



## Konopí - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 23.10.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |   | Zobrazeno: 5501



*Konopí seté (latinsky cannabis sativa) tlumí bolest, kašel, pomáhá při roztroušené skleróze, zeleném zákalu. Konopí je jednoletá statná rostlina s lodyhou vysokou až pět metrů. Lodyha je houževnatá, vláknitá, přímá, někdy nedělená. Listy jsou velké až 15 cm, většinou střídavé s 5-9 dlanitě sečnými čepelmi. Konopí je dvoudomá rostlina, kvete uprostřed léta.*

### Účinky rostliny:

- různé bolesti
- nespavost, potíže s usínáním, noční buzení
- nechutenství
- žaludeční potíže
- roztroušená skleróza mozkomíšní
- Parkinsonova nemoc, choroba
- zelený zákal
- prevence kardiovaskulárních nemocí (nemocí srdce a cév)
- chrání sliznice
- revma, revmatoidní artritida, revmatické bolesti
- lupénka, psoriáza
- bolesti kloubů a svalů
- opruzeniny
- ekzémy
- opar obličeje a pásový opar (herpes simplex a herpes zoster)

Květy se vyskytují pouze na samčích jedincích a tvoří vrcholičnaté laty. Semena - hladké nažky se objevují na samičích rostlinách koncem léta a na začátku podzimu. Rostlina je silně aromatická.

### Používané části:

Rostlina se dá použít víceméně celá, krcrn kořenů a lodyhy.

### Léčivé vlastnosti:

Konopí (jeho různé poddruhy) bylo od pradávna užíváno jak k léčení, tak k dosažení extatických stavů. Kléčení se používá jak nať (převážně ze samičích rostlin), tak samčí květy a semena. V první řadě konopí (nať) **tlumí nejrůznější bolesti**. Pomáhá při **žaludečních problémech**, **zvyšuje chuť k jídlu** a má celkový **tlumivý účinek**, který se dá využít při **poruchách usínání a nočním buzení**.

Konopí dále **tlumí křeče a napětí ve svalech**, čehož se užívá při **Parkinsonově chorobě a roztroušené skleróze mozkomíšní (RS)**. V neposlední řadě je konopí dobrým lékem **zeleného zákalu**. Semeno a výrobky z něj pomáhají při **prevenci kardiovaskulárních onemocnění, chrání sliznice, pomáhá při revmatu (revmatoidní artritidě)**. **Zvyšuje tvorbu mateřského mléka**.

Samčí květy jsou výborné na výrobu mastí. Konopné masti pomáhají při **lupénce, bolestech kloubů i svalů, při revmatických bolestech, proti opruzeninám, ekzémům, oparům** atd.

### Způsob použití:

**Léčba** konopím je z obecně známých důvodů poněkud problematická. Na úvod lze říci, že semena a květy (všech rostlin konopí) prakticky neobsahují žádné psychoaktivní látky. Ze semen je na trhu celá řada výrobků. Pro domácí léčení stačí brát **denně 3 kávové lžičky nadrcených semen**. Semena nedrtíme "do zásoby", neboť rychle žluknou a ztrácejí na síle. Ze samčích květů lze dělat odvar a pít tři šálky denně.

Z vrchních větviček (palic) lze dělat odvar a pít tři šálky denně, případně podle potřeby (před spaním, po **jídlu** atd.). Z vršků samičích rostlin lze též dělat tinkturu a dávkovat ji obvyklým způsobem 3x 30 kapek denně. Konopí je vynikající do mastí. Z květů i vršků lze dělat masti na revma (v tom případě dáme do masti i kafr) nebo na lupénku (v tom případě jsou vhodné masti v sádle bez jakýchkoliv dalších přidaných látek). Skvělá na jakékoliv problémy s klouby, svaly, šlachami atd. je mast ze směsi kostivalové (2 díly) a konopné (1 díl) masti a kafru.

### Kontraindikace:

Konopí, které má minimální psychoaktivní účinky, žádnou kontraindikaci nemá. U psychoaktivních rostlin je samozřejmě (při léčbě) hlavním problémem jejich obsah THC. Semena a květy lze upotřebit bez omezení.

### Použití v kosmetice:

Z konopí se dělá celá řada mastí. Jsou vhodné na opruzeniny pro kojence, na určitý druh lupénky, na ekzémy atd.

### **Použití v kuchyni:**

O použití konopí v [kuchyni](#) existuje celá řada knih, v drtivé většině se však jedná o psychoaktivní konopí.

### **Rozšíření a výskyt:**

Domovem konopí je patrně Přední Asie a teplé oblasti tohoto kontinentu. U nás se planě vyskytuje konopí rumištní a v teplých oblastech jižní Moravy různé druhy již planě rostoucích rostlin podél cest, kolem vinohradů, na krajích polí.

### **Sběr:**

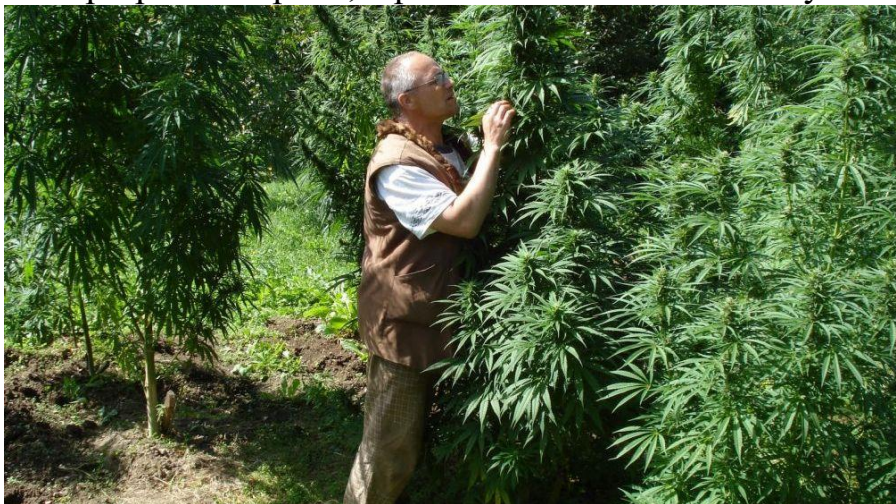
Sběr samčích květů provádíme v červenci. Nejlepší je čerstvé květy rovnou zpracovat na mast či tinkturu. Samičí rostliny se sklízají po dozrání semen, většinou v září. Sušíse větvíčky zavěšené "hlavou dolů". Rostlina se sbírá za suchých dnů těsně před polednem.

### **Možnost záměny:**

Konopí je téměř nezaměnitelná rostlina s typickými listy a vůní.

### **Pěstování:**

Semena se dají volně koupit na internetu. Rostlina má ráda slunné stanoviště, lehčí propustnou půdu, v počátku růstu dostatek vláhy.



### **Obsahové látky:**

Konopí obsahuje asi tisíc různých sloučenin. Hlavní jsou cannabioly, dále minerální látky, slizy, organické kyseliny, flavonoidy, stopové prvky ajiné.

### **Zajímavosti:**

O konopí již byly napsány celé knihovny. Např. Skythové používali rozpálená semena v parních [lázních](#) při léčení rýmy a na ochranu sliznic. Z konopí se též dělá řada průmyslových výrobků, včetně lan a izolací.

**Poznámky:**

Zcela bez problémů lze u nás pěstovat jen rostliny, která pocházejí ze semen, jež mají certifikát o nízkém (takřka nulovém) obsahu THC rostlin, ze kterých pocházejí.