



## Bukvice lékařská - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 10.07.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 2999



*Bukvice lékařská (latinsky *betonica officinalis*). Vendo la tonica et compra la betonico - zní v překladu nad titulem uvedený slogan, který mě napadne při každé zmínce o této [rostlině](#). Její sláva sahá až do dob římského císaře Augusta, kterému osobní lékař Antonius pomocí bukvice léčil až 47 chorob.*

### Účinky:

V těch dobách se bukvice stala téměř všelékem. V přírodě obdivujeme bukvičičku především pro její [krásu](#). Bohatě vroubkované listy jsou jako vystřižené z učebnice ručních prací. Štíhlý, [vysoký](#) stonek a bohaté, karmínově červené květenství působí na louce velmi dekorativně. Ráda roste ve skupinách na lesních loukách a stráních, kde převyšuje většinu porostu, proto již z dálky upoutá pozornost.

V době květu sbíráme čerstvou zásobu natě s lístky, neboť v lékárnách není tato bylinka k dostání. Mnoho lidí by asi udělalo dobře, kdyby poslouchalo latinské přísloví, neboť bukvice má opravdu všestranné použití a tvoří součást mnoha léčivých [čajů](#). Používáme ji proti **průduškovému astmatu**, to ji můžeme pít i samostatně. Protože blahodárně působí na **dýchací cesty**, přidávám ji do směsí čajů při **suchém kašli** a při **vykašlávání krve (hemoptýza, hemoptoe)**. Proti těmto chorobám se osvědčuje i macerát ve [víně](#) (5 lžic na jeden litr). Bukvice lékařská se využívá také do čajových směsí na **ženské choroby**, při **bolestech v kříži**, **zánětech močových cest**, při **nervových potížích** a **epilepsii**. Oživuje údy **po mrtvici**, pomáhá i při **průjmech** a poruchách trávení. Jak je vidět, bukvice má skutečně široké léčebné uplatnění.

Bylinka nemá žádné nepříznivé účinky, lze ji doporučit jako přísadu i do různých preventivních čajových směsí a bylinkových vín.

### Čajová směs na průduškové astma a proti dušnosti:

- nať bukvice 5 (díů)
- nať popence 5
- nať zeměžluči 4 (díly)
- nať rozrazilu 4
- květ slézu 4
- květ macešky 3
- nať proskurníku 3
- nať řebříčku 3
- květ plicníku 3
- květ podbělu 3

Dvě lžíce směsi zalijeme půl litrem vroucí [vody](#) nebo mléka a necháme vylouhovat 15minut. Procedíme, osladíme podle chuti, nejlépe [medem](#), a pomalu pijeme třikrát denně půl až jednu hodinu po [jídle](#).