



Třezalka tečkovaná - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 13.05.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 30978



Třezalka tečkovaná, bylina Svatého Jana - tato bylina roste na mezích, na okrajích cest a lesů, na lukách i pahorcích, od července do září. Má ráda teplá, slunná, sušší místa. Lidové názvy vyjadřují velký význam této léčivé rostliny. Bylina je 25-60 cm vysoká, má rozvětvené stonky a kvete ve zlatožlutých okolících. Chceme-li ji bezpečně poznat, rozmačkáme jeden otevřený květ. Pokud jde o třezalku, vyteče z něho červená šťáva. Na čaj a přísadu do koupele sbíráme kvetoucí nať, pro přípravu oleje (Janův olej) sbíráme pouze květy.

Účinky:

- poranění nervů
- nervová, neurologická onemocnění
- neuralgie trigeminu
- průjmy
- namožené svaly
- deprese
- nespavost
- zánět nervu
- neuróza
- nervová slabost
- hysterie, hysterické záchvaty
- neklidný spánek, nespavost, noční můry
- poruchy řeči a koktání
- náměsíčnictví (somniaambulismus)
- noční pomočování, enuréza
- nepravidelný menstruační cyklus, nepravidelná perioda
- vývoj pohlavních orgánů ženy
- otevřené rány, zranění
- drsná pokožka tváře

- krevní výron, modřiny
- otoky žláz
- bolesti zad, bolesti křížů, hexensůs, ischias
- revma, revmatoidní artritida
- sluneční úpal
- bolesti břicha u kojenců
- poranění, zhmoždění, úrazy úderem
- zduření lymfatických žláz a cév [břicha](#)

Starší, věřící lid dával balzámu – **krvavě červené šťávě květů (třezalku poznáte podle toho, že když rozmáčknete její květ, ulpí vám na prstech červená tekutina, třezalku díky tomu nelze zaměnit za jinou bylinu)** – názvy související s krví a ranami našeho Spasitele. Janův olej (Johannisöl) je skutečně nejlepším olejem na rány, **zmírňuje bolesti, odstraňuje a léčí záněty**. Jedna z legend vypráví o této bylině, která má tak mnoho lidových názvů, toto: *„Když učedník, kterého Pán velmi miloval, stál zhroucený pod křížem, pečlivě sbíral rostliny skropené svatou krví, aby je pak rozdal zbožným věřícím jako vzácnou památku na smrt Spasitele.“* Čerstvá šťáva byliny vyvolává tajuplný dojem, jako by v červeném barvivu zlatožlutých květů skrytě žila kapka krve našeho Spasitele.



Na den sv. Jana, který je symbolem posvátných sil světla a tepla, září třezalka nádherou svých skvostných květů. V dávných časech děvčata uvíjela z třezalky věnečky a každý, kdo tancoval kolem Janova ohně, musel nosit Janovu korunu – věneček z třezalky. V této tajuplné noci se házely větvičky do řeky a panenské děvče vědělo, když zvadlé květy znovu rozkvetly, že bude mít v budoucím roce ženicha. V Horních Rakousích, podle starého zvyku, vkládali sedláci bylinku mezi dva krajíčky chleba a dali sežrat dobytku, aby rostlina chránila jejich zvířata před chorobami. Škoda, že tento zvyk se udržuje už jenom v některých rodinách

věřících sedláků. Ze všeho, co jsem uvedla, vidíte, jaké velké úctě se těší už od nepaměti třezalka.

Čaj z třezalky se používá při **zranění nervů a nervových obtížích všeho druhu**, při **zraněních po úderech** jakož i při následcích **namožení svalů ze zdvihání**. Je také výborným prostředkem **proti průjmu**.

