



14 kroků k hormonální rovnováze – 2. část

Léčivé rostliny společné pro muže i ženy

Kotvičník:

Tato bylina je extrémně bohatá na biologicky velmi aktivní látky jako jsou saponiny, fytoosteroly, alkaloidy, glykosidy, flavonoidy, třísloviny, pryskyřice aj. Sušina plodů a kořene rostliny obsahuje více než 45% směsi furostanolu, furostenedionu a protodioscinu, tedy fytoosterolů, které jsou v rostlinné říši víceméně univerzálními "anaboliky". Kotvičník má široké užití, které zasahuje do mnoha životních funkcí. Stimuluje sekreci žaludečních šťáv, zlepšuje peristaltiku střev a vylučování žluči, čímž zvyšuje vylučování cholesterolu z krve. Zabraňuje rozvoji aterosklerózy a má výrazný vliv na kardiovaskulární systém. Zpomaluje srdeční činnost, prodlužuje diastolu, zlepšuje krevní výměnu, rozšiřuje cévy a snižuje krevní tlak, snižuje rychlost procesu stárnutí. Působí také jako močopudný prostředek, proto se používá při chorobách ledvin a močových cest. Zatím se zdá, že "hotová" směs fytoosterolů, kterou najdeme v plodech a kořenech kotvičníku pozemního, patří k neefektivnějším kombinacím, které věda v jediné rostlině objevila. Jako léčivou rostlinu znali kotvičník pozemní již starověcí léčitelé v Číně, Indii a Mezopotámii.

Oves setý:

Pro BioBalance používáme nař této rostliny, která obsahuje rozpustné složené cukry, saponiny, flavonoidy, křemičité kyseliny, nebílkovinné aminokyseliny. Nař snižuje hladinu kyseliny močové a chrání jaterní tkáň před toxiny. Tradičně je nař používána při akutních nebo chronických stavech úzkosti, při ztrátě napětí stěny močového měchýře, při podráždění dně, ledvinových bolestech, nervozitě, revmatismu, nespavosti, stresu, při onemocněních kůže. Nař také snižuje hladinu kyseliny močové a chrání jaterní tkáň před toxiny.

Přeslička rolní:

Obsahuje kyselinu křemičitou, saponiny, equisetonin, kyselinu equisetovou (akonitovou), třísloviny, flobafen, hořčiny, pryskyřici, tuky, organické kyseliny a flavonové glykosidy. Využití přesličky je mimořádně rozsáhlé. Patří mezi nejúčinnější urologická léčiva při zánětech ledvin a močového měchýře, i při prochlazení močového měchýře s křečovými bolestmi, kamenech a písku v ledvinách nebo v močovém měchýři. Příznivě také ovlivňuje pružnost a pevnost cévních stěn. Dále se používá při celkovém vysílení, tuberkulóze plic, silné menstruaci, křečích v žaludku, záchvatech žlučníku a jater.

Pískavice - Řecké seno:

Obsahuje průměrně 20% slizových látek, saponin, silici, flavonový glykosid a cholin, bílkoviny, vápník, fosfor, železo, draslík, sodík, selen, křemík, zinek, vitaminy A, B, C, E a celou řadu dalších účinných látek. Má tonizující účinky na organismus, mírně snižuje hladinu krevního cukru. Působí dále příznivě proti nadýmání, při ledvinových poruchách, ochablosti a bolestech v bedrech, kýle, impotenci a průjmu, na zlepšení celkového fyzického stavu. Používá se i ke zmírnění křečů. Zabraňuje absorpci cholesterolu, proto nedochází k jeho ukládání na stěnách tepen, čímž se snižuje nebezpečí infarktu. Příznivě působí na snížení krevního tlaku. Zvláště vnitřnosti a používá se k léčení žaludečních vředů. Je zajímavé, že chemické složení pískavice se velmi podobá složení rybího oleje.