Liečivé rastliny používané na uľahčenie vykašliavania hlienov s obsahom silíc I.

Zverejnené: 16. mája 2023 | Autor: PharmDr. Michaela Barkociová, PhD.



Bronchodilatačný účinok diterpénov z vňate jablčníka sa vysvetľuje deaktiváciou receptora pre inozinoltrifosfát, blokádou aktivovaných napäťovo závislých vápnikových kanálov L-typu a znížením citlivosti hladkého svalstva dýchacích ciest voči iónom vápnika. Podobne môže pôsobiť 1,8-cineol z eukalyptovej silice, ako aj anetol z anízovej silice. 1,8-cineol navyše aktivuje TRPM8, čo tiež vyvoláva bronchodilatáciu.

Anisi aetheroleum – silica anízu, Anisi fructus – plod anízu (*Pimpinella anisum* – bedrovník anízový, Apiaceae)

Plody anízu sa používajú vo forme čajoviny, z ktorej sa pripravuje zápar, silica sa odporúča užívať v množstve 0,05 – 0,2 ml perorálne.

Neuskutočnili sa žiadne klinické štúdie, ktoré by potvrdili expektoračné účinky anízu, jeho použitie je preto overené výhradne dlhodobými skúsenosťami. V štúdiách na zvieratách bol zdokumentovaný mukotropný účinok – zvýšenie tvorby sekrétu v dýchacom trakte a pokles jeho hustoty, ako aj spazmolytický a antimikrobiálny účinok.

Užívanie anízu sa neodporúča osobám s dokumentovanou hypersenzitivitou na rastliny čeľade Apiaceae alebo na anetol, ktorý je hlavnou zložkou jeho silice. Alergické reakcie sú najčastejším zdokumentovaným nežiaducim účinkom anízu. Pri predávkovaní (množstvo vyššie ako 1 ml silice) hrozí nevoľnosť, vracanie, záchvaty a pulmonárny edém.

Bezpečný denný príjem anetolu by u dospelého človeka nemal presiahnuť 0,2 mg/kg. Vysoké dávky anetolu u zvierat vyvolali estrogénny účinok, ktorý sa však vzhľadom na omnoho nižšie bežne používané dávky u ľudí nepovažuje za relevantný. Pozorovaný bol aj jeho slabý mutagénny potenciál, nebola však preukázaná *in vivo* genotoxicita. Ďalšou potenciálne nebezpečnou zložkou silice anízu je estragol. Existuje viacero štúdií, v ktorých bol pozorovaný jeho dávkovo závislý karcinogénny efekt. Krátkodobé užívanie (max. 2 týždne) anízu v odporúčaných dávkach (do 5 g) u dospelých a starších ľudí je vzhľadom na veľmi malé množstvá estragolu považované za bezpečné.

Silica sa však kvôli nedostatkom údajov o bezpečnosti a obsahu estragolu a anetolu neodporúča u detí a dospievajúcich do 18 rokov, samotné plody sa neodporúčajú do 12 rokov. Z rovnakého dôvodu sa ani silica ani plody neodporúčajú v období gravidity a laktácie.

Liekové interakcie pri užívaní anízu zaznamenané neboli. Pri užívaní vysokých dávok alebo pri dlhodobom užívaní môže estrogénny účinok anetolu teoreticky ovplyvniť hormonálnu substitučnú terapiu, táto teória však nebola podložená žiadnymi prípadmi z praxe.

Eucalypti aetheroleum – silica eukalyptu, Eucalypti folium – list eukalyptu (*Eucalyptus globulus* – eukalyptus guľatoplodý, *Eucalyptus polybractea* – eukalyptus šupinový, *Eucalyptus smithii* – eukalyptus Smithov, Myrtaceae)

Listy eukalyptu sa používajú na prípravu záparu, ktorý je možné užívať perorálne alebo inhalovať. Tinktúra z listov sa užíva perorálne, pri eukalyptovej silici je možné perorálne, inhalačné, kutánne a transdermálne použitie a použitie ako prísada do kúpeľa.

Eukalyptus má najmä antimikrobiálne, antiflogistické a analgetické účinky. Klinické štúdie priamo s eukalyptom vykonané neboli, skúmala sa však hlavná zložka eukalyptovej silice, 1,8-cineol. Preukázal sa ako účinný pri úľave od príznakov infekcií dýchacích ciest a jeho pozitívny účinok bol zaznamenaný aj pri chronickej

obštrukčnej chorobe pľúc, či astme.

Pri predávkovaní môže spôsobiť podráždenie pokožky alebo slizníc, nevoľnosť, vracanie, hnačku, ako aj rôzne respiračné či neurologické príznaky. Liekové interakcie zaznamenané neboli. Pri zápalových a vredových ochoreniach tráviaceho traktu sa pri perorálnom užívaní silice odporúča opatrnosť, nakoľko môže dráždiť tráviaci trakt.

1,8-cineol je kontraindikovaný u detí mladších ako 30 mesiacov kvôli riziku vzniku laryngospazmu a u detí s predchádzajúcou anamnézou záchvatov. Použitie eukalyptu sa ďalej neodporúča až do 4 rokov kvôli nedostatku údajov o bezpečnosti, perorálne použitie silice sa neodporúča do 12 rokov. Z rovnakého dôvodu sa neodporúča ani použitie počas gravidity a laktácie.

Marrubii herba – vňať jablčníka (*Marrubium vulgare* – jablčník obyčajný, Lamiaceae)

Používa sa ako čajovina na prípravu záparu, ale aj vo forme prášku, tekutého extraktu či šťavy (perorálne). Pri príprave záparu sa obsahové látky pôsobením tepla menia na svoje účinnejšie formy, preto je potrebné drogu lúhovať dlhšie ako obvykle, aspoň 15 – 30 minút.

Neuskutočnili sa žiadne klinické štúdie, ktoré by potvrdili expektoračné účinky jablčníka, jeho použitie je preto overené výlučne empiricky. Obsahuje horčiny, ktoré zvyšujú sekréciu tráviacich štiav, podporujú trávenie a chuť do jedla a pripisuje sa im aj bronchodilatačný účinok. Popísané boli aj spazmolytické a antiflogistické účinky.

Kontraindikáciami pri užívaní vňate jablčníka sú ochorenia pečene, zápaly žlčníka, obštrukcia žlčovodov a ileus, tiež hypersenzitivita na rastliny čeľade Lamiaceae. Pri žalúdočných vredoch a žlčníkových kameňoch sa pred použitím odporúča konzultácia s lekárom. Neboli hlásené žiadne nežiaduce účinky ani liekové interakcie.

Z dôvodu chýbajúcich údajov o bezpečnosti sa neodporúča použitie u detí do 12 rokov, tehotných a dojčiacich žien.

PharmDr. Michaela Barkociová, PhD.