



Přeslička rolní - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 23.05.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 24786



Přeslička rolní

Přeslička rolní (latinsky *equisetum arvense*)- tato rostlina má široko rozložený a hluboko rostoucí oddenek. Počátkem jara z něho vyrážejí hnědě zbarvené plodné lodyhy, nesoucí spory. Teprve později se objevují zelené, až 40 cm vysoké přeslenovitě větvené jalové lodyhy, podobající se malým symetricky stavěným jedličkám. Přesličku lze nalézt na oraništích, náspech dopravních cest a na svazích.

Účinky rostliny:

- nemoci ledvin
- krvácení různé příčiny
- zvracení krve
- ledvinové kameny a písek
- [zánět](#) kostní dřeně
- revma, revmatoidní artritida, revmatismus
- dna
- nervové bolesti
- prochlazení močových cest s bolestmi
- zástava močení - anurie
- perikarditida, voda v osrdečníku
- pleuritida, zánětlivý výpotek pohrudnice
- nemoci ledvin po spále
- zánět ledvinové pánvičky

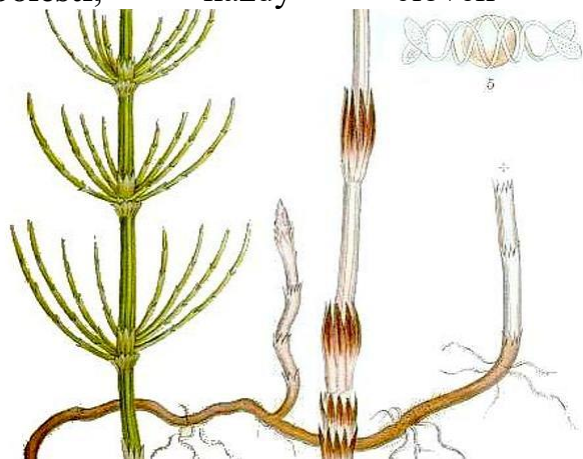
- hnisání ledvinové pánvičky
- těžký porod
- poruchy zraku
- vyrážky kůže a ekzémy
- zánět nehtu, zánět nehtového lůžka
- bércové vředy
- hnisající rány
- některé druhy rakoviny
- ostruha paty
- fistule
- vyrážky po holení
- tuberkulóza [kůže](#)
- hemoroidy, zlatá žíla, hemeroidy s bolestmi
- krvácení z nosu (epistaxe)
- krvácení dělohy
- krvácení žaludku (např. při žaludečních vředech)
- ateroskleróza, arterioskleróza, kornatění tepen
- prevence rakoviny
- poruchy paměti
- lupy
- noční pomočování (enuréza)
- zánět mandlí
- záněty dutiny ústní
- těžké záněty zubů s hnilobným zápachem
- polypy patra a [krku](#)
- gynekologické záněty s výtoky
- celková slabost při tuberkulóze (TBC)
- polypy střev, konečníku
- křeče žaludku
- žlučníkový záchvat
- výrůstek paty
- bolesti páteře při diskopatiích - poškozené meziobratlové ploténky
- krční páteře, zatuhnutí
- záchvaty zuřivosti

Největší léčivý účinek má tehdy, roste-li na hlinité půdě, neboť – v závislosti na stanovišti – obsahuje 3-16 % kyseliny křemičité, která má obzvláště dobrý léčivý účinek. Přesličku přirozeně nesbíráme na chemicky hnojených polích. Přesličku s nejjemnějším větvením, někdy označovanou jako „jemná“ přeslička (Přeslička lesní, *Equisetum silvaticum* L.), najdeme ponejvíce v lese a na jeho okrajích. I ona je léčivá.

V lidovém léčitelství si jí velmi vážili jako léčivky již ve starých dobách, především pro její schopnost **zastavovat krvácení** a pro úspěchy při vážném **onemocnění ledvin a měchýře**. Přesto se na ni v průběhu času zapomenulo. Nebyl to nikdo jiný, než náš velký lidový přírodní léčitel farář Kneipp, který obnovil její bývalý význam. Vyhlásil ji za „nenahraditelnou a neocenitelnou“ při **krvácení, zvracení krve, chorobách ledvin a měchýře, při kamenech a písku**. Dále hovoří: „*Mimořádně poslouží při zastaralých*

chorobách, při hnisavých ranách, rakovinových vředech, dokonce i při **zánětu kostní dřevě**. Škodliviny umyje, rozpustí a vypálí. Často se vlhká, teplá **bylina** zabalí do mokrých ručníků a přiloží na léčené místo.“

Švýcarský farář Kunzle říká, že všichni lidé by měli od určitého věku denně vypít jeden šálek čaje z přesličky. Ztratily by se **revmatismus, dna** a **nervové bolesti**, každý člověk by prožil zdravé stáří.



Vypráví se, že jeden 86letý muž si koupelemi z přesličky vyléčil **chorobu z kamenů** a potom žil ještě hodně let. Kromě toho hovoří: „Bylina vyléčí nejsilnější krvotok a zvracení krve v krátké době, ba někdy okamžitě, když se vnitřně užívá jako čaj.“

Při **prochladnutí měchýře s křečovými bolestmi** není lepšího prostředku, než když necháme 10 minut působit na měchýř (přitom jsme zahaleni do koupacího pláště) páry ze spařené přesličky. Když to několikrát zopakujeme, tak onemocnění brzy pomine. Staří lidé, kteří pojednou vůbec **nemohou močit** a svíjejí se v bolestech, nebo moč nanejvýš jen trochu kape, se mohou velmi rychle osvobodit od těchto bolestí horkými parami přesličky, aniž by musel lékař cévkovat moč pomocí hadičky.

Při **ledvinovém písku a kamencích v močovém měchýři** se užívají horké koupele z přesličky, přičemž se pije i teplý čaj z přesličky, moč se zadržuje, aby se mohla náraz pod tlakem vypustit. Po takové kúře kameny většinou odcházejí. Výsledkem těchto rad bylo, že jsem dostala více dopisů, které vše potvrdily: kúra vyplavila **ledvinové kameny**, postižení se nyní cítí výborně a na nic si už nestěžují.

V případech, když selhaly jiné močopudné prostředky, pomohla přeslička, jako například při **nahromadění vody v osrdečníku a v pohrudnici**, při **onemocnění ledvin** po šarlachu (spále) a jiných infekčních nemocech, při kterých se naruší odvádění moči. Ve všech těchto případech je přeslička vynikající při vnitřním i vnějším užívání pro celý systém ledvin a měchýře. Při **zánětech a hnisání ledvinové pánvičky** již pouhá jedna přesličková sedací koupel má zázračný zdravotní účinek. Při této vnější aplikaci, a jenom při ní, používáme vysokou přesličku, mající na prst silné stonky, která roste na mokřinatých loukách a na půdách horských pastvin (Přeslička obrovská, *E. telmateia* L.). Tato přeslička poskytne okamžitou pomoc ...

Jedna moje známá ležela týdny a měsíce s **těžkým zánětem ledvinové pánvičky** v nemocnici v Innsbrucku. Protože neviděla možnost ukončení léčby, prosila mne o pomoc. Poradila jsem jí **sedací koupele z přesličky**. Za několik dní jsem dostala dopis: „Zachránila jsi mi život. Jsem již doma. Koupele z

přesličky odstranily všechny těžkosti a daly mi novou sílu.“ Vysoká přeslička se stonkem o síle prstu z močálovitých luk a pastvišť se smí použít pouze na sedací koupele. Na přípravu čaje se užívá jen přeslička rolní.

Po **těžkém porodu** se někdy u některých matek dostaví **poruchy zraku**. Příčina je zřejmě v tom, že při porodu dítěte trpěly i ledviny matky. Koupele s přesličkou napomohou prokrvení ledvin, čímž se odstraní tlak ledvin na oči a takto se těžkosti zraku pomalu odstraní.

Velký německý „kneippovský“ lékař dr. Bohn nanejvýš chválí tuto bylinku: *„Přeslička je jednak léčivkou proti krvácení, jednak – a to ještě ve větší míře – léčivkou pro ledviny. Když se vypije čaj ze spařené přesličky, velmi lehce odchází mnoho tmavě zbarvené moče. Velmi rychle léčí i vodnatelnost.“* Když již nezabírá žádný jiný prostředek na odvodnění, vynechají se všechny ostatní bylinkové čaje a pije se 4 až 5 dní (při těžkých případech až šest) denně 5 až 6 šálků čaje z přesličky, ale pouze po doušcích přes celý den. Zkušenost říká, že ve většině případů voda odejde.

Při **svědicích vyrážkách kůže**, i když jsou rohovité, hnisavé a strupovité, pomůže omývání a obklady z výluhu přesličky. Koupele a umývání přesličkou pomáhají i při **hnisavém zánětu nehtového lůžka**, při **bércových vředech**, zánětu kostní dřeni (osteomyelitis), při **starých zahnívajících ranách, rakovinových nádorech, ostruže na patě, fistuli, vyrážkách po holení** a při **tuberkulóze kůže**. Možno udělat i teplé obklady ze spařené [rostliny](#) zabalené do ručníku.

Při **bolestivých hemoroidech** a hemoroidálních uzlinách se přikládá kaše z čerstvých bylinek, která se připraví takto: čerstvá přeslička se umyje, na dřevěné desce se rozdrť až do kašovitého stavu. Při opakujícím se **krvácení z nosu** se dává obklad z vychladlého výluhu přesličky. Jako prostředek na zastavení **krvácení pomáhá při krvácení z plic, dělohy, hemoroidů, žaludku**. Tu však nutno použít silnější odvary. Normálně se dává na jeden šálek (tj. na 1/4 litru) jedna vrchovatá čajová lžička, při krváceních se dávají na šálek dvě až tři lžičky. Přeslička, spolu s rozrazilem lékařským, je dobrým preventivním prostředkem proti **zvápenatění tepen a ztrátě paměti**, neboť pročišťuje krev. To je také nejlepší způsob **prevence rakoviny**.

Přesličkovou tinkturu mohou doporučit jako mimořádně dobrý prostředek při **pocení nohou**. Nohy se řádně umyjí, osuší a pak se vtírá tinktura. Kromě toho je třeba denně půl hodiny před snídaní vypít šálek čaje z přesličky. Stejně tak dobře pomáhají přesličkové koupele při pocení nohou. Při **lupech** se vlasy denně umývají v přesličkovém odvaru a pak se hlava masíruje olivovým olejem. Lupy rychle mizejí.

Když se denně vypije jeden až dva šálky čajové směsi z přesličky a třezalky a večerí se pouze suchá strava, tak to pomáhá proti **nočnímu pomočování**. Směs možno doporučit na kloktání při **zánětu mandlí, zánětu sliznice dutiny ústní, při hnilobném procesu zubů, při krvácení dásní, zápachu z úst, při fistulích a polypech na patře a v krku**. Při **gynekologickém výtoku** doporučuji ženám sedací koupele.

Nesmí se zapomínat, že přeslička je jedním z nejlepších prostředků na plíce při **zánětu průdušek** (chronické bronchitidě), jakož i při **plicní tuberkulóze**. Pravidelným pitím čaje se za pomoci kyseliny křemičité vyléčí tuberkulóza plic

