Liečivé rastliny používané na zosilnenie vylučovania moču s obsahom flavonoidov I.

Zverejnené: 4. júla 2024 | Autor: PharmDr. Michaela Barkociová, PhD.



Antihypertenzný a diuretický (draslík šetriaci) účinok mnohých flavonoidných derivátov bol vysvetlený:

- inhibíciou ACE, znížením účinku aldosterónu s následným znížením expresie sodíkového kanála αENaC v epiteli obličiek,
- zvýšením dostupnosti bradykinínu na B_2 receptoroch a s tým spojeným zvýšením produkcie NO, PGE_2 a PGI_2,
- inhibíciou obličkovej Na^+/K^+-ATPázy (priamou alebo prostredníctvom zvýšenej produkcie NO),
- antagonistickým pôsobením na adenozínové A_1 receptory,
- inhibíciou SGLT2 a inhibíciou NKCC2,

- inhibíciou karboanhydrázy XII (polyfenoly).

Equiseti herba – vňať prasličky (*Equisetum arvense* – prasličkа roľná, Equisetaceae)

Vňať prasličky je možné použiť vo forme záparu, rôznych druhov tekutých a suchých extraktov či vo forme čerstvo vytlačenej šťavy z vňate. Okrem flavonoidov obsahuje aj kremičitany, ktoré svojim pôsobením tiež prispievajú k jej diuretickému účinku. Dĺžka užívania je tradične 2 – 4 týždne, avšak, ak nedôjde k ústupu príznakov počas prvého týždňa užívania, alebo sa príznaky zhoršia a objaví sa horúčka, či krv v moči, je nutné vyhľadať odbornú lekársku pomoc.

Diuretický účinok prasličky bol potvrdený v jednej klinickej štúdii u ľudí. V preklinickom výskume bola zdokumentovaná aj antioxidačná, antidiabetická a antimikrobiálna aktivita, ako aj zlepšenie hojenia rán.

Praslička sa neodporúča pri hypersenzitivite na jej obsahové látky a pri ochoreniach srdca a obličiek, ktoré vyžadujú znížený príjem tekutín, nakoľko počas jej užívania je nevyhnutné posilniť pitný režim. Kvôli nedostatku údajov o bezpečnosti sa tiež neodporúča jej použitie u detí mladších ako 12 rokov, tehotných a dojčiacich žien.

Najčastejšími nežiaduci účinkami prasličky sú alergické reakcie a problémy s trávením, pravdepodobne spôsobené jej vysokým obsahom kremíka. Práve kvôli nemu sa praslička neodporúča konzumovať dlhodobo.

Ďalším problémom pri dlhodobom užívaní prasličky je prítomnosť tiaminázy, ktorá môže spôsobiť depléciu vitamínu B1. Použitie záparu a etanolových extraktov je v tomto smere považované za bezpečné, keďže ide o enzým a pri príprave záparu a daných extraktov pravdepodobne dochádza k jeho deštrukcii vplyvom vysokej teploty a vplyvom etanolu. Pri iných druhoch produktov z prasličky však toto nebezpečenstvo nemožno vylúčiť.

Zdokumentované neboli žiadne liekové interakcie.

Fraxini folium – list jaseňa (*Fraxinus excelsior* – jaseň štíhly, *Fraxinus angustifolia* – jaseň úzkolistý, Oleaceae)

Listy jaseňa sa ako tradičný rastlinný liek používajú výlučne vo forme záparu z rezanej drogy po dobu dvoch týždňov. K diuretickej aktivite okrem flavonoidov prispievajú aj sekoiridoidy a manitol. Pre zaistenie zvýšenia vylučovania moču je počas liečby ľahších ochorení močových ciest nevyhnutný dostatočný príjem tekutín.

Neuskutočnili sa žiadne klinické štúdie, ktoré by potvrdili diuretický účinok listov jaseňa, ich použitie je preto overené výhradne dlhodobými skúsenosťami. Vo zvieracích a *in vitro* štúdiách ale bola pozorovaná ich diuretická, hepatoprotektívna, antimikrobiálna a antiflogistická aktivita.

Jaseň sa neodporúča pri ochoreniach srdca a obličiek, ktoré vyžadujú znížený príjem tekutín a pri precitlivenosti na jeho aktívne zložky. Rovnako sa neodporúča u detí a dospievajúcich až do 18 rokov a počas obdobia gravidity a laktácie z dôvodu chýbajúcich údajov o bezpečnosti.

Počas jeho užívania neboli hlásené žiadne nežiaduce účinky, ani liekové interakcie.