

{comments off}Lidové názvy: harmoníček, heřmánek malý, heřmánek obyčejný, heřmánek polní, jahodníček, kamilka, kamilky, králíčky, marunka, ormánek, rmen, rmen voňavý, rumánek

Heřmánek je známá jemně vonící letnička se vzpřímenou, bohatě větvenou, asi půl metru vysokou lodyhou a tenkým větvenovitým kořenem. Listy jsou střídavé, dvoj- až trojnásobně peřenodílné, celokrajné s plochými čárkovitými úkrojky. Květní úbory mají střechovitý zákrov, obvodové květní jazýčky jsou bílé, obyčejně dolů skloněné. Vnitřní trubkovité květy jsou žluté, lůžko je kulovitě vyklenuté a duté.

Výskyt: Vyskytuje se v Evropě a Asii. Roste zejména v obilných lánech, na úhorech, loukách, polích, zdech a na okrajích cest, a to od nížin až po alpská údolí. Sbírané části: Květ a úbor květní.

Doba sběru: Květen až srpen.

Účinné látky: Temně modrá silice (s obsahem modravých azulénů), která se získává ze zákrovu a jazykovitých květů. Na rozdíl od toho olej získaný z okvětního lůžka je zelený. Dále obsahuje flavonoidní glykosidy, seskviterpen bisabolol, cholin, sliz a hořčiny. Květ má charakteristický kořený pach a je poněkud nahořklý.

Léčivé působení

Zlatý, dobrý heřmánek. Heřmánek pomáhá tam, kde "srdce bolí" z nějakého zklamání. Zklamání se velmi často může promítnout i do trávicích obtíží. Heřmánek pomůže zejména tam, kde se nemocný dostane do takového duševního rozpoložení, kdy vidí kolem sebe samé překážky, zábrany, příkazy a nemá komu si postěžovat. Člověk moc chce a málo může. Trávicí ústrojí je křečovitě staženo, bolesti se valí ve vlnách, člověk ztrácí chuť k jídlu i chuť do života. Heřmánek má uklidňující, protikřečovou a hojivou aktivitu a v uvedených případech zabírá překvapivě rychle.

Pomáhá při revmatických onemocněních, lumbágu (houseru), bolení zubů, ztížené menstruaci, potížích v těhotenství a při žaludečních a střevních kolikách jako spasmolytikum (látka uvolňující křeče hladkého svalstva).

Zevně se používá jako kloktadlo při zánětu horních cest dýchacích a bolestech zubů, k napařování při hemoroidech, jako oční kapky při zánětu spojivek, výplachy očí při zánětech, jako obklady při kožních onemocněních, vyrážkách, ke koupeli nohou při jejich nadměrném pocení a jako inhalace při rýmě a zánětu čelní dutiny.

Symbolika

Všimli jste si někdy, že květ heřmánku stojí proti nám plně otevřen, jako máma připravená trpělivě naslouchat? Okvětní lístky, se kterými se ostatní rostliny spíše chlubí, má heřmánek skromně stažený dozadu, jakoby se jeho zlatavé srdce otvíralo naší duševní bolesti.

Heřmánek pravý (*Chamomilla recutita*) čeleď Compositae

Napsal uživatel vilcakul

Pátek, 26 Březen 2010 22:09 - Aktualizováno Sobota, 07 Leden 2017 23:28

Proto nás ani neudiví, že heřmánek je bylinou, která nám může nejlépe pomoci při bolestech "srdce" prožívaných z velkého zklamání. Heřmánek můžeme použít všude, kde je nutné řešit problém nahromaděných citů, které se z nějakého důvodu nemohly realizovat a jsou nyní vylučovány tělem za vzniku nejrůznějších křečových bolestí. Heřmánek je prvotřídní spasmolytikum a je zajímavé, že jako balzám působí už vůně, vystupující ze šálku právě připravovaného čaje.

Vlastnosti: Hořká, převážně teplá, vlhká.

Polarita: mužská

Signatura: Slunce

Živel: voda

Využití rostlinných sil: peníze, láska, spánek, očištění

Magické využití

Heřmánek přitahuje peníze a hazardní hráči si někdy myjí ruce v odvaru z heřmánku, aby si zajistili výhry.

Odvar se přidává do koupele, aby přivolal lásku. Heřmánek se používá i jako vykuřovadlo, které usnadňuje meditace a přivolává spánek.

Heřmánek je rostlina očištná a ochranná. Sype se kolem domu, aby odvracel kletby a kouzla, vyslaná proti jeho obyvatelům.

Historie heřmánku

Heřmánek je nejlepším prostředkem proti zkaženému žaludku, mimo to je dobrý na stavy nervozity a napětí, protože má uklidňující účinek. Díky účinku na trávicí trakt je vhodný při prevenci a k léčbě žaludečních vředů. Další dobrou vlastností heřmánku je jeho hojivá síla při poranění, protože má stahující účinek na tkáň.

