



Pet'our - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 29.10.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |   | Zobrazeno: 1955



*Pet'our
maloúborný*

Pet'our maloúborný (latinsky galinsoga parviflora) léčí kožní choroby, čistí krev, celkově posiluje, zvyšuje tvorbu mateřského mléka. Je to jednoletá rostlina, vysoká kolem 40 cm. Má hustou síť kořenů. Lodyhu má vzpřímenou, mohutně větvenou, téměř lysou. Listy jsou vstřícné, slabě chlupaté, vejčité zašpičatělé s rýhovaným řapíkem.

Účinky rostliny:

- zlepšení metabolismu (látkové výměny)
- čistí krev - detoxikace
- kožní nemoci
- virózy, chřipky
- posílení obranyschopnosti, imunity
- horečka - antipyretikum
- protizánětlivý účinek
- vysoký krevní tlak, hypertenze - snižuje tlak krve
- laktace - podpora tvorby mateřského mléka
- celkové posílení organismu, rekonvalescence po [nemocích](#)
- vyrážky
- ekzémy
- lupénka
- bércové vředy

TIP ZBYŇKA MLČOCHA: Pet'our by neměly užívat ženy v době těhotenství. Pet'our mohou užívat kojící ženy. Bylina posiluje laktaci (tvorbu mateřského mléka). V době kojení neškodí matce ani kojenci.

Úbory má velmi četné (v průměru asi 4 mm), každý z nich se skládá z několika drobných květů. Úbory jsou uspořádány ve vidlanech. Korunní plátky jsou bílé. Plodem jsou drobné nažky. Rostlina kvete od jara do pozdního podzimu.

Používané části:

Sbírá se kvetoucí nať.

Léčivé vlastnosti:

Peřour je univerzální [bylina](#). Používá se zejména ke zlepšení látkové výměny (metabolismu), čištění krve (detoxikace) a u kožních chorob. Bylinu lze užívat při virózách a chřipkách jako mírný imunostimulant (posiluje [imunitu](#)), antipyretikum (proti horečce) a lék proti [zánětům](#). Droga (=bylina) dále snižuje krevní [tlak](#) a podporuje tvorbu mateřského mléka. Peřour lze užívat na celkové posílení organismu i na podporu činnosti jednotlivých orgánů. Zevně se používá k omývání nejrůznějších vyrážek, ekzémů, lupénky, bércových vředů a podobně.

Způsob použití:

Z byliny lze vyrobit tinkturu, kterou dávkujeme 3x 30 kapek denně. Pokud ji připravujeme jako [čaj](#), dáváme přednost odvaru. Hodí se i do směsí, nemá však příliš lahodnou [chuť](#). Vzhledem k tomu, že peřouru je všude plno, lze z něj připravovat šťávu. Tu je možné míchat např. se šťávou mrkvovou, z červené řepy, libečku atd.

Kontraindikace:

Peřour nemá vedlejší účinky ani žádné kontraindikace. **Těhotné ženy** by se však měly vyhnout jak dlouhodobému užívání rostliny, tak velkým jednorázovým dávkám.

Použití v kuchyni:

V [kuchyni](#) se používají mladé listy a výhonky. Dají se vařit jako špenát, používají se jako součást zeleninových salátů, lze je užít i jako přílohu.

Rozšíření a výskyt:

Peřour je původně ze Severní Ameriky. Posledních skoro 200 let se však po celé zeměkouli šíří jako úspěšný plevel. U nás jej najdeme skoro na každé zahrádce, podél cest, ve škarpách, na polích, rumišťích a podobně.

Sběr:

Po celou dobu vegetace se přes den sbírá kvetoucí nat'.

Možnost záměny:

Peřour maloúborný lze zaměnit patrně i s jinými bylinami, zvláště pak peřourem srstnatým, který vypadá podobně, je však chlupatější. Tato záměna nevádí, neboť se oba používají stejně. Peřour má charakteristický pach.

Pěstování:

Jedná se úporný plevel, který se rychle šíří po celém světě, neboť nemá přirozených nepřátel, navíc semena dozrávají i po vytržení [rostliny](#) a ta snadno znovu zakoření.

Látky obsažené v peřouře:

Flavonoidy, pryskyřice, silice, saponiny, vitamin C a další.

Zajímavosti:

Pet'our je stará indiánská léčivka.

Poznámky:

Při parodontóze se doporučuje žvýkat čerstvou rostlinu.