a pomine též všeobecná **slabost při tuberkulózním onemocnění**. Podle rakouského biologa Richarda Willforta nové výzkumy potvrzují domněnku, že delším užíváním přesličky se **zastaví růst zhoubných tumorů (nádorů)**, ba nakonec i zmizí. Tímtéž způsobem se bojuje i **proti polypům ve střevech a v konečníku**, i proti zánětům slizového váčku. V obou případech se užívá léčba sedacími koupelemi a zapařenými obklady. Tyto zapařené obklady pomáhají i při **křečích v žaludku**, při žlučnickovém záchvatu a jater a při bolestivém městnání, které svým tlakem směrem vzhůru ovlivňuje činnost srdce. Dne 19. prosince 1977 mi telefonovali z východního Štýrska. Jednalo se o 49letého sedláka, kterému se vytvořil na **tvrdý výrůstek na patě**. Už nemohl na nohu stoupat. Několik dní byl v nemocnici, ale poslali ho domů. Poradila jsem mu parní obklady z přesličky, vždyť ty odstraňují i nebezpečné tumory. Dovedete si představit mé překvapení, když mi za tři dny, 22. prosince 1977 telefonoval, že nádor zcela zmizel. [Pokožka](#) byla na dotyk měkká a tvrdý výrůstek již necítil. Mám i takovou zkušenost, že **těžké poruchy plotének páteře** často velmi rychle zmizely po sedacích koupelích v přesličce, pokud onu poruchu nezpůsobilo uskřípnutí nervu a rentgenové snímky ukazují ploténky opotřebované stářím. To však není důvodem, abychom měli stále bolesti. Tlak nemocné ledviny působí podle zkušeností směrem nahoru, zasáhne nervy, které jsou podél zádoových obratlů a vyvolává tyto bolesti. Nejsou to tedy ploténky, ale tlak ledvin na volně položené nervy. Sedací koupel z přesličky působí na ledviny a odstraňuje jejich tlak směrem vzhůru. Jedna 38letá žena se tři roky léčila, neboť měla **těžkosti s meziobratlovými ploténkami**. Místo zlepšení se bolesti zvyšovaly, v oblasti krku a ramen byla tak neohebná, že se ráno z [postele](#) nadzvedla pouze pomocí tyče, kterou jí manžel namontoval nad lůžko. V té době jsem měla ve Seyru přednášku a seznámila jsem se s ní. Jistě užasnete, když vám řeknu, že tato žena ztratila bolesti a ztuhlost povolila po jedné jediné sedací koupeli z přesličky. To platí též pro poruchy plotének, které vyvolává jízda na traktoru. Otřesy traktoru nepoškozují ploténky, ale narušují se ledviny. Dojde k tomu hned, vznikne-li tlak směrem vzhůru a [ten](#) můžeme odstranit sedacími koupelemi.

Jedna dáma za Švýcarska měla už roky **ztuhlé krční obratle**. Každoroční kúra u dr. Zeileise v Gallspachu přinášela jen přechodné zlepšení, ale vyléčení se nepodařilo. Seznámila jsem se s ní náhodou. Nebyla mnou příliš přesvědčena, ale slíbila mi, že po návratu domů si dá sedací koupel z přesličky. Potom jsem velmi brzy dostala zprávu. Už během teplé sedací koupele po deseti minutách strnulost zmizela. Všechny bolesti ustoupily a nevrátily se, jak jsem se doslechla, ani po rocích.

Velký nervový lékař dr. Wagner-Jauregg hovoří ve svých spisech: „*Dvě třetiny všech nervově chorých by se nemuselo léčit v nemocnici, kdyby měli zdravé ledviny.*“ Od té doby jsem už mnohým nešťastníkům, kteří měli z důsledku **nemocných ledvin deprese, sklon k šílení, záchvaty zuřivosti**, poradila sedací koupele z přesličky a tak jsem je uchránila před léčebným ústavem pro nervové nemoci. Je však třeba vedle kopřivy a řebríčku pít ráno a večer jeden šálek čaje z přesličky. Při těžkých onemocněních ledvin se všemi průvodními znaky se má používat k sedacím koupelím čerstvá přeslička; a to vysoká přeslička z nalezišť v močálu. Pro jednu koupel je třeba pětilitrové vědro plné rostlin. Při

sedací koupeli musí být ledviny pod vodou 20 minut! Není třeba se utírat, ale je nutné se zabalit do koupacího pláště a ležet jednu hodinu v posteli, až pak se převléci do suchého prádla. Sedací koupel můžeme použít po ohřátí ještě dvakrát.

