vyniká obsahem pryskyřice (až 21 %), tříslovin (5 %), silice s borneolem, a flavonoidů. Výtažky z grindélie bývají složkou přípravků k léčbě spastické bronchitidy a k podpoře odkašlávání.²



Zcela výjimečnou pozici zaujímá *bez černý* (*Sambucus nigra* L.). Jeho květenství jsou ceněna pro obsah flavonoidů (zejm. rutinu (až 2,5 %), kemferolu a isokvercitrinu), fenolických kyselin (káвовá, chlorogenová a ferulová), cholinu, tříslovin a volatilních terpenických látek. Plody oplývají anthokyanovými barvivy, organickými kyselinami a vitamínem A a C. Obsah sambunigrinu je nejvyšší v listech a nezralých plodech; při dozrávání klesá a ve zralých plodech již nebývá nalezen.^{3,4}

Zkušenosti z lidové medicíny postupně potvrdil i fytochemický a farmakologický výzkum. Chlorogenová kyselina vykazuje antitumorovou a antioxidační aktivitu, komplex fenolových sloučenin v bezových květech působí diaforeticky, diureticky a proti virům chřipky typu A a B a herpesvirům.⁴ Galenika z plodů bezu (šťáva, povidla, sirup) jsou tradičně užívána jako laxativum, anti-neuralgikum a antipyretikum (známý Epsteinův nápoj).

Nálev ze sušených květů bezu černého lze bez obav podávat jak v pediatrické, tak geriatrické praxi; v léčebných dávkách nebyly zaznamenány žádné vedlejší efekty.⁵

Ve fytotoxikologické literatuře je zmiňována možnost záměny bezu černého za bez chebdí. Chebdí (*Sambucus ebulus* L.) však roste spíše na teplejších stanovištích (jižní Morava, povodí Váhu aj.) a od bezu černého se liší i v dalších charakte-



ristikách (viz tabulku). Dříve bývalo také využíváno k farmaceutickým účelům (*Radix ebuli*, *Roob ebuli*), z dnešního pohledu je pokládáno za jedovaté. Obsahové látky plodů jsou předmětem studia, jako slibné se zdají být jejich protizánětlivé a cytotoxické účinky.^{6,7}

	bez černý (<i>Sambucus nigra</i> L.)	bez chebdí (<i>Sambucus ebulus</i> L.)
habitus	keř nebo strom	vytrvalá bylina
výška	až 5 – 10 m	0,5 – 2 m
doba kvetení	červen až červenec	červen až srpen
barva květů	žlutobílá	načervenale bílá



Když se „ucpou“ dutiny

Fytopreparáty jsou vhodné i při zvládnání relativně časté komplikace rýmy – sinusitidě, projevující se bolestmi hlavy, pocitem tlaku v čelní oblasti a purulentní sekrecí z nosu. Snížené prokrvení sliznice vedlejších nosních dutin a stagnace hlenu přispívá k nasednutí bakteriální superinfekce se všemi neblahými následky (mj. nutnost i opakované ATB léčby). Iridoidní glykosidy obsažené ve sporýši lékařském (*Verbena officinalis* L.), podobně jako hořčiny z hořce žlutého (*Gentiana lutea* L.), mají sekretolytické účinky a při včasném nasazení mohou nahradit např. acetylcystein.¹

Zvolnit tempo není od věci

Přípravky z léčivých rostlin představují při respiračních onemocněních metodu volby. Je využíván především antiflogistický a mukolytický efekt drog, zároveň se cení protivirový, antibakteriální a imunomodulační potenciál obsahových látek.

K rychlejšímu ústupu symptomů a k samotnému uzdravení přispívá klid na lůžku po přiměřeně dlouhou dobu. Léčbu je vhodné zahájit horkou koupelí (kontraindikováno u kardiaků, hypertoniků, tělesně slabých jedinců, při hypertyreóze) a flanelovým záballem.

Epsteinův nápoj

Do 0,5 litru horkého slazeného nálevu ze stejných dílů bezového a lipového květu se vmíchá po 1 lžici bezinkových povidel a rumu (nebo koňaku). Nápoj se pije na noc; vyvolává silné pocení

Kód zdravotní pojišťovny		RECEPT		poř. č.	
Příjmení a jméno					
Číslo pojištění				f.	
Bydliště (adresa)					
I C P I C P I C P	Rp.		Sk.		cena
	<i>Anisi fructus cont.</i>		Kód		
	<i>Farfarae folii</i>		aa		25,0
	<i>Plantaginis folii</i>		aa		20,0
	<i>Liquiritiae radices</i>		ad		100,0
<i>Malvae floris</i>					
<i>M. f. species</i>					
<i>D. S. 1 lžici na šálek vroucí vody, 10 min louhovat, několikrát denně.</i>					
Dne:			Sk.		Kód
razítka zdrav. zařízení, jmenovka a podpis lékaře			Připravil:		Vydal:
Bez data vystavení, razítka smluvního zařízení, jmenovky a podpisu lékaře recept neplatí!					