



Puškvorec - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 27.08.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 12465



Puškvorec

Puškvorec obecný (*acorus calamus* L.) - tato vodní rostlina se vyskytuje v rybnících, jezerech, kalužích a na březích stojatých vod. V bahně břehů se vodorovně plazí kořen (oddenek), ze kterého vyrůstá mnoho mečovitých listů, vysokých až 1 metr. Zploštělý stvol nese asi uprostřed kuželovitý, zelený až žlutohnědý květní soubor – palici.

Účinky rostliny:

- poruchy trávení ("flegmatický žaludek a střeva", lenivý žaludek a střeva)
- nadýmání
- pocit nafouknutí žaludku a střev
- střevní kolika, kolikovité záchvaty
- dna
- hubenost, vychrtlost
- porucha metabolismu
- otoky, vodnatelnost
- chudokrevnost, anémie, blednička
- nechutenství
- nemoci ledvin
- čištění krve (detoxikace)
- tabakismus, kouření, závislost na kouření, tabáku, nikotinu
- slabé oči
- omrzliny

- studné ruce, studené nohy, chladné ruce, chladné nohy, chladné končetiny
- rakovina jater
- rakovina plic
- rakovina střev
- překyselení žaludku (nadbytek trávicích tráv)
- nedostatek trávicích šťáv žaludku
- bolesti žaludku
- žaludeční vředy, dvanáctníkové vředy, dvanácterníkové vředy
- nechutenství
- chronický průjem
- krvavý průjem, [krev](#) ve stolici (u zánětlivých [onemocnění](#))

Kořen je v síle palce, je až 1 m dlouhý a v čerstvém stavu má kořenitou chuť. V suchém stavu je příchut' mírnější. Sbírá se brzy na jaře nebo později na podzim. Oddenek puškvorce má posilující moc, a proto se používá při všeobecné **slabosti trávicích orgánů, při nadýmání žaludku a střev**, jakož i při **kolikách - kolikových záchvatech**. Velmi dobře pomáhá i při **onemocnění žláz a dně**. Velmi přispívá k **ohřátí a odhlenění flegmatického žaludku a střev**. Lze ho též doporučit při **lenivosti střev a poruchách výměny látkové (látkový metabolismus)**, jakož i při chudokrevnosti (bledničce) a vodnatelnosti (otoky). **Hubenost** - mimořádně hubení lidé, kteří neztratili váhu z nedostatku potravy, by měli pít čaj z puškvorce a občas by měli použít plnou koupel s přísadou kořene. Puškvorec **odstraňuje nechutenství**, pomáhá při **poškození ledvin** a je dobrým prostředkem na **pročištění celého těla (detoxikace, čistí krev)**. Jestliže kuřák pomalu prožvýkáva sušený kořen, může se zbavit své **závislosti na kouření - tabáku**. **Slabé oči** se posilní, jestliže častěji potřeme zavřená víčka očí čerstvou šťávou z kořene puškvorce. Šťávu necháme působit několik minut a pak ji smyjeme studenou vodou.

Omrzliny - velmi často jsem dokázala pomoci **teplými puškvorcovými koupelemi při různých omrzlinách**. Kořen se dá přes noc do studené vody a ráno se ohřeje až do varu. Necháme ho 5 minut vyluhovat. Potom koupeme choré místo 20 minut v ochlazeném – nepřiliš horkém odvaru. Možno jej i čtyřikrát ohřát a znovu použít. Tato koupel pomáhá i při **studených rukách a nohách (chladné končetiny)**, v tomto případě použijeme odvar co nejteplejší. Jeden 36letý muž se nemohl zotavit po vyoperování **rakoviny jater**. V čtyř až pěti týdenních Intervalech přicházely návaly horečky. Pacienta měli převést z Lince na kliniku ve Vídni. Jeho ustaraná a bezradná švagrová ml vyprávěla o jeho beznadějně nemoci. I zde pomohl kořen puškvorce. Je přirozené, že při těžkých onemocněních je třeba pít čaj několik týdnů, ba i měsíců.

Na výletě z Weissenbachtalu do Postalmu jsem potkala jeden manželský pár z Bad Ischlu, který kráčel vzhůru do kopce s těžkými batohy. Chtěli strávit několik tichých dní v horském útulku, kde se měli stravovat z vlastních zásob. Na místě oddechu jsem se k nim připojila a tu jsem se dozvěděla následující: Muž byl vysoký 185 cm, asi padesátník a od minulého roku [stále](#) jen hubnul a nevěděl z jaké příčiny. Když měl již jen 48 kg, vstoupil náhodou s provázející jej zdravotní sestrou do ordinace svého lékaře, který právě telefonoval s jiným lékařem. Zaslechl, jak hovoří: „Posílám vám nyní svého beznadějného pacienta – **rakovina plic**.“ Tak se nechtěně dozvěděl svoji

diagnózu. Nato mu někdo poradil, aby vytrvale žvýkal puškvorec, čímž se současně zbaví kouření. Večer a ráno měl pít čaj z řebříčku. Pomalu začal přibírat na váze, a protože se cítil lépe, nešel již k lékaři. Až za půl roku opět přišel do ordinace svého lékaře. Ten vyskočil, opřel obě ruce o psací stůl a vyjeveně hleděl na muže, kterého již dávno pokládal za mrtvého. „Co jste dělal?“ To bylo všechno, na co se zmohl. „Žvýkal jsem kořen puškvorce a pil jsem čaj z řebříčku.“ „Kořen puškvorce? Kde ho možno najít?“ „Ten vůbec není třeba hledat, pane primáři – ten je možné koupit za několik šilinků v každé bylinkářské prodejně!“ Ten muž měl totiž v té době znovu svou plnou váhu 86 kg a za půl roku později se vydal s plným batohem na turistiku do hor, kde jsem se s ním seznámila. Pokaždé, když se zamyslím nad následující starší příhodou, když si na ni vzpomenu ve svých přednáškách nebo když vám ji nyní píši, jeví se mi jako zásah boží prozřetelnosti a vždy jsem hluboce dojata. Moje matka byla těžce chorá, měla nepopsatelné bolesti ve střevech.