Je to léčivka Slunce a doopravdy se jedná o dvě rostlinky a to o německý a římský heřmánek. Botanicky jsou to dvě různé rostliny, ale z obou dvou se získává podobný světlomodrý olej, který používáme k léčení. Heřmánek se květy podobá sedmikrásce a staří Egypťané ho spojovali se Slunce. Používali tuto léčivku na snižování horečky a na zvláštní rekurentní malárii.

Dioskoridés, řecký lékař a Plinius, římský přírodovědec doporučovali heřmánek při bolestech hlavy, na potíže s ledvinami, s močovým měchýřem a játry. Podobně se používal i v indické ajurvédě.

Germáni už poznali léčivý účinek heřmánku na počátku své historie, používali ho na trávicí problémy, při léčbě menstruačních křečí a k vyvolání menstruace.

Nicolas Culpeper, anglický herbalista 18. století ho doporučoval jako léčivý prostředek na snížení horečky, jako analgetikum, při žloutence, ledvinovém kameni a srdeční nedostatečnosti. Také při vyvolání menstruace v dřívějším termínu.

Angličtí a němečtí přistěhovalci zavlékli obě tyto léčivky do Severní Ameriky, ale většina dnes pěstovaného heřmánku je z Německa.

Američtí eklektici 19. století doporučovali heřmánek na obklady rán a proti gangréně. Odvar předepisovali při problémech s trávením, při týfusu a malárii a taky při menstruačních křečích. Používali ho také na vyvolání menstruace a při všech problémech při porodu, při bolestech prsu

a bradavky, na snížení tvorby mateřského mléka a při kolitidě kojenců.

V dnešní době je heřmánek velmi hledanou léčivkou, mnozí si oblíbili heřmánkový čaj, buď samostatně nebo ve směsích. Jeho jablečné aróma je součástí mnoha krémů, jako šampón ho používali už i Vikingové, protože dodává vlasům mimořádný lesk, hlavně blond vlasům. Dnešní herbalisti ho doporučují hlavně na vnější ošetření rán a na prevenci různých zánětů. Vnitřně při horečce, poruchách trávení, nervozitě a nespavosti.

Další léčivé účinky heřmánku

V Německu, kde je fyto terapie více rozšířená než v Americe vyrábí farmaceutická firma Kamillosan různé přípravky s obsahem heřmánku, které jsou na vnější použití při ranách a zánětech, vnitřně při poruchách trávení a žaludečních vředech. Heřmánek je tak populární v Německu, že mu říkají „alles zutraut“ (všeho schopný). Je to trochu přehnané, ale heřmánek je fakt univerzálním prostředkem.

Podpora trávení

Výzkumy potvrdily, že heřmánek napomáhá trávení. Několik sloučenin heřmánku (hlavně bisabolol) má uklidňující účinek na hladké svalstvo trávicího traktu, takže proto jeho antispastický účinek. Jedna studie dokonce potvrdila, že heřmánek má tak vysoký účinek na uklidnění trávicí soustavy jako papaverin s obsahem opia.

Žaludeční vředy

Heřmánek pomáhá v prevenci a při léčbě žaludečních vředů urychluje jejich hojení. Při jednom pokusu krmili dvě skupiny zvířat tak, aby dostaly žaludeční vředy. Ta skupina zvířata, která dostala i heřmánek měla výrazně menší výskyt žaludečních vředů. Poté nemocná zvířata byla rozdělena do dvou skupin a ty které dostaly heřmánek se rychleji uzdravovala.

Gynekologické problémy

Antispastický účinek má nejen na trávicí trakt, ale i další hladké svalstvo, mezi ním i na svalstvo dělohy. Tento účinek heřmánku je znám už od starodávna a proto ho používali při menstruačních křečích a na urychlení porodu. Jak už dříve vzpomínaný prostředek na vyvolání zaražené menstruace, obsahuje látky, které urychlují stahování dělohy. Ženy ho mohou klidně použít při menstruačních křečích a na vyvolání menstruace, ale těhotným ženám se raději nedoporučuje.

Sedativum

Heřmánek jako uklidňující prostředek má dlouhodobou tradici. Vědecké studie dokázaly, že má uklidňující účinek na centrální nervový systém. Když jsme nervózní, pijme čerstvý heřmánkový čaj nebo si přidejme do horké koupele za hrst heřmánku.

Záněty kloubů

Pokusy na zvířatech dokázaly, že heřmánek úspěšně léčí různé kloubní záněty. Je jasné, že tyto studie nejsou bezprostředně platné i na lidi, ale heřmánek se už dávno v lidové medicíně používá na tento problém. Určitě nebezduvodně, vyzkoušejte to i Vy!

