



## Jitrocel kopinatý - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 11.05.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 12243



*Jitrocel se kdysi nazýval králem cest a již v dávných dobách rostl k užitku lidí. V rukopise z 11. století se zachovala anglosaská óda, která opěvuje devět rostlin a jitrocel oslovuje takto: „I ty, jitroceli, matko rostlin, otevřená k východu, mocná v nitru, přes tebe hrkotají vody, přes tebe jezdí ženy, přes tebe jezdí ženiši, nad tebou odfukují býčkové.*

Účinky rostliny:

- čistí krev
- detoxikace krev, plic, žaludku
- bronchitida
- astma

- žlučnickové kameny
- krvácející [rána](#)
- struma, vole
- špatně se hojící rány
- kousnutí od zvířete, poranění zvířetem
- bércové vředy
- trombóza, ucpání žil, žíly
- kašel

Všem jsi vzdoroval a stavěl jsi se jim na odpor. Tak odporuj i jedu, nákaze a zlu, které přicházejí do kraje. “ Dnes je tomu tak, jako bylo kdysi. Zlo prochází krajinami a my potřebujeme léčivé rostliny jako je jitrocel, který vychvalují ve všech „bylinkářích“, aby tomuto zlu vzdorovaly. Jeho příbuzný **jitrocel větší** (*Plantago major*) za ním nijak nezaostává a užívá se stejně. Oba lze najít na polních a lučních cestách a chodnicích, v příkopech a na ladem ležící půdě, prakticky na celém světě.

Jitrocel se na prvním místě užívá při všech [onemocněních](#) dýchacích orgánů, zvláště při silném zahlenění, kašli, černém kašli, plicním astmatu, ba dokonce i při tuberkulóze plic. Švýcarský farář Kunzle, samorostlý přírodní léčitel a znalec velké léčivé síly našich rostlin, píše: „Použit možno celý jitrocel, všechny jeho druhy a to kořeny, listy, květy i semena. **Krev, plíce a žaludek pročišťuje tak, jako žádná rostlina.** Proto je důležitý pro ty lidi, kteří mají špatnou krev nebo málo krve, slabé plíce a ledviny, bledý vzhled, kteří dostávají vyrážky a lišeje, kteří pokašlávají, chraptí, zůstávají hubení jako koza i tehdy, když je ponoříme do másla. Na nohy postaví slaboučké děti, které se opoždí i při dobré [stravě](#).“ Já rovněž pomohla mnohým směsí jitrocele a mateřídoušky (smíšeno stejným dílem) při bronchiálním astmatu. Takový čajový nálev možno vřele doporučit i při onemocnění jater a měchýře. **Při bronchitidě, bronchiálním astmatu se výborně osvědčuje čaj**, připravený následujícím způsobem: do šálku studené vody přidáme kolečko citrónu (byl-li něčím stříkaný, tak bez slupky) a jednu vrchovatou kávovou lžičku kandysového cukru, potom vše přivedeme do varu a necháme čtyřikrát až pětkrát vzkypět. Odstavíme a až potom přidáme jednu vrchovatou kávovou lžičku čajové směsi. Necháme vyluhovat půl minuty. V těžkých případech se musí [připravit](#) čerstvý čaj čtyřikrát až pětkrát denně. Pije se po doušcích tak horký, jak jen sneseme.

Ve starých „bylinářích“ se dočítáme, že semeno jitrocele působí proti tvorbě kaménků (pozn. myšleno **žlučové kameny**), užíváme-li denně 8 gramů. Sirup z jitrocele **čistí krev** od všech nečistot a chorobných látek. Správně bychom jej měli používat stále a brát denně před každým jídlem jednu polévkovou lžici (děti jen čajovou lžičku).



Venkovští lidé vědí, že jitrocel je od nepaměti oblíbeným léčivým prostředkem na **rány**. Jeden sedlák se při práci na poli poranil jakýmsi nástrojem. K mému překvapení si nasbíral **čerstvé listy jitrocele, rozmačkal je a položil na ránu**. Přesto, že listy nebyly umyté, rána se nezanítla. Rozmačkané čerstvé listy pomáhají při řezných i trzných ranách, při bodnutí vosy, ba i při pokousání psem, jedovatým hadem, či jiným zvířetem. V posledních případech jen jako [pomoc](#) v nouzi, není-li po ruce lékař. V jednom starém bylináři se píše: „*Když ropuchu kousne pavouk, spěchá k jitroceli. Ten jí pomůže*“. Čerstvé listy, rozmačkané rukama a smíšené se solí přiložené na krk léčí **vole (strumu na krku)**. Vložíme-li list jitrocele do obuvi, pomáhá odstraňovat **puchýře**, způsobené chůzí. Každá seborší opuchlina zmizí, když se ošetřuje **čerstvými, rozmačkanými listy jitrocele**. Listy také pomáhají léčit zhoubná onemocnění žláz, přiložíme-li je na příslušné místo. V tomto případě je však dobré používat ještě čerstvou majoránku v olivovém oleji (v nouzi lze použít i sušenou). Lahvička se naplní majoránkou, zaleje olivovým olejem a nechá 10 dní stát na teplém místě. Nemocné žlázy natřeme majoránkovým olejem, pak přiložíme rozdrcené listy jitrocele a vše zavážeme ručníkem. Zlepšení se dostaví během krátké doby.

Při jedné přednášce v Linci jsem poukázala na to, že rozdrcené listy jitrocele **vyléčí každou ránu, i když by byla 10 roků stará**. Když jsem po pěti měsících znovu přednášela v Linci, přihlásila se ke slovu jedna žena: „Svého času jsem pochybovala o vašem tvrzení, že listy jitrocele vyhojí každou ránu, i kdyby byla jakkoliv stará. Moje sousedka měla už 17 let **bércové vředy** a už dávno nemohla

vycházet z domu. Hned na druhý den jsem jí přinesla listy jitrocele a položila je podle vašeho návodu na její rány. Musím svou pochybnost odvolat, k překvapení nás všech se rána rychle zahojila a za posledních pět měsíců se již neotevřela. “ Jiný příklad: Těžkému válečnému invalidovi s protézou na jedné noze se při dlouhotrvajících letních vedrech otevřely **rány na amputované noze**. Ty se nevyhojily mastmi, ozařováním, ani injekcemi. Když si však rány obložil jitrocelem, velmi rychle se zahojily a on mohl opět pokračovat ve své obvyklé práci. Sama jsem si jednou pomohla čerstvou šťávou z jitrocele. Před léty mě moje jednoleté vnouče, které jsem chovala v náručí, z rozpustilosti **kouslo do tváře**, nad koutkem úst. Zraněné místo mne bolelo několik dní a občas jsem je potřela esencí z jitrocele. Obávala jsem se však, že rána může jednoho dne nebezpečně ztvrdnout. Koncem dubna jsem ses mužem účastnila konference ve Freistadtu. V jedné chvíli jsem pocítila, že na **pokousaném místě mám ztvrdlou uzlinu velikosti hrachu**, která vznikla přes noc. Hned jsem si donesla z louky hrst listů jitrocele, rozmělnila jsem je mezi palcem a ukazováčkem a tím si bolavé místo během dne navlhčovala. Večer jsem zatvrdlinu nahmatala už jen slabě, druhý den, k naší radosti, úplně zmizela. Není tedy nijak přehnané, když farář Kneipp ve svých spisech tvrdí, že na každou nemoc roste určitá bylina. Čím hlouběji vnikám do léčebných metod s léčivými rostlinami, tím větší zázraky prožívám. Velké množství lidí každým rokem umírá za obrovských **bolestí** na rakovinové nádory, ačkoliv na vyléčení je možné použít léčivky. Mohli bychom být všichni o mnoho zdravější a měli bychom větší radost ze života, kdybychom měli více porozumění pro naše léčivé rostliny, které vidíme na každém kroku. V očích nevědoucích je to však všechno plevel. **Začněte** se zajímat o léčivé rostliny a pomalu se zbavíte všech těžkostí. Tyto moje řádky by měly dát odvalu a útěchu všem starým lidem, kteří mnoho let trpí na **bércové vředy**. Také jejich nohy se rychle zahojí, když si na ně přiloží jitrocelové listy. Věk při tom nehraje žádnou roli. A když nemoc provázejí silné opuchliny, potom se nohy koupou ve studeném výluhu slezu nebo v odvaru z přesličky. Okraje ran se po koupeli potřou mastí z měsíčku zahradního.

Vřele doporučuji jitrocel i při **žilní trombóze**. Uvedené příklady jasně hovoří: Na boží lékárnu se možno spolehnout i tehdy, když se lékaři pacienta již vzdali.

### **Způsoby užívání jitrocele kopinatého**

**Čajový nálev:** 1 vrchovatou čajovou lžičku listů na 1/4 litru vody, jen spaříme a krátce necháme vyluhovat.

**Čajová směs:** Jednu čajovou lžičku vrchovatě naplněnou směsí jitrocele a mateřídoušky (rovné díly) spaříme v 1/4 litru vody.

**Obklady z listů:** Čerstvé listy jitrocele kopinatého nebo většího umyjeme, na desce válečkem na nudle rozválíme na kaši a přiložíme na nemocné místo.

**Jitrocelový sirup:** [Jitrocelový sirup - recept, postup, návod na výrobu](#)

**Zdroj:** [Maria Treben, Zdraví z boží lékárny](#)