



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Reg. č. projektu: CZ.02.2.69/0.0/0.0/16\_015/0002362

Autor: kolektiv autorů pod vedením prof. MUDr. Petra Zacha, CSc. z Ústavu Anatomie 3. LF UK

# ZÁKLADY FYTOTERAPIE

## Příklad řešení úlohy

### Zadání 5

## **Fytoterapie – zadání 5**

**Jaké bude mít účinky čaj ze směsi: Květ černého bezu, Plody šípku, Kořen třapatky, Nať tymiánu?**

Účinky směsi: zvýšení odolnosti vůči nachlazení či zlepšení průběhu probíhajícího nachlazení, kašle, podpora imunitního systému, zlepšení obranyschopnosti organismu, diaforetické (podpora pocení), diuretické

**K čemu čaj lze využít?**

Užití směsi: při nachlazení provázených zvýšenou teplotou a kašlem, při zánětech dutiny ústní a horních cest dýchacích, pomocná čajová směs při zánětech horních či dolních močových cest pro její diuretické účinky

1.10) Kuidas on tavaliselt jaotatud liivikahelkõõk?

(1) tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)

1.11) Kuidas on tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki?

- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)
- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)
- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)
- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)
- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)
- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)
- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)
- tavaliselt väljendatakse tavaliselt jaotatud liivikahelkõõki roosidina (seda tähistatakse tavaliselt HEMA)



## Plody šípku (*Rosa canina fructus*):

- skvělý zdroj vitamínu C, dále obsahuje i vitamín B1, E a P, zvyšuje tak odolnost proti infekcím
- tonikum – vysoký obsah vitamínů způsobuje regenerační účinek, zlepšuje celkový zdravotní stav, užití též při jarní únavě
- diuretikum, užití při zánětech horních či dolních močových cest, mírné laxativum
- působí podpůrně při léčbě žaludečních vředů
- častá složka žlučopudných čajových směsí
- diaforetikum
- na EMA Monografii zatím není



Koňský kopyř (Ficoidium vulgare L.):

- podpůrná látka běžného nacházení, která podporuje tvorbu mléka  
sytičinná při jehně ovlivní (vytvoření, vstříknutí, zánět) tvorbu slzy, slinivky  
břišní



Nať tymiánu (*Thymi vulgaris herba*):

- **užití při produktivním kašli spojeným s nachlazením**
- zvýšení sekrece žaludeční šťávy, užití při zánětech trávicí soustavy, uvolňuje spasmus ve střevech, prostředek proti střevním parazitům, houbovým onemocněním i prvokům
- antibakteriální účinky i na sliznici respiračního traktu, podporuje vylučování sekretů a expektoraci, spasmolytické působení na lumen průdušek a průdušinek, užití tedy při léčbě nachlazení a kašle
- diuretikum, užití při zánětech horních či dolních močových cest
- zevní užití při zánětech kůže, dekubitech a bércoých vředech ve formě obkladů, dále jako kloktadlo při zánětech dutiny ústní – antiseptické působení silice



## Zdroje:

[https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-sambucus-nigra-l-flos-revision-1\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-sambucus-nigra-l-flos-revision-1_en.pdf)

<http://www.sukl.cz/modules/medication/detail.php?kod=0115266>

[https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-echinacea-angustifolia-dc-radix\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-echinacea-angustifolia-dc-radix_en.pdf)

[https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-thymus-vulgaris-l-thymus-zygis-l-herba\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-thymus-vulgaris-l-thymus-zygis-l-herba_en.pdf)

<https://herbar.milota.com/rostlina/bez-cerny-kvet-40g>

<https://herbar.milota.com/rostlina/sipkovy-sipek-oplodi-ciste-100g>

<https://herbar.milota.com/smes/echinacea-tea-50g>

<https://herbar.milota.com/rostlina/tymian-nat-40g>

[https://www.wikiwand.com/en/Sambucus\\_nigra](https://www.wikiwand.com/en/Sambucus_nigra)

<https://herbalapothecaryuk.com/elder-flowers.html>

[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rosa\\_canina\\_\(da\\_Silvio\\_Rossi\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rosa_canina_(da_Silvio_Rossi).jpg)

<https://albrigiinherba.com/officinal-plants/coneflower/echinacea-radix/>

<https://www.phytogenius.com/en/catphytogenics/its-thyme-for-a-change-part-1/>

DITTUS-BÄR, Renate. Bylinková lékárna. Praha: Ottovo nakladatelství, 2011. Babiččin receptář. ISBN 978-80-7360-931-3



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání

