



Pelyněk brotan - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 28.10.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 2853



P e l y n ě k b r o t a n

Brotan (pelyněk brotan) latinsky artemisia arbotanum léčí problémy žlučníku a žaludku, antiseptikum, antiparazitikum. Je to asi 70-100 cm vysoký vytrvalý dřevnatý keř. Z kořene vyhání více lodyh. Listy má krátce řapíkaté, jednou až třikrát peřenošéčné, ochmýřené. Mají šedozelenou barvu. Polokulovité květní úbory, podobné malým terčíkům, jsou složeny z trubkovitých květů. Kveté v červenci a srpnu žlutozelenými květy.

Účinky rostliny:

- problémy s trávením
- podpora tvorby žluči
- [záněty](#) trávicího ústrojí
- antiseptikum (desinfekce) trávicího ústrojí
- úprava menstruačního cyklu
- afrodisiakum
- účinkuje proti parazitům
- ekzémy
- lupénka

Celá rostlina je silně aromatická.

Používané části:

Nat' a někdy i semena.

Léčivé vlastnosti:

Vnitřně brotan slouží především při problémech s **trávením, tvorbou žluči a zánětech v trávicím ústrojí**. Působí jako **antiseptikum zažívacího ústrojí** (obdoba např. Endiaronu) a lze jej použít i proti **střevním parazitům**. Lze též užívat i k **úpravě menstruačního cyklu**. Je

považován také za slabé **afrodiziakum**.

Vnější užití slouží k léčbě **ekzémů a lupénky** a špatně se hojících ran.

Způsob použití:

Z brotanu se dělá tinktura, kterou lze dobře kombinovat s jinými žaludečními a žlučnickými tinkturami (pelyněk pravý, nátržník, routa ...). Podává se v dávkování 3x denně 20 až 30 kapek před jídlem. Další vhodnou formou je nálev. Pro vnější užití připravujeme formu odvaru. Vhodný je i brotanový [olej](#) (brotan vyluhovaný v jedlém oleji na slunci), kterým lze potírat ekzémy, zanícené ranky atd.

Kontraindikace:

Brotan není nijak toxický, některým lidem však vadí jeho vůně a chuť. Brotan by neměli užívat lidé s těžce poškozenými ledvinami.

Použití v kosmetice:

Brotan lze používat k mytí vlasů. Dále se užívá i jako posilující koupel na prokrvení [pokožky](#) a proti plísňovým [onemocněním](#). Půl kila čerstvé byliny spaříme 2l vody. Necháme pod pokličkou asi půl hodiny vyluhovat a pak přidáme do teplé vanové [lázně](#). Provádíme maximálně 2x týdně.

Použití v kuchyni:

Brotan se dá v malém množství použít do různých čalamád a sterilovaných hub a [zeleniny](#). Někomu bude chutnat i pod maso nebo jako koření na ryby.

Rozšíření a výskyt:

Jeho domovinou je patrně Přední Asie a jižní Evropa. Dnes se pěstuje takřka všude na světě.

Sběr:

Sbírá se především nať, (první sklizeň v červenci), která se odřízne v [místech](#), kde končí dřevnatý stonek. Během roku lze bylinu sklízet i dvakrát. Občas se sbírá i semeno. Sušíse ve stínu, aby nevybledla barva natě.

Možnost záměny:

Brotan je pěstovaná [bylina](#), kterou lze zaměnit pouze s jinými druhy pelyňku.

Pěstování:

V dobrých zahradnictvích se dají koupit malé sazeničky brotanu. [Rostlina](#) vyžaduje slunné stanoviště a dobře propustnou půdu. Dá se množit řízkem, které v létě uřízneme, dáme do [vody](#) zakořenit a pak přesadíme do půdy. Bylinu bychom měli pravidelně sestříhávat.

Zajímavosti:

Brotan ve středověku užívali křižáci k "zažehnání moru". Sušená nať odpuzuje hmyz.