



Pýr plazivý - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 30.10.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 6953



Pýr plazivý

Pýr plazivý (latinsky *elytrigia repens*) léčí nemoci močových a dýchacích cest, čistí krev, posiluje organismus. Je to plazivá trvalka s dlouhým, bělavým, větveným oddenkem. Z něj vyrůstají přímá, hladká stébla. Dlouhé, čárkovité listy jsou drsné a ploché. Klásky má dvouřadé, poměrně řídké. Plodem je nahnědlá obilka. Kvete v červnu a červenci.

Účinky rostliny:

- otoky
- převodnění, otoky - močopudný účinek
- čistí krev (detoxikace)
- nemoci ledvin
- nemoci močových cest
- močové kameny, močový písek, ledvinové [kameny](#), ledvinový písek
- lupénka
- revma, revmatoidní artritida, revmatismus
- vysoký [cholesterol](#), vysoká hladina cholesterolu
- chrání sliznice
- nemoci dýchacích cest
- vnitřní hemoroidy - klystýr

Používané části:

Používá se oddenek.

Léčivé vlastnosti:

Pýr je univerzální léčivka. V první řadě slouží k **otokům - odvodňuje organismus**. Jako **močopudný a pročišťující** prostředek se používá při nemocech **močových cest a ledvin**.

Detoxikace - detoxikuje organismus, pomáhá při **látkové výměně (metabolismu)** a rozrušuje **ledvinové a močové kaménky**. Hodí se k léčení **kožních [nemocí](#)**, včetně **lupénky**. **Revmatoidní artritida** - má

působení **protirevmatické**. Snižuje hladinu **cholesterolu**. Pýr se dále používá při **nemocech dýchacích cest**. Chrání **sliznice celého těla**. Pýr celkově **posiluje organismus**. Zevně se používá formou **klystýrů při vnitřních hemoroidech**.

Způsob použití:

Z pýru se dá dělat tinktura, která sedává 3krát 30 kapek denně. Ta se užívá zejména při nemocech močových cest. Jako čaj se pýr připravuje formou bylinářského čaje nebo odvaru. Na 3 dl vody se dávají 3 kávové lžičky pýru.

Kontraindikace:

Pýr nemá žádné kontraindikace ani vedlejší účinky. Je vhodný i pro **kojící a těhotné ženy a děti**.

Použití v kuchyni:

Oddenek pýru dobře poslouží v tramské kuchyni. Dá se nakrájený připravovat jako zelenina, přidávat do rizota, salátů a podobně.

Rozšíření a výskyt:

Pýr se vyskytuje na celé severní polokouli, včetně severní Afriky. U nás je to nepříjemný plevel, který najdeme na zahradách, na polích, v příkopech, na úhorech a podobně.

Sběr:

Pýr k bylinářským účelům sbíráme na podzim v dopoledních hodinách. Jako potravinu jej lze sbírat po celý rok. Oddenek rychle umyjeme pod tekoucí vodou a dáme sušit na slunce nebo na topení. Po dokonalém usušení hermeticky uzavřeme v láhvi. Když zjistíme, že přesto natáhl vzdušnou vlhkost, přesušíme jej na topení.

Možnost záměny:

Některé trávy vypadají podobně jako pýr (např. jilek mámivý), ovšem podzemní část je spolehlivým rozlišujícím znamením.

Pěstování:

Jsem si jist, že všichni zahrádkáři mají spíš opačný problém - jak se pýru zbavit. I z malého kousku oddenku vyroste další velká rostlina.

Látky obsažené v pýru:

Slizové látky, saponiny, minerální soli, kyselina křemičitá, cukry, organické kyseliny a další.

Zajímavosti:

Odvarem z pýru se kropily místnosti, které se měly očistit od "zlých duchů" či negativních vibrací.