ZPŮSOBY UŽÍVÁNÍ PŘESLIČKY ROLNÍ

- **Čajový nálev z přesličky:** 1 vrchovatá lžička přesličky na 1/4 litru vody, spaříme.
- **Parní zábal z přesličky:** Jednu vrchovatou dvouhrst přesličky dáme do síta, které zavěsíme nad hrnec s vařící vodou. Když je nať horká a měkká, zabalíme ji do lněného ručníku a přiložíme na nemocné místo. Bezpodmínečně je nutné všechno teple obalit! Necháme působit více hodin, případně celou noc.
- **Sedací koupele z přesličky:** 100 g přesličky dáme do studené vody na noc, následující den ohřejeme k varu a přilejeme do vany. Doba koupání 20 minut. Neosuší se, mokrá se zabalit do koupacího pláště. Pařit se dále v posteli jednu hodinu. Voda musí při koupeli sahat až nad ledviny.
- **Tinktura z přesličky:** 10 g čerstvé přesličky 14 dní necháme na slunku vyluhovat v 50 g pravé rezné. Denně protřepáváme!
- **Kašový obklad z přesličky:** Čerstvá přeslička se dobře umyje a pak se na dřevěné desce rozmělní až na kaši.

Při onkologickém onemocnění je léčba bylinkami vždy jen podpůrná. Při léčbě rakoviny vždy naslouchjte rad svého lékaře!

Zdroj: María Treben, Zdraví z boží lékárny

Mít na své zahradě přesličku se vyplatí – je to učiněný poklad a jedna z nejléčivějších bylinek



První dojem z přesličky může být nevalný, vypadá totiž jako všudypřítomný plevel, ale až se dozvíte, co vše dokáže, budete ji chtít pěstovat dobrovolně. Přeslička rolní patří k velmi léčivým a uznávaným rostlinám, již dlouho se používá v medicíně. Nejčastěji se používá formou čajů a odvarů.

Rostlinka s názvem přeslička rolní (odborným názvem Equisetum arvense) patří mezi rostliny se silnými léčivými účinky. Dorůstá se zhruba výšky 45 centimetrů, má vyšší lodyhu se které vyrůstají lístky, které spíš připomínají jehličí. Sběratelé bylinek a léčitelé potvrzují, že přeslička je skutečně jednou z nejuznávanějších a nejléčivějších bylinek.

Přeslička se pyšní zastoupením velmi účinných látek, jako jsou flavonoidy, třísloviny, vláknina, kyseliny, pryskyřice, sacharidy, éterické oleje. Jejím užíváním si zajistíte pevné zdraví. Dokáže vyléčit různá onemocnění, dokonce i ty závažná.

Co vše přeslička dokáže léčit

- Léčí rýmu, chřipku
- Posiluje obranyschopnost organismu
- Zmírňuje alergické projevy
- Má silné protirakovinné účinky
- Má antiseptické a antibiotické účinky
- Zmírňuje bolesti
- Snižuje vysoký krevní tlak, prospívá zdraví srdce
- Čistí močové cesty a ledviny. Má močopudné účinky, používá se při zánětech močových cest a močového měchýře
- Vyplavuje písek z močových cest a kloubů, odstraňuje ledvinové kameny
- Snižuje projevy revma, dny, odstraňuje bolesti kloubů a svalů, pomáhá léčit artritidu
- Léčí kašel a potlačuje tvorbu hlenu
- Používá se při léčbě plicních nemocí
- Léčí kožní problémy: akné, ekzémy, poranění kůže
- Snižuje stres, uklidňuje nervy



Kde přesličku najít

Jestliže ji nemáte v zahradě, běžte na procházku někam na pole, louku, poblíž potoka. Daří se jí téměř všude. Od nížin až po horské části. Povede-li se vám ji najít, sbírejte celé stonky. Pak ji usušte a používejte formou čaje nebo odvaru.

- **Čaj z přesličky:** 2 lžičky sušené přesličky zalijte 250 ml vroucí vody a ještě aspoň 8 minut povařte. Následně nechte 15 minut louhovat. Čaj pijte teplý a připravte vždy čerstvý. Dopučeno je vypít maximálně dva čaje za den, slabší čaj můžete i vícekrát.
- **Odvar z přesličky:** 3 polévkové lžíce povařte v půl litru vody alespoň půl hodiny. Nechte vychladnout, přelijte přes cedník a odvar můžete použít k potírání problémových míst, obkladům či ke koupeli nohou.