Prevence infekcí

Američtí eklektici měli úplnou pravdu, když natírali mastičky z heřmánku na rány, aby zabránili zánětu. Dokázalo se, že heřmánek zkracuje dobu hojení a regeneraci ran. Jiné studie potvrdily, že heřmánek zabíjí plíseň *Candida albicans*, která vyvolává výtoky a bakterie *Staphylococci*. Dále zabraňuje v rozmnožování viru, který způsobuje dětskou obrnu. Na pořezání, odřeniny nebo popáleniny připravme silný odvar a po vychladnutí jim ošetříme postižené tkáně.

Imunostimulant

Nikdo nevěděl, proč má heřmánek protiinfekční účinek, dokud angličtí vědci neobjevili jeho stimulující účinek na bílé krvinky (makrofágy a B-lymfocyty), které hrají významnou roli při obraně organismu proti infekcím. Při nachlazení a chřipce pijme heřmánkový čaj. Nemá vedlejší účinky a určitě Vám pomůže.

Homeopatie

Compositae

Léky z této čeledi jsou určeny lidem, kteří mají pochybnosti o vlastní hodnotě. Jejich integrita je narušená. Chybí jim pocit celistvosti, a proto jsou citliví na narušení svých hranic psychickými či tělesnými traumaty. Ve svém chování, v prožitcích a obavách bývají často dětinští; kompenzovaný stav se však často projevuje formou agrese či potřeby dostat se do popředí. V etiologii pak u těchto léků nacházíme také traumata, operace, nehody, virové infekce (chřipka a bradavice), sennou rýmu, červy, parazity a pokousání hmyzem. Dochází zde k nejrozličnějším formám narušení tělesných a psychických hranic této osoby, a tím se snižuje obranyschopnost pacienta.

Tělesnými příznaky jsou: pocit zmlácenosti, krvácení, zhmožděnin, horečka, třes, pocení, sinusitida, senná rýma a jaterní obtíže. Často jde o zimomřivé pacienty, kteří mají rádi teplo a slunce, a když je tma a zataženo, dochází u nich k zhoršení.

Homeopatické použití heřmánku je všeobecně známo, takže jeho obraz je snad dostupný v každé Materii medicae. Hodně se podobá použití ve fytoterapii, často je použitelným lékem u malých dětí, ať už se jedná o růst zoubků nebo poruchy chování.

Proto je jeho esence popisovaná jako podrážděná, netrpělivá, pláčtivá, ufnukané dítě nebo nevráživá, tvrdohlavá, vybíravá a přecitlivělá žena. Májí náchyllost ke křečím a abnormální citlivost na bolest, mdloby.

Záchvatovitě neuralgické bolesti, trnutí končetin. Neklid, úzkost, nemocný se převaluje v posteli, děti chtějí aby je rodiče vzali do náruče a nosili je. Návaly krve do hlavy, jedna strana obličeje je rudá a horká, druhá bledá a studená. Horečka se střídavou zimnicí a horkostí, častá žízeň, v noci pocení s horkým potem. Hořká chuť v ústech, zvrácení žluče, tlaky a křeče v žaludku. Průjem podobný špenátu nebo jako pokrájená vejce, flatulence s kolikou. Velmi silná, tmavá, uzlovitá menstruace s prudkými křečemi. Křečovitě porodní bolesti a bolestivé po porodní, přitom se objevuje velký stupeň netrpělivosti.

Na následky mstivosti, vzteku, nachlazení, nadměrného užití kávy.

Zhoršení: večer a v noci v posteli, při nervozitě. Teplo (lokální může zlepšovat).

Zlepšuje: Vstávání a chození, nošení v náruči. Chlad (lokální může zhoršovat).

Heřmánek pravý (*Chamomilla recutita*) čeleď Compositae

Napsal uživatel vilcakul

Pátek, 26 Březen 2010 22:09 - Aktualizováno Sobota, 07 Leden 2017 23:28

Indikace: revmatická-nervózní konstituce, hystérie. Problémy s růstem zoubků (bolestivost se zhoršuje jídlem, pitím i mluvou); se zvrácením, se špenátovým průjmem a horečkou. Křeče u dětí a žen, hlavně po silném rozrušení. Analgetikum. Bolesti břicha, nevolnost, zvrácení.

Podobné: Acon., Coffea., Bell., Staph., Ign., Bryonia., Colocynthis., Platango major

Zdroje:

Jiří Janča a Josef Zentrich: Herbář léčivých rostlin

Dr. Martin Schlegel: Staufferův homeopatický kapsář

Dr. Walter Glück: Homeopatická lékárnička

Michael Castleman: Encyklopedie léčivých rostlin (The healing herbs)

Marguerite Pelt: Nespoutaný růst

Multimedialní CD: Léčivé byliny

překlad © 2006-2007 vilcakul.extra.hu