


Badyán, badyaník pravý - účinky na zdraví, nežádoucí vedlejší účinky

Zveřejněno: 18.07.2012 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  Zobrazeno: 4265



Badyaník pravý roste v Číně, Vietnamu, Indii a na Filipínách. Vyskytuje se i v tropických a subtropických oblastech Severní Ameriky. Stálezelený listnatý strom dorůstá do osmimetrové výšky, sklízí se plod, který má tvar osmihvězdice. Patří mezi velmi oblíbené koření, hlavně v jihovýchodní Asii.

Účinky rostliny:

- posílení organismu a rekonvalescence po nemocích
- zlepšení [spánku](#)
- svalové křeče
- nadýmání
- zácpa
- kašel
- revma, revmatismus, revmatoidní artritida
- koliky
- bolesti v [krku](#)

Účinky badyánu na zdraví

- Posiluje organismus.
- Podporuje dobrý spánek.
- Pomáhá při svalových křečích.
- Zmírňuje nadýmání a zácpu.

Působí proti podráždění, a tak se přidává do **sirupů na kašel**. Čaj z badyánu ulevuje od **revmatismu**, pomáhá při **kolikách** a **bolestech** v **krku**. Dokonce se z něho vyrábí i lék tamiflu.

Nežádoucí vedlejší účinky

Nedoporučuje se dávat do čajových směsí pro malé děti. Může u nich způsobit nevolnost.