

Léčivé rostliny

Seznam rostlin:

- meduňka lékařská
- lípa obecná
- heřmánek pravý
- kopřiva dvoudomá
- máta peprná
- růže šípková
- měsíček lékařský
- kostival lékařský
- bez černý
- fenykl obecný

Léčivé rostliny

Meduňka lékařská



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Meduňka lékařská

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

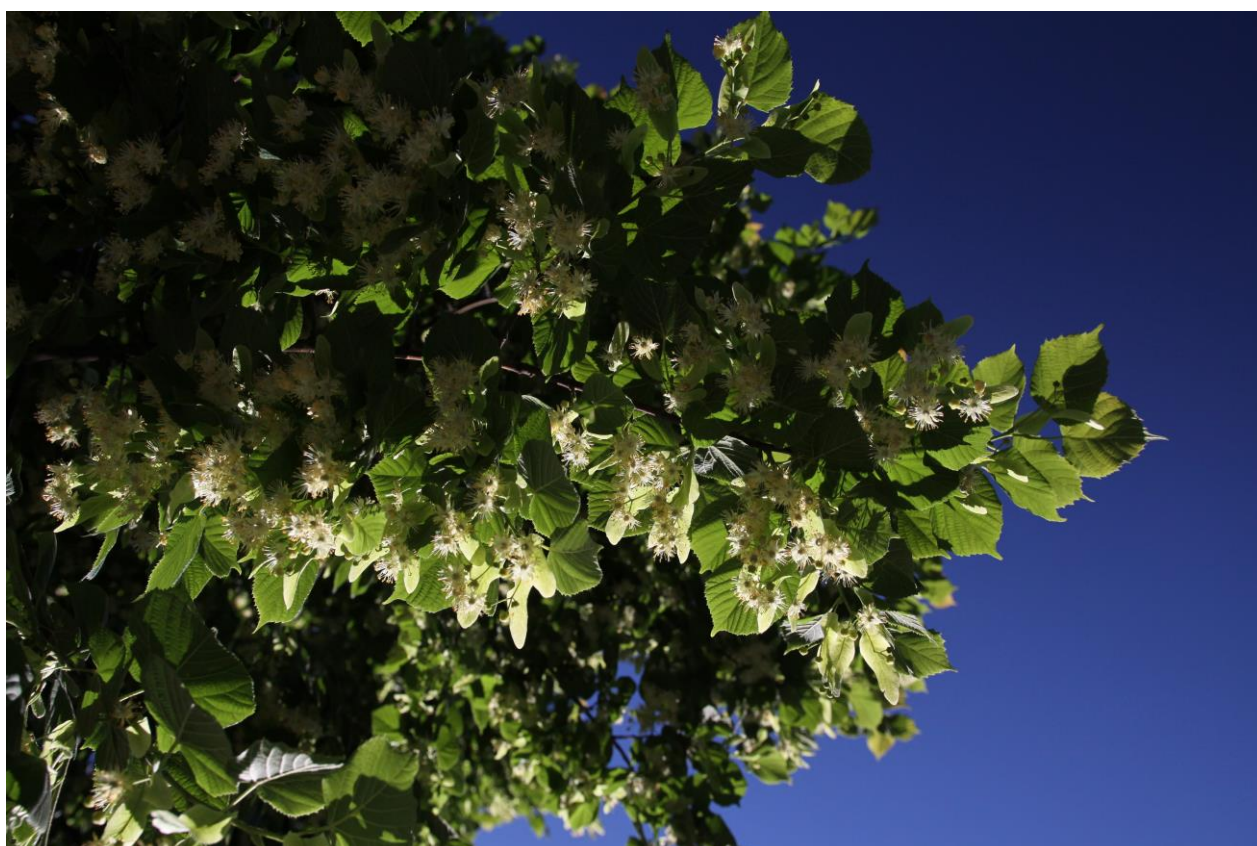
Čeleď: hluchavkovité

Popis rostliny: Meduňka lékařská je citronově vonící léčivá rostlina, z níž se připravují nálevy nebo lihové výtažky. Tyto výtažky a nálevy jsou užívány jako klidnící, snižují krevní tlak, proti plynatosti a mají také mírně protikřečové účinky (1).

