

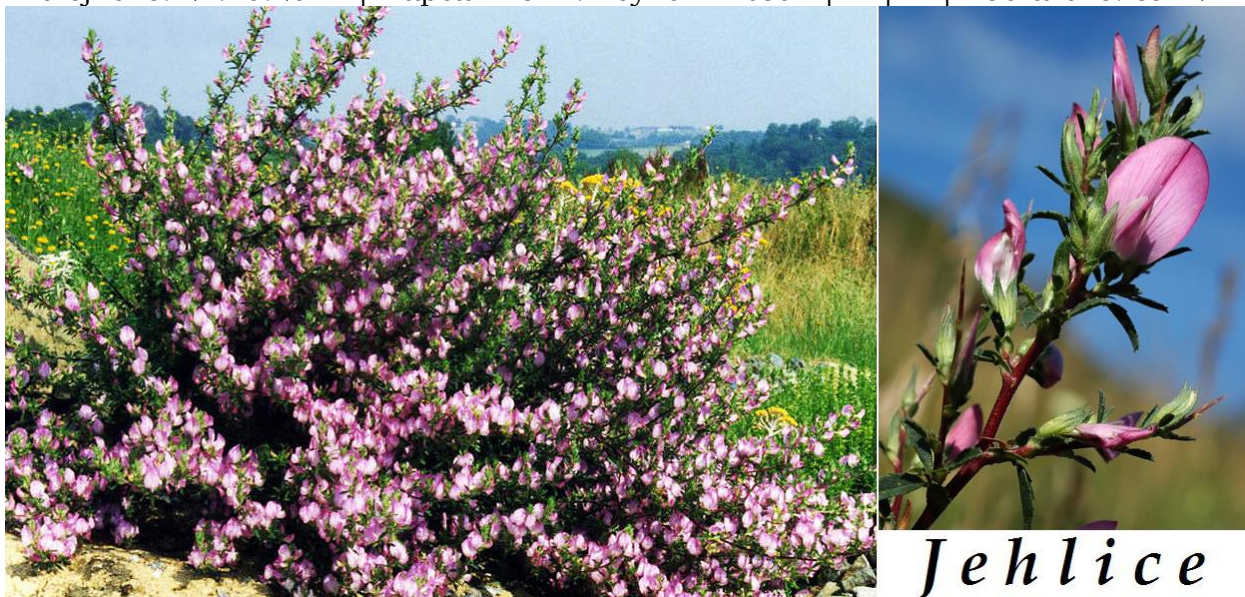


Jehlice trnitá - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 24.10.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 3972



Jehlice

Jehlice trnitá (latinsky ononis spinosa) léčí nemoci močového ústrojí a ledvin, detoxikuje, usnadňuje vykašlávání. Jehlice je víceletý polokeř s dlouhými ostny na větvích. Jehlice je vysoká asi půl metru. Rostlina má rozvětvený, dřevnatý kořen sahající až do hloubky 30 cm. Dolní listy jsou trojčetné, vrchní nedělené, eliptické, jemně pilovité. Květy jsou růžové, velké asi 2,5 cm.

Účinky rostliny:

- nemoci ledvin, nemoci močového systému, močových cest
- detoxikace, čistí krev
- močopudná
- kyselina močová v krvi - vylučování
- ledvinové kameny, ledvinový písek
- močové kameny, močový písek
- dna
- revma, revmatismus, revmatoidní artritida
- lymfa, lymfatické cévy
- metabolismus, látková výměna

Bývají seskupené v řídký hrozen. [Rostlina](#) kvete od června do září, pak květy i listy rychle opadávají.

Používané části:

Sbírá se kořen.

Léčivé vlastnosti, účinky na lidské zdraví:

Jehlice se používá vždy tam, kdy je třeba zvýšit a urychlit **odplavování škodlivin z organismu**. Léčí **ledviny, močový měchýř, močové cesty**. **Odvodňuje, čistí krev (detoxikuje)**, je značně **močopudná**. Zvyšuje vylučování **kyseliny močové**. Pomáhá rozpouštět **močové a ledvinové kameny**, brání jejich vzniku. Užívá se při **dně a revmatismu (revmatoidní artritidě)**, při problémech s **lymfatickými žlázami a látkovou výměnou (metabolismem)**.

Způsob použití:

Z jehlice se snadno **připraví** tinktura. Omytý kořen se ihned nadrtí, namele nebo nastříhá na co nejmenší kousky a zalije se čistým 45% lihem. (Asi 150 g na 1 litr.) Po zhruba 3 týdnech macerování se přefiltruje a užívá v dávce 3x 30 kapek denně. Jako čaj se připravuje formou odvaru (polévková lžíce sušeného kořene na 2-3 dl vody). Pije se 2-3krát denně. Jehlice se dá užívat ve směsích. Jehlice účinkuje poměrně rychle. Užíváme-li ji samostatně, je vhodný 1 týden **léčby** a 1 týden přestávky. Ve směsích ji lze užívat až měsíc, pak týden přestávka.

Kontraindikace:

Není vhodné dlouhodobé užívání, neboť jehlice může z těla vyplavit i zdraví prospěšné látky. Je třeba dbát na pauzy v léčbě. Těhotné a kojící ženy by se měly léčbě jehlicí raději vyhnout.

Rozšíření a výskyt:

Jehlice roste ve střední Evropě i na jihu severní Evropy. U nás ji hojně nalezneme v teplejších oblastech na loukách, slunečných pasekách, mezích a podobně.

Sběr:

V říjnu a listopadu se sbírá kořen. Sběr probíhá v raném odpolední. Při sběru se hodí malý rýček a kožené rukavice, neboť ostny jehlice jsou značně pichlavé a kořen je poměrně hluboko. Je dobré si v létě zapamatovat, kde rostlina roste, neboť koncem října již bývá takřka celá bez listů a špatně se **hledá** a identifikuje.

Možnost záměny:

Jehlici trnitou je možné zaměnit za jehlici rolní, která má méně ostnů a nepříjemně zapáchá. Její užití je však stejné.

Pěstování:

Pro farmaceutické účely se pěstuje jehlice rolní. Její semena lze sehnat na **internetu**, případně lze jehlici pěstovat dělením starých trsů. Jehlice krom hluboké půdy **moc** nepotřebuje. Výhodné jsou mírně písčité půdy, kde kořen roste rychleji. Sbírá se na podzim třetího roku.

Obsahové látky:

Glykosidy, hořčiny, třísloviny, éterický [olej](#), pryskyřice, škrob, saponiny, fytosterol a další.

Poznámky:

Na [fotografii](#) je jehlice v době sběru, koncem října. Tehdy je na rostlině jen málo listů. Rozlišovacím znakem jsou až 2 cm dlouhé trny na všech větévkách.