



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

Zveřejněno: 12.10.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 1547



Turanka

kanadská (turan), latinsky conyza canadiensis léčí revmatismus, dnu, [nemoci](#) močového ústrojí, zlepšuje látkovou výměnu. Turanka je jednoletá, až 1 metr [vysoká](#), jemně chlupatá [bylina](#). Lodyhu má přímou, oblou, nahoře větvenou. Listy střídavé, kopinaté až Turanka čárkované, přisedlé, celokrajné.

Účinky rostliny:

- revma, revmatismus, revmatoidní artritida
- dna
- zlepšuje metabolismus (látkovou výměnu)
- čistí [krev](#) - detoxikace
- odstraňuje kyselinu močovou z organismu
- kožní nemoci
- nemoci ledvin, nemoci močového systému
- zastavuje vnitřní krvácení
- bílé krvinky - tvorba
- poraněné klouby
- oteklé klouby
- krvácení z nosu (epistaxe)
- krvácení z dásní

Četné úbory v hroznovitě uspořádané latě. Květ veliký asi půl cm má uprostřed žlutý terč, okrajové květní jazyčky bílé nebo načervenalé. Plodem jsou nažky schmyrem. [Rostlina](#) kvete od začátku léta do podzimu.

Používané části:

Sbírá se horní část kvetoucí natě.

Léčivé vlastnosti turanky:

Turanka zlepšuje látkovou výměnu (metabolismus) a detoxikuje organismus. Odvádí z [těla](#) kyselinu močovou, čímž se uplatňuje při revma (revmatoidní artritidě) a dně. Totéž platí o různých **kožních**

nemocech.

Dále je vhodná při **lěčení ledvin a močového ústrojí**. Staví **vnitřní krvácení**. Podle literatury upravuje **tvorbu bílých krvinek**. Zevně se užívá na **poraněné či oteklé klouby**, na **krvácení z nosu a dásní**.

Způsob použití:

Z turanky se připravuje odvar, který se pije v **množství 2 šálky denně**. Turanka se kombinuje především s urologickými a krev čistícími bylinami. Zevně se též připravuje formou odvaru, případně se užívá čerstvá, pomletá bylina. Takto připravené zábaly či **obklady** se na několik hodin (případně přes noc) přikládají na postižené klouby.

Kontraindikace:

Turanka nemá žádné vedlejší účinky ani kontraindikace. Ve směsích ji **mohou užívat i těhotné a kojící ženy**. V léčbě dětí raději volíme jiné bylinky.

Rozšíření a výskyt:

Turanka kanadská, jak už název napovídá, pochází ze Severní Ameriky. Nyní se z ní stal po celém světě rozšířený plevel. U nás na ni narazíme na pustých místech, na úhorech, podél cest, na náspech, rumišťích, na okrajích polí atd.

Sběr:

Sbírá se kvetoucí nať na začátku květu. Sběr probíhá přes den. Seřezává se horních 30 cm natě. Je dobré sušit bylinu zavěšenou nad papírem či plátnem, protože květy snadno opadávají.

Možnost záměny:

Turanku kanadskou si lze pomýlit s různými lučními bylinami, zvláště turanem ostrým, který je však podstatně menší.

Pěstování:

Jedná se o obtížný plevel, který se šíří všude tam, kde je kus volné půdy.

Obsahové látky:

Silice, třísloviny, flavonoidy, organické kyseliny, pryskyřice a další.

Zajímavosti:

Turanka je jednou z tradičních léčivých bylin severoamerických indiánů.