Lodyhy meduňky lékařské jsou přímé nebo vystoupavé, bohatě větvené. Listy jsou řapíkaté, s vejčitou až kosníkovitou nebo podlouhlou, hrubě vroubkovanou a žláznatě chlupatou čepelí. Květy jsou drobné, stopkaté, souměrné, se srostlými obaly (1). Kalich je zvonkovitý, z něž vystupuje koruna, která je dvoupyská, bílé či narůžovělé barvy (2).

Léčivé rostliny

Lípa obecná



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Lípa obecná

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: slézovité

Popis rostliny: Lípa obecná je v přírodě vzniklý kříženec lípy velkolisté a lípy malolisté (3). K léčbě se užívá lipový květ nebo také mladé listy. Obsahuje sliz, třísloviny, flavonoidy, silice, organické kyseliny, saponiny, fytoesteroly a vitamin E. Hlavní účinek lipového květu je potopudný a uklidňující, dále močopudný, žlučopudný a tlumící kašel. Lipový květ je používán ve formě koupelí a obkladů, zatím co lipové listy jsou užívány především inhalačně (4).

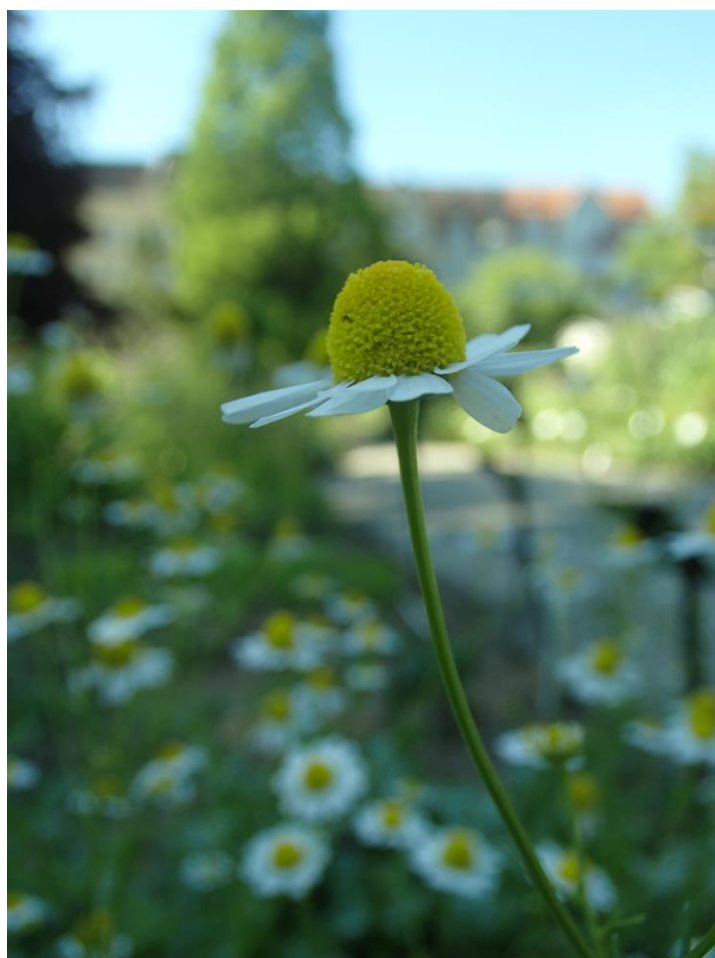
Lípa obecná je rychle rostoucí strom s široce vejcovitou korunou, dorůstající 20 – 30 m výšky. Letorosty jsou lysé. Čepel listu je srdčitá, svrchu matně zelená, na rubu žlutozelená až šedozeleň. Květenství je převislé a šikmo odstálé, listeny jsou lysé až roztroušeně pýřité, řapíkaté. Květy jsou žluté, po 3 – 10 kusech. Plody jsou elipsoidní až téměř kulovité, oplodí je kožovité až slabě dřevnaté, hnědé, v prstech smáčknutelné (3).

Léčivé rostliny

Heřmánek pravý



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Heřmánek pravý

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: hvězdnicovité

Popis rostliny: Heřmánek pravý je jednoletá nebo ozimá bylina, která je jednou z nejpůvodnějších léčivých bylin, používaná v lidovém i běžném léčení. Sbírají se úbory pro vysoký obsah chamazulénové silice a dalších látek. Je součástí mnoha čajů, používán ke koupelím a často i v kosmetice (3).

Heřmánek pravý je bylina s vřetenovitým kořenem. Lodyha je 10 – 50 cm dlouhá, přímá nebo vystoupavá, pouze v horní části nebo již od báze větvená, lysá nebo pod úbory řídce chlupatá, řídce olistěná. Listy jsou střídavé, přisedlé, v obrysu eliptické až úzce obvejčité (3). Květní úbory se skládají ze žlutých trubkovitých květů uprostřed a bílých jazykovitých květů po obvodu. Kuželovité lůžko úboru je uvnitř duté (5).

Léčivé rostliny

Kopřiva dvoudomá



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Kopřiva dvoudomá

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: kopřivovité

Popis rostliny: Kopřiva dvoudomá je všeobecně známá vytrvalá bylina (6). Její listy totiž prorůstají tuhé, jehličkovité duté chlupy, které se při sebemenším dotyku odlamují a uvolňují silně žhavou tekutinu (2). Její jarní listy se využívávají jako zelenina bohatá na vitaminy a minerální látky. Kopřivový čaj je uznávaným lékem (7).

Oddenek kopřivy dvoudomé je plazivý, žlutý a bohatě větvený, vyrůstá z něj větší počet dutých čtyřhranných lodyh. Vstřícně řapíkaté listy s kopinatými palisty jsou stejně jako lodyha pokryty četnými žhavými a krycími štětinatými chlupy, silně zpevněnými minerálními látkami. Mají srdčitou až široce kopinatou čepel s tmavě zelenou svrchní stranou a hrubě pilovitým okrajem. Z úžlabí horních listů vyrůstají laty drobných zelenavých květů (6). Květy má drobné, zelené, někdy načervenalé, se žlutými tyčinkami (8). Rostliny jsou dvoudomé, to znamená, že vytvářejí zvlášť samičí a samčí rostliny. Samičí květenství jsou dlouhá a převislá, samčí přímá, s kratšími větvemi.

Léčivé rostliny

Máta peprná



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Máta peprná

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: hluchavkovité

Popis rostliny: Máta peprná je výrazně aromatická rostlina. Nálev drogy, který je častou součástí čajových nálevů, se obecně doporučuje proti poruchám zažívání. Mátová silice nebo čistý mentol jsou užívaný nejen ve farmakologii jako součást mazání ale i v kosmetice a potravinářství (1).

Lodyhy máty peprné jsou přímé, větvené, čtyřhranné a listy řapíkaté, s vejčité podlouhlou až kopinatou čepelí. Květenstvím je lichoklas z hustých lichopřeslenů (1). Kalich je úzce trubkovitý, členěný v úzce trojúhelníkovité chlupaté cípy. Květní koruna je světle růžová až světle fialová, prašníky zpravidla zakrnělé (9).

Léčivé rostliny

Růže šípková



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Růže šípková

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: růžovité

Popis rostliny: Květy růže šípkové se využívají jako hypnotikum či kloktadlo při zánětech v dutině ústní. Plody posilují v době těhotenství a kojení. Šípky obsahují vitamin C, karotenoidy a flavonoidy (10).

