



Zeměžluč, hlísník - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 06.10.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 5691



Zeměžluč okolíkatá (latinsky *centaurium erythraea*) - tato všeobecně známá [bylina](#) je velmi vyhledávaná, měla by se odstříhávat nůžkami, neměla by se trhat (kořeny jsou nepevné) a to pouze horní část kvetoucí natě, což rostlinu šetří, takže obvykle ještě jednou v sezoně vykvete.

Účinky rostliny:

- trávení, trávicí potíže
- pálení žáhy (pyróza)
- říhání (regurgitace)
- nechutenství - zlepšuje chuť k jídlu
- podpora tvorby žaludečních šťáv
- dobrý vliv na játra
- dobrý vliv na žlučník
- dobrý vliv na dvanácterník
- zlepšuje metabolismus
- zlepšení trávení - podpora peristaltiky střev
- podpora funkce sleziny a její činnosti
- střevní paraziti, paraziti střev
- úprava konzistence stolice
- anémie, chudokrevnost, blednička
- nízký tlak [krve](#) - zvyšuje tlak krve
- celkové posílení organismu
- sklidnění duše i [těla](#)
- horečka
- infekční nemoci
- posílení obranyschopnosti, imunity
- rány - "ranhojičské" účinky, urychluje hojení ran

TIP ZBYŇKA MLČOCHA: Má intenzivní účinky na žaludek - předávkování vede k průjmu a zvracení.

Pro sběrače je to pohodlnější a droga má plnou kvalitu. Byla by škoda vyhubit tak užitečnou rostlinku, která je navíc i pěkná. Bohatstvím růžových květů zkrášlí každou louku, na níž se objeví. Pro léčebné účely se pěstuje, takže doporučuji její nákup v [lékárně](#) či v drogerii.

Jméno zeměžluč je odvozeno od výrazně hořké [chuti](#), která dává této bylině punc prvotřídního léku na **všechny choroby zažívacích orgánů**. Zlepšuje **trávení**, odstraňuje takzvané **pálení žáhy** a **řihání**, **zlepšuje chuť k jídlu**, léčí **zkažený žaludek** a upravuje **vyučování žaludečních šťáv**. Tím všestranně posiluje žaludek. Zároveň **příznivě ovlivňuje játra, žlučník, dvanácterník**, zlepšuje látkovou výměnu (metabolismus), zvyšuje tonus a peristaltiku střev, vyhání střevní parazity a upravuje stolicí.

Droga má i jiné dobré účinky. Podporuje **činnost sleziny**, tvorbu **červených krvinek** (má tedy vliv na **chudokrevnost**) a zlepšuje krevní oběh. Mírně zvyšuje krevní **tlak**, celkově **posiluje organismus** a **uklidňuje**. Podává se i při **horečkách** a **infekčních [onemocněních](#)**, protože **podporuje vlastní obranné schopnosti organismu (imunitu a imunitní systém)** .

Na všechny tyto neduhy stačí zeměžluč sama, v běžných dávkách se [nezjistily](#) žádné nepříjemné účinky. Její působení na žaludek je však intenzivní. Pokud máme k dispozici také jiné byliny z rodiny hořkých rostlin, kombinace s nimi posiluje i rozšiřuje léčivé vlastnosti zeměžluči. Zeměžluč má také výborné **ranhojičské účinky**. Pití čaje **urychluje hojení ran**, které je třeba zároveň **omývat silným odvarem**, ošetřovat čerstvou šťávou nebo na ně přikládat rozdrčenou drogu (bylinu).

Čajová směs proti nechutenství (anorexii) :

- *nať zeměžluči 5 (díků)*
- *naťpelyňku 5*
- *nať benediktu 3 (díly)*
- *list vachty 3*
- *kořen čekanky 2*
- *oddenek puškvorce 2*
- *kůra krušiny 2*

Dvě lžice směsi dáme do púllitru vody, pomalu přivedeme k varu, ihned odstavíme a necháme přikryté asi 20 minut vylouhovat. Přecedíme a pijeme.