Dobře léčí i **zánět trojklanného nervu (neuralgie trigeminu)**, pijeme-li **denně** dva až tři šálky čaje z třezalky a zevně delší dobu natíráme příslušné místo Janovým olejem (viz níže). Tinktura z třezalky se označuje jako „*arnika pro nervy*“. Můžeme si ji **připravit** a s úspěchem použít při **onemocnění nervů, zánětech nervů, neurózách, slabostech nervů a nespavosti**.

Třezalkou vyléčíme **poruchy řeči, nepokojný spánek, hysterické záchvaty, náměsíčnictví i noční pomočování a deprese**. Moje zkušenosti jsou takové, že při všech těchto chorobách kromě vnitřního užívání čaje účinně pomáhají i sedací koupele z třezalky. Během týdne absolvujeme šest koupelí nohou po sobě. Tuto kúru doporučuji při všech stavech způsobených nervy.

Mladá děvčata by měla pít v čase dospívání po určitou dobu každý den dva až tři šálky čaje z třezalky. **Podporuje totiž vývin ženských orgánů a pomáhá vyléčit nepravidelnosti periody (menstruačního cyklu)**.

Janův olej (olej z třezalky tečkované) je velmi vychvalovaným přírodním lékem. Neměl by chybět v žádné domácnosti. Lehce si jej můžeme sami připravit (viz níže). Svoji léčivou sílu si zachovává dva roky a používá se nejen při **otevřených ranách, čerstvých zraněních, při výronech krve, oteklých žlázách** a jako hlavní léčebný prostředek při **drsné pokožce tváře**, ale je také výborným prostředkem na vtírání při **bolesti zad, křížových bolestech** (hexensūs), při **ischiasu a revmatismu**.

Abychom měli doma po ruce správný lék i při **spáleninách a opařeninách**, dáváme květy do lněného oleje. Tento olej se používá i při zmírnění následků **slunečního úpalu**. **Kojenci s bolavým bříškem** se hned upokojí, když jim je potřeme Janovým olejem. Znam jednu ženu ze zemědělství, která léčí Janovým olejem všechna **poranění**, dokonce i u domácích zvířat. Jednomu rolníkovi se dostala ruka do stroje a těžce si ji pohmoždil. **Obklady** z Janova oleje poměrně brzy odstranily všechny bolesti a rány se bez těžkostí zahojily.

Jiný sedlák zase s úspěchem ošetřoval Janovým olejem těžkou vnější ránu na noze koně. Jeden lékař zjistil u osmiletého děvčete **zduření lymfatických žláz břicha**. Pokaždé, když dítě vnitřně nebo zvenčí pocítilo chlad, mělo bolesti v břiše, nakonec již každý den, obzvláště ráno. Matka četla v brožůře, že při zduření žláz je možné úspěšně použít oleje z třezalky tečkované. Vždy, když dítě plakalo, masírovala mu olejem břicho. Po krátkém čase všechny bolesti ustaly.

Způsoby užívání třezalky tečkované

- **Příprava čaje:** Jedna čajová lžička na 1/4 litru vody, jen spaříme a krátce vyluhujeme.
- **Janův olej:** Květy, natrhané za slunečného dne, volně naplníme do láhve až po hrdlo a zalejeme jemným olivovým olejem. Květy musí být v oleji ponořené. Dobře uzavřenou láhev postavíme na několik týdnů na slunko nebo na teplé místo. Po čase se olej zbarví do červena. Potom přefiltrujeme přes hadřík, zbytek vylisujeme, olej uschováme v tmavých lahvičkách. Při používání při popáleninách **můžeme** olivový olej nahradit lněným.

POZOR!

TŘEZALKA SE NESMÍ KOMBINOVAT S ANTIDEPRESIVY

**NESMÍ SE UŽÍVAT PŘED SLUNĚNÍM - MŮŽE ZPŮSOBIT TĚŽKÉ SPÁLENÍ
POKOŽKY!**

TŘEZALKA BY SE VNITŘNĚ NEMĚLA UŽÍVAT DLOUHODOBĚ.

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