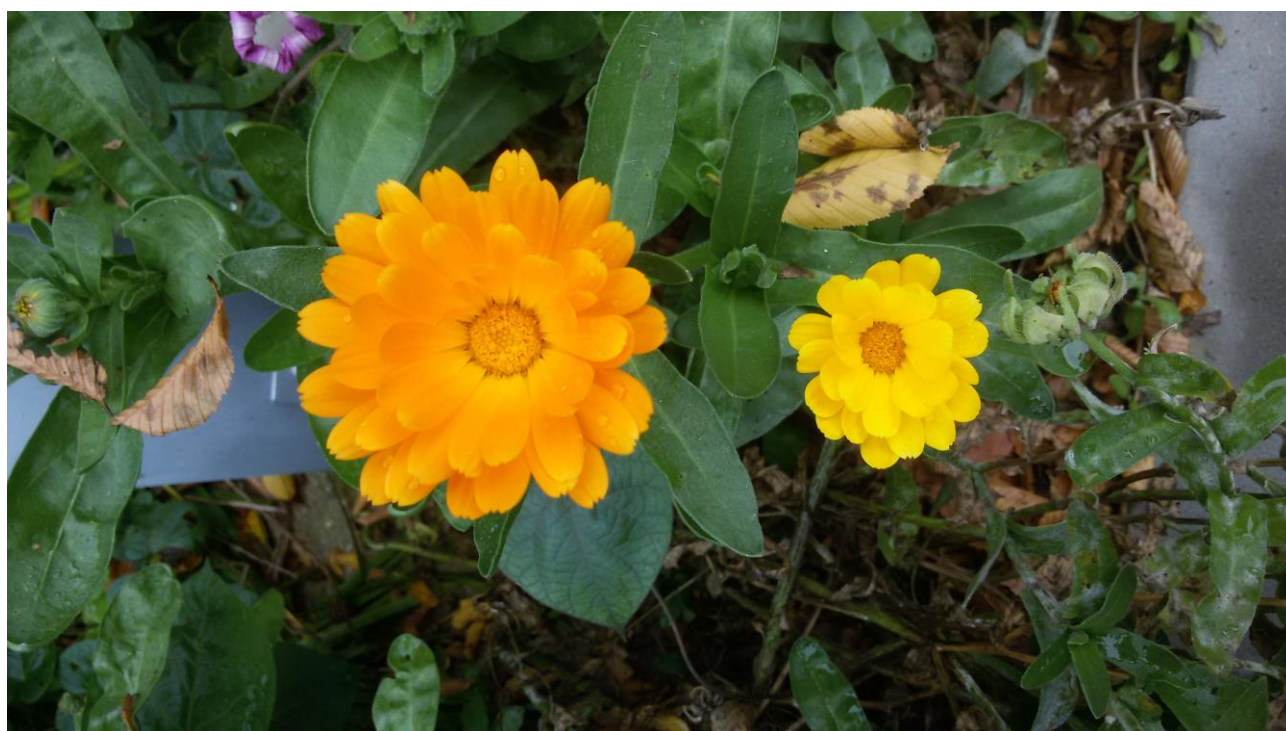
Růže šípkové je keř dosahující délky až 2,5 m. Na větvích jsou ostny a lichozpeřené střídavé listy. Květy má v odstínech od bílé po růžovou (11). Kvete v červnu a červenci. Plody – červené šípky obsahují několik malých, hranatých a hnědých nažek (10,11).

