



## Medvědice léčivá - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 28.11.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 1588



*Medvědice léčivá, latinsky arctostaphylos uva-ursi léčí záněty močového ústrojí, dezinfikuje ledviny, detoxikuje. Medvědice je stále zelený, poléhavý, bohatě větvený keřík podobný brusince. Listy jsou tuhé, oválné, kožovité, dlouhé 1-3 cm. Květy jsou bílé až růžové, uspořádané v koncových hroznech.*

### Účinky rostliny:

- protizánětlivé účinky, antiseptické působení
- zánět močových cest
- zánět močového měchýře
- nemoci trávicího traktu
- nemoci ledvin
- kyselina močová - vylučuje z organismu

Medvědice kvete od května do srpna. Plodem je červená bobule o průměru 6-8 mm. Plody dozrávají koncem léta a na podzim.

### Používané části:

Pro bylinářské účely se sbírá list. Plody se sbírají pouze jako poživatina.

### Léčivé vlastnosti:

Medvědice se užívá pro své silné **antiseptické a protizánětlivé působení**. Užívá se při **zánětech močových cest**, akutním **zánětu močového měchýře**, **infekci močového ústrojí**. Léčivý účinek se též projeví v **trávicím ústrojí** a ledvinách. Medvědice též zbavuje organismus **kyseliny močové** a jiných odpadních látek. Léčivé účinky medvědice se plně rozvinou pouze v **alkalickém prostředí**, tedy v případě, že **pacient** nemá kyselou moč.

### **Způsob použití:**

Čaj z listí se připravuje formou bylinářského čaje v [množství](#) 2 kávové lžičky na 3 dl vody. Užívá se 3-5x denně. Rozemletý list je možné připravovat i jako nálev, doba vyluhování je alespoň půl hodiny. Z listí je možné dělat i tinkturu, která se dávkuje 3x denně 1 kávová lžička.

### **Kontraindikace:**

Medvědice je při delším užívání mírně toxická. Ve [vysokých](#) dávkách může způsobit nevolnost. Děti a těhotné a kojící ženy by raději neměly tuto drogu užívat. Uvádí se, že v průběhu [léčby](#) může dojít kzácpě. Vtom případě je dobrěji kombinovat s mírně projímavými bylinami.

### **Použití v kuchyni:**

V kuchyni se užívají zásadně plody. Chutnají však trpce a kyselé. Nemají žádný léčivý efekt a jde spíše o zpestření trampské [kuchyně](#). Lze z nich dělat marmeládu, použít místo citronu k dechucení jídel, případně se z nich dá dělat šťáva: bobule se rozmačkají, svaří s vodou a přidá se cukr dle [chuti](#). Na tomto místě je třeba dodat, že medvědice je zcela chráněná jak u nás, tak na Slovensku. Ovšem v severní Evropě či Asii je hojná a volně kmání.

### **Rozšíření a výskyt:**

Medvědice se vyskytuje hlavně na severu Evropy a v horách v severní Asii i Severní Americe. Má ráda vřesoviště, kamenité stráně, mokřady. U nás je poměrně vzácná, vyskytuje se pouze v pcdhorských oblastech na severu cech a Moravy.

### **Sběr:**

Stále zelené listí se sbírá po celý rok, kolem poledne.

### **Možnost záměny:**

Medvědice je podobná u nás hojnější brusince, klikvě žoravině, která roste převážně na rašeliništích. Medvědice se od brusinky liší tím, že má spodní stranu listů jasněji žilkovanou a postrádají tečkování.

### **Pěstování:**

Malé keříčky medvědice lze tu a tam zakoupit v dobrých zahradnictvích. Lze ji pěstovat na skalce, na slunném, před větrem chráněném stanovišti. Je dobré ji pěstovat v lehčí hlíně přinesené z jehličnatých lesů. Vyžaduje hurnusovitou, nevápennou půdu. Jakmile se jednou rozroste, je nenáročná na zálivku i [péči](#).

### **Látky obsažené v medvědici:**

Glykosidy, trísloviny, silice, organické kyseliny, flavonoidy, minerální látky.

**Zajímavosti:**

Severoameričtí indiáni hojně užívali medvědicí jak k léčení, tak jako příměs do dýmkových směsí.