Jednoho dne mi lékař povídal, že se musím [přípravit](#) na to nejhorší u mé matky: je to **rakovina střev**. Bylo to v době, kdy jsem se ještě velmi málo zajímala o léčivé rostliny, ač jsem i tehdy raději užívala přírodní prostředky a nikdy jsem nebrala pilulky. Tato zpráva lékaře mne šokovala a sotva jsem byla schopna vykonávat denní povinnosti. Můj den normálně začíná ráno o šesté a končí většinou večer v 11 hod., ale tehdy jsem proti svému zvyku šla do postele už večer o osmé. Když jsem právě přemýšlela o beznadějně situaci své matky, otevřely se dveře. Vstoupil můj muž a přinesl mi malé tranzistorové rádio a povídal: „Abys nebyla tak sama.“ Krátce nato se ozval v rádiu hlas: „Tu hovoří domácí lékař! Kořenem puškvorce je možné vyléčit **poruchy žaludku a střev**. Necht' jsou jakkoliv zastaralé, houževnaté a smrtelné. Vezmeme hrneček studené vody, vsypeme do ní jednu zarovnanou lžičku kořene puškvorce, necháme stát přes noc, ráno trochu ohřejeme, scedíme a vypijeme před a po každém jídle jeden doušek. To je přes den šest doušků, více se pít nesmí. Čaj je třeba pokaždé ohřát ve vodní [lázni](#). Tato procedura platí pro celý žaludeční a střevní trakt, včetně jater, žlučníku, sleziny a slinivky břišní.“ Přešťastná jsem na druhý den o tomto vyprávěla svojí matce. Ona mi však odpověděla s rezignujícím gestem: „Mně už nikdo a nic nemůže pomoci!“ Já však sehnala kořen puškvorce a matka ho používala podle uvedeného návodu. Hraničí to až se zázrakem, když vám povím, že už za čtrnáct dní si moje matka na nic nestěžovala. Každý týden pak přibrala 400 g, neboť předtím velmi zhubla. Teprve po této události jsem se pomalu vpravovala do léčení bylinkami a již jsem pomohla v mnohých beznadějných případech. Zvláště kořen puškvorce vždy znovu přináší překvapující úspěchy při **přebytku a nedostatku žaludečních kyselin (překyselení žaludku)**.

Bolesti žaludku - jistá žena z Vorarlbergu dva roky trpěla bolestmi žaludku a nevydržela ani jeden den bez tabletek. Na moji radu užívala oněch šest doušků čaje z puškvorce. Po třech dnech zmizely bolesti a už se více neopakovaly. Jistá žena z Dolního Rakouska více let trpěla na **žaludeční vředy (dvanáctníkové vředy)**. Aby byla bolest snesitelná, musela brát stále léky. Vůbec nesnesla pevnou stravu, neměla ani chuť k jídlu. Když ji upozornili na kořen puškvorce, užívala [denně](#) šest doušků. Bolesti začaly ustupovat a po šesti týdnech už je

neměla, zato měla zase **chut' k jídlu** a dokázala jako všichni ostatní členové rodiny jíst vydatnou [stravu](#).

Chronický průjem - jeden starší duchovní trpěl chronickým průjmem. Už se smířil s tím, že se toho trápení nezbaví. Začal však, na moji radu, denně pít šest hltů čaje z puškvorce. Za krátký čas byla střeva vyléčena.

Krvavý průjem - jiný muž se deset let trápil s krvavým průjmem, dostavil se přes den 30 až 40krát. Jeho přítel mi vyprávěl, že z chlapa, který byl kdysi veselý a překypoval radostí, se stal pochopitelně zatrpklý nemocný nerudný člověk. Všechno, co během těch let vyzkoušel, bylo zbytečné. Poměrně mlád šel předčasně do invalidity. Ve velikonoční době počal pít denně, nejprve velmi nedůvěřivě, šest doušků čaje z puškvorce, přitom pil ještě dva šálky čaje z měsíčku lékařského. Byla jsem velmi překvapená, když mi jeho žena napsala, že počátkem června téhož roku opět začal pracovat.

Způsoby užívání puškvorce:

- **Čaj z puškvorce:** Čaj z oddenku puškvorce se připravuje jen studenou cestou. Jedna zarovnaná čajová lžička kořene se na noc zaleje 1/4 litru vody. Ráno se trochu zahřeje a scedí. Před používáním se čaj ohřeje ve vodní lázni.
- **Čerstvá šťáva z puškvorce:** Čerstvé oddenky se pečlivě očistí a ihned se odstředí šťáva v odstředivce. Přísada do celkové koupele: 200 g oddenku puškvorce vyluhujeme přes noc v pěti litrech studené vody. Na druhý den zahřejeme až k varu, necháme vyluhovat a vlejeme do koupele.

POZOR! V případě onkologického onemocnění vždy respektujte doporučení onkologa.

Bylinky mají podpůrnou funkci, ale léčbu musí vždy řídit odborník!

Zdroj: [Maria Treben, Zdraví z boží lékárny](#)