Léčivé rostliny

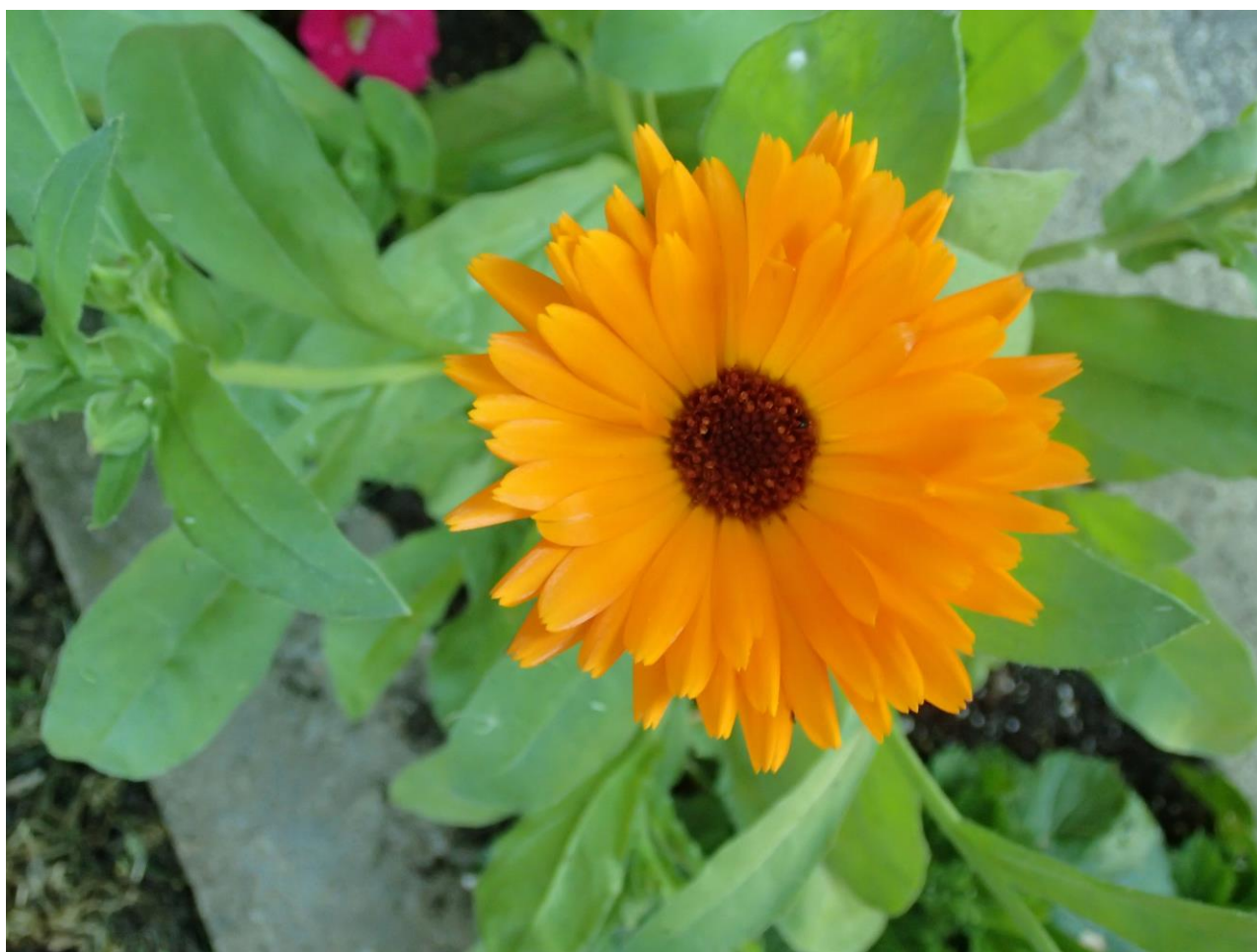
Měsíček lékařský



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Měsíček lékařský

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: hvězdnicovité

Popis rostliny: Měsíček lékařský má protizánětlivé, antivirové a baktericidní účinky. Podporuje funkci jater a využívá se i na nízký tlak a při léčbách astmatu (10).

Měsíček lékařský je jednoletá bylina, která dosahuje výšky kolem 0,5 m. Větvená lodyha je přímá a hranatá, listy celokrajové, střídavé a na okrajích zvlněné. Květy jsou uspořádané v úboru a mají oranžovou až červenou barvu. Kvetou od července až do období mrazu. Plodem jsou nažky (10).

Léčivé rostliny

Kostival lékařský



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Kostival lékařský

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: brutnákovité

Popis rostliny: Kostival lékařský podporuje procesy hojení a regeneraci. Má antitusické a protizánětlivé vlastnosti. Obsahuje slizovité látky, silici a alkaloidy (10).

Kostival lékařský je trvalka dorůstající až 80 cm. Její větvená lodyha je silná, dužnatá a hranatá. Listy jsou přisedlé, kopinaté a tmavozelené. Květy má zvonkovitě válcovité a fialové (mohou být i bílé, modré a růžové dle stádia nakvétání). Kveté od června po září. Plodem jsou čtyři jednosemenné tvrdky (10).

