

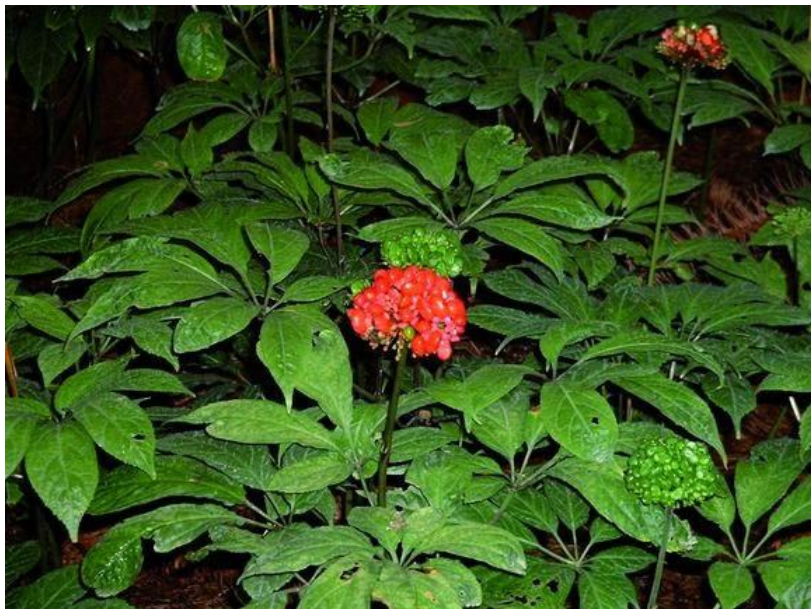


Ženšen nepravý - účinky na zdraví, použití, užívání, využití, co léčí

Zveřejněno: 06.02.2015 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 2347



Ženšen nepravý

Ženšen nepravý latinsky panax pseudoginseng (panax notoginseng) - tento druh ženšenu poprvé uvedl v 16. století ve svém monumentálním díle "Osnova lékopisů" známý čínský lékař Li S'-čen (1518-1593). Jeho zpracování věnoval téměř třicet let a dokončil jej v roce 1578 a následně třikrát přepracoval. Jde o mimořádnou encyklopedii své doby, kde je uvedeno na 1 800 druhů drog, 1 100 ilustrací a na 11 000 [receptů](#). Navíc zavedl zcela novou klasifikaci léčiv.

Účinky:

- tonifikační účinky
- stimuluje imunitní systém (zlepšuje imunitu, imunostimulancium)
- snižuje hladinu cukru v krevním séru
- snižuje hladinu [tuku](#) v krevním séru
- snižuje hladinu [cholesterolu](#) v krevním séru
- zastavuje krvácení (vnější i vnitřní)
- vazodilatancium (roztahuje cévy na periferii)
- [léčba](#) koronárních cév srdce
- jaterní onemocnění
- antibakteriální účinek
- protizánětlivý účinek
- močopudný účinek (diuretikum)

Botanický popis a rozšíření:

ženšen nepravý, panax pseudoginseng (syn. P. notoginseng), je víceletá [bylina](#) dosahující výšky 0,5-1 m, s kořenem vřetenovitým, poněkud dřevnatým a s krátkým kořenovým krčkem. Lodyha je vzpřímená, hladká, zakončená listovou rozetou s 3-6 listy, které jsou 5-8četné. Lístky jsou podlouhlé až eliptické, 5-15 cm dlouhé a 1-5 cm široké, na okrajích pilovitě zubaté, řapíky lysé, tenké a

poměrně dlouhé (7-15 cm). Květy má drobné, oboupohlavné nebo samčí, žlutavě zelené, složené do kulovitých okolíků. Obsahují 5-6 tyčinek a mají 2-3pouzdrý semeník. Plod je ledvinovitá, 0,6-0,7 cm velká, červená až červenočerná bobule s 2-3 bělavými semeny. Roste v oblasti severní Indie, v Thajsku, Indočíně a značné části jihozápadní Číny, a to v listnatých lesích ve výškách 1 500-3000 m nad mořem. Nyní se hojně pěstuje především v jihovýchodní Asii, např. ve Vietnamu.

Obsahové látky:

droga obsahuje především saponiny (4,4-12 %), protopanaxadiol, protopanaxatriol, ginsenosidy Rb1-3, Rc, Rd, Re, Rgl-2, glukoginsenosid Rf a notoginsenosid RI-4 a R6. Dále jsou přítomny silice, flavonoidy, fytosteroly (B-sitosterol, stigmasterol, daukosterol), polysacharidy, např. arabinogalaktan, aminokyseliny (val in, fenylalanin, leucin, isoleucin, prolin aj.), některé vitaminy, z minerálních látek hlavně železo, vápník aj.

Léčebné účinky:

má tonifikační účinky, **stimuluje imunitní systém, snižuje hladinu cukru, tuku a cholesterolu v krvi**. Zastavuje **vnitřní i vnější krvácení, rozšiřuje periferní cévy (vazodilatační účinek)**. Slouží k výrobě přípravků na **léčbu koronárních a srdečních problémů a jaterních onemocnění**. Má **antibakteriální, protizánětlivý a močopudný účinek**.

Kontraindikace:

neužívejte při krvácení v důsledku prázdnoty jin, ale můžete použít spolu s drogami doplňujícími jin a ochlazujícími krev! Neužívejte v těhotenství!

Způsoby užití:

doporučená denní dávka je 3-10g suché drogy. Užívá se ve formě odvaru, tinktury, případně v tobolkách nebo tabletách .

Možnosti pěstování:

Pěstuje se obdobným způsobem jako ženšen pravý. V přirozených podmínkách roste v teplejších oblastech, což je nutné u nás brát v úvahu. Kromě tří hospodářsky a terapeuticky významných druhů se můžeme setkat i s některými méně důležitými ženšeny: Ženšen dvojpeřenodílný, Ponox bipinnatifidus (syn. Aralia bipinnatifida), roste v Indii a Líně. Jehokořen obsahuje mimo jiné triterpenoidní saponiny, např. zingibrosid R1, ginsenosidy Ro, Rb1, Rd, Re, Rgl a Rg2. Ženšen japonský, Ponox japonicus, je rozšířený v Japonsku, ženšen trojlistý, Ponox trifolius, se vyskytuje v Severní Americe. Ve Vietnamu je rozšířen ženšen vietnamský, Ponox vietnomensis, který je však více méně identický s ženšenem nepravým.