



Kuklík městský - účinky, co léčí, použití, užívání, využití pro zdraví

Zveřejněno: 19.04.2015 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 2414



*Kuklík městský (latinsky *geum urbanum*) patří do čeledi růžovité, je **vysoký** 30-100 cm, kvete v květnu až říjnu. Je to vytrvalá **bylina**. Chlupatá, aromatický kořen, lodyha přímá. Listy vytrvalé přízemní růžice s 1—5 páry postranních lístků a velkým oblým vrcholovým lístkem. Lodyžní lístky trojčetné, výrazně pilovité, zašpičatělé, s velkými palisty.*

Účinky rostliny:

- desinfekce úst
- **zánět** dásní, sliznic
- bolesti v krku
- problémy s trávením, přecitlivělé střevo
- průjmy
- **detoxikace** organismu - odstranění pesticidů z organismu
- zánět kůže
- zánět různých sliznic v organismu

Jednotlivé žluté květy s 5 okvětními lístky, 5 zelenými kališními lístky v mezerách, dlouze řapíkaté, menší než 1 cm. Lepivá kulovitá souplodí nažek.

Výskyt a rozšíření:

Častý. Lesy, okraje lesů, meze, křoví, zídky, staré zdivo.

Záměna:

Řepík lékařský (*agrimonia eupatoria*). Všechny listy nepárově zpeřené, rub hustě plstnaté chlupatý, dlouhá klasovitá květenství s mnoha žlutými květy přisedlými k lodyze.

Kuklík pro každého

Kuklík obsahuje ve svém éterickém **oleji** eugenol, stejně jako karafiát. Eugenol se v **zubní medicíně využívá k dezinfekci**. Kořeny kuldíku se dříve sušily a poté mělnily na prášek. Byly náhradou hřebíčku, často neuvěřitelně drahého koření z tropických krajů. Jako léčivá a koření rostlina se kuklík brzy s oblibou pěstoval v klášterních zahradách. Dnes ho najdeme skoro na každé mezi.

Zmírňuje záněty

Kuklík svým éterickým olejem a obsahem tříslovin **brzdí vznik zánětů kůže a sliznice**. Pomáhá, když **bolí v krku**, když se **zanítí dásně** nebo když dojde k **poruchám trávení nebo k průjmu**. Brzy na jaře si natrhejte mladé listy a připravte si z nich **čaj**. 1 list zalijte 250 ml horké vody a nechejte táhnout 5 minut. Tento čaj má jemně kořenité aroma. **Zlepšuje náladu, posiluje choulostivé střevo a uklidňuje podrážděnou sliznici**. Čaj a tinktura z kořene pomáhají i při **odstraňování pesticidů a škodlivin z těla**.

Zdroj klidu

Botanický název Geum v sobě skrývá výraz Ge, což znamená **země**. Kuklík vyrůstá všude, kde je třeba jen nepatrné množství hlíny. Dokonce i mezi městskou dlažbou. Někteří ho proto považují za plevel. Protože rád roste poblíž lidských aglomerací, jmenuje se urbanum — městský. Možná tam vyrůstá i proto, aby vnesl trochu klidu do rušných měst. Uklidňuje totiž nervy a svým půvabem lahodí **oku**.

Dubnový nápoj lásky

Podpořte svou radost z příchodu jara speciálním **vínem**. V dubnu je aroma kuklíku nejlepší. Vykopejte mladé kořeny, nakrájejte je a vložte na 2-3 hodiny do bílého vína. Kdo má rád výraznější chuť, ten je **může** nechat ve víně louhovat i 2-3 dny. Toto víno rozohní k lásce a probudí srdce, což věděla už Hildegarda z Bingenu. Kdo ví, možná proto získal kořen kuklíku pověst kořene mužné síly?