Léčivé rostliny

Bez černý



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Bez černý

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: pižmovkovité

Popis rostliny: Květy bezu černého se využívají při nachlazení, chřipkách a horečce. Plody slouží jako diuretikum a analgetikum. Květy a plody obsahují glykosidy (10).

Bez černý je keř, který dosahuje výšky do 3 - 10 m. Borka je šedohnědá, listy dvou- až čtyřjařmé u báze celokrajové. Květy jsou uspořádané do plochého, bohatého vrcholíku. Tmavě červenofialové až černé plody se šťavnatou peckovicí (s třemi semeny – bezinky) (10,11).

Léčivé rostliny

Fenykl obecný



Léčivé rostliny



Léčivé rostliny



Fenykl obecný

Systematické zařazení:

Třída: vyšší dvouděložné

Čeleď: miříkovité

Popis rostliny: Fenykl obecný se využívá se proti křečím, nadýmání a zlepšuje zažívání. Obsahuje anethol. Rostlina je velmi aromatická (10).

Fenykl obecný je dvouletá až vytrvalá bylina. Oblý stonek je až 1,5 m vysoký. Spodní listy má řapíkaté, horní přisedlé, peřenosečné a podobající se kopru. Květy mají žlutou barvu. Kvete v květnu až září. Plod – dvounažka, je světle hnědá až žlutavě nazelenalá. Plod dozrává po červenci (10).

Použité zdroje literatury:

- (1) JIRÁSEK Václav a František STARÝ. Kapesní atlas léčivých rostlin. SPN. 1986.
- (2) FLETCHER Neil a Jitka ŠTĚPÁNKOVÁ. Divoké květiny: nový kapesní atlas. Praha: Slovart, 2012. ISBN: 978-80-7391-502-5.
- (3) SLAVÍK Bohumil a Jitka ŠTĚPÁNKOVÁ. Květena České republiky: svazek 3. Praha: Academia, 2011. ISBN: 80-200-0256-1.
- (4) STAŇKOVÁ-KRÖHNOVÁ Magdaléna. Bylinky pro děti a maminky: praktické použití léčivých rostlin pro rodiny s dětmi od jara do zimy. Praha: Grada, 2009. ISBN: 978-80-247-2312-9.
- (5) BEISER Rudi a Jitka ŠTĚPÁNKOVÁ. Jedlé rostliny v přírodě: spolehlivý průvodce po více než 750 druzích planých rostlin světa: dokonale ilustrovaný více než 1 700 odborně posouzenými botanickými kresbami, barevnými fotografiemi a mapami. Praha: Knižní klub, 2014. ISBN: 978-80-242-4210-1.
- (6) RUBCOV Valentin Gennadjevič a Karel BENEŠ. Zelená lékárna. Praha: Lidové nakladatelství, 1990. ISBN: 80-7022-004-X.
- (7) HOFMANN Helga a Jirka ŠTĚPÁNKOVÁ. Jedlé bylinky a plody: [naučte se znát a používat nejdůležitější druhy]. Praha: Svojtka, 2013. ISBN: 978-80-256-1059-6.
- (8) LAVELLE Mick a Jitka ŠTĚPÁNKOVÁ. Květiny a rostliny v přírodě: spolehlivý průvodce po více než 750 druzích planých rostlin světa: dokonale ilustrovaný více než 1 700 odborně posouzenými botanickými kresbami, barevnými fotografiemi a mapami. Praha: Fortuna Libri, 2008. ISBN: 978-80-7391-502-5.
- (9) SLAVÍK Bohumil. Květena České republiky, svazek 6. Praha: Academia, 2000. ISBN: 80-200-0306-1.
- (10) NEUGEBAUEROVÁ Jarmila a Věra ŽĎÁRSKÁ. Léčivé rostliny pěstujeme - sbíráme - využíváme: kapesní průvodce zelenou medicínou. Praha: Arista Books, 2015. ISBN: 978-80-87867-21-1.
- (11) HENSEL Wolfgang. Léčivé rostliny: nový průvodce přírodou. Praha: Knižní klub, 2009. ISBN: 978-80-242-2043-7.