



Zdravie v každej šálke

Liečivé bylinné čaje Energy





Liečivá sila
bylinných čajov
je v každom ich
lístku.



ČAJE, KTORÉ LIEČIA

Zdraviu prospešné účinky bylín sa dajú veľmi dobre využiť vo forme čajov a odvarov. Účinné látky sú vo väčšine prípadov rozpustné vo vode a po kratšej alebo dlhšej dobe varu sa z rastlinnej hmoty uvoľňujú do vodného roztoku. Tento spôsob užívania bylín je tradičný a veľmi účinný. Liečebné látky totiž oveľa jednoduchšie prestupujú do tela, a ak sa čaj popíja po malých dávkach celý deň, efekt je intenzívnejší než pri jednorazovom aplikovaní rovnakej dávky. Voda je veľmi silné informačné médium a pri varení do nej prechádzajú okrem účinných látok aj bylinné bioinformácie.



UNCARIA TOMENTOSA (VILCACORA, MAČACÍ PAZÚR)

Uncaria rastie v nížinných tropických pralesoch Strednej a Južnej Ameriky, najmä v oblasti Peru. Domorodé kmene používajú túto lianu na široké spektrum zdravotných ťažkostí prinajmenšom už dvetisíc rokov. Do povedomia západného sveta sa však uncaria dostala až v 70. rokoch minulého storočia vďaka činnosti kresťanských misionárov. Informácie o zázračne vyliečených a dôkazy o mimoriadnych vlastnostiach tejto rastliny podnietili záujem farmaceutických firiem na celom svete. V súčasnosti sú účinky uncarie laboratórne aj klinicky preukázané. Ide o silnú liečivú rastlinu.



Použitie

- » zápalové ochorenia (vírusy, baktérie, plesne)
- » astma
- » reumatizmus, artritída
- » choroby zažívacieho traktu, najmä žalúdočné vredy a zápaly čriev
- » menštruačné poruchy
- » kardiovaskulárne choroby, vysoký krvný tlak

Pôvod

stredné Peru, provincia Coronel Portillo

Časť rastliny

sušená drvená kôra rastliny *Uncaria tomentosa*

Spôsob prípravy a dávkovania

Na 1 liter vriacej vody 1 polievkovú lyžicu, 25 minút variť a potom 15 minút lúhovať a scediť. 1 liter odvaru rozdeliť do troch denných dávok.

Účinky a obsiahnuté látky

Uncaria tomentosa má imunostimulačné, regeneračné, protialergické a silné antioxidačné účinky. Uvádza sa, že zvyšuje obranyschopnosť až o 60 %. Rastlina obsahuje alkaloidy (dôležitý z nich je izopteropodín s imunostimulačnými účinkami



a rinkofilín), fytosteroly (prevažne β -sitosterol, ktorý je významným antioxidantom), ďalej flavonoid epikatechín tiež so silnými antioxidačnými účinkami, a v neposlednom rade proantokyanidíny, ktoré zlepšujú pružnosť cievnych kapilár. Rastlina pôsobí aj antimutagénne, a to vyvolaním apoptózy – riadenej bunkovej smrti akokoľvek poškodenej bunky.

Kontraindikácie

Nie je určené pre deti. Užívanie v čase tehotenstva a dojčenia konzultujte so svojím lekárom. Neodporúča sa užívať po transplantácii kostnej drene, orgánov a po transfúzii. Nevhodné pre diabetikov užívajúcich inzulín, pri hormonálnej liečbe a pre osoby užívajúce imunosupresíva.



LAPACHO (TABEBUIA SERRATIFOLIA)

V tropických dažďových pralesoch Strednej Ameriky rastie vysoký strom s hladkou kôrou a rúrkovými kvetmi, ktorého účinky poznajú miestne domorodé kmene už po stáročia. Indiáni ho nazývajú slovom, ktoré sa dá preložiť ako „mať moc a silu“. Moderná história lapacha sa datuje od roku 1884, keď bola izolovaná jeho najdôležitejšia obsahová látka a následne sa testovali účinky u rôznych foriem rakoviny. Úspešnosť bola natoľko zarážajúca, že brazílska vláda uvalila informačné embargo na výsledky všetkých klinických výskumov týkajúcich sa lapacha. Embargo bolo porušené až v roku 1981 a od tej chvíle záujem o túto rastlinu vo svete veľmi prudko stupa.



Použitie

- » zápalové ochorenia (vírusy, baktérie, plesne)
- » astma a alergie
- » zápaly žalúdka
- » diabetes
- » ochorenia pečene
- » prekonaná borelióza a mononukleóza
- » ochorenia nervovej sústavy
- » zvonka pri kožných a gynekologických ťažkostiach

Pôvod

stredné Peru, provincia Coronel Portillo

Časť rastliny

sušená drvená vnútorná kôra stromu *Tabebuia serratifolia*

Spôsob prípravy a dávkovania

Do 1 litra vriacej vody vložíme 4 plné lyžičky lapacha, necháme variť 5 minút. Potom odstavíme a necháme ešte 15–20 minút lúhovať. Môžeme piť teplé aj studené. 1 liter odvaru vypiť v priebehu dňa, najlepšie medzi jedlami. Po 2–3 týždňoch užívania je vhodná prestávka trvajúca najmenej 1 mesiac.



Účinky a obsiahnuté látky

Lapacho má imunostimulačné, protizápalové, antioxidačné a bolesť utišujúce účinky. Kôra obsahuje naftochinóny a antrachinóny. Sú to látky, ktoré sa v jednej rastline spoločne vyskytujú len zriedka. Mimoriadne liečebné účinky sa preto pripisujú ich synergickému pôsobeniu. Najvýznamnejším naftochinónom je lapachol. Rastlina ďalej obsahuje flavonoidy, ktoré pôsobia antioxidačne, vitamíny (B, C, provitámín A), minerálne látky (vápnik, draslík, fosfor a horčík) a stopové prvky (kremík, cín a mangán).

Kontraindikácie

Nie je určené pre deti. Užívanie v čase tehotenstva a dojčenia konzultujte so svojím lekárom. Neodporúča sa pri nízkom tlaku, srdcovej nedostatočnosti, hnačke a horúčke.



CHANCA PIEDRA (PHYLLANTHUS NIRURI)

Túto nenápadnú, drobnú rastlinu nazývajú pôvodní obyvatelia Amazónie „lámačom kameňov“. Už po generácie ju používajú na všetky ťažkosti urologického charakteru. Chanca Piedra rastie prirodzene nielen v oblasti Strednej Ameriky, ale aj v Indii a krajinách juhovýchodnej Ázie. Tu sa stala významnou liečivkou tradičnej ájurvédскеj medicíny. Zvláštnu pozornosť si získala v roku 1988, keď bolo v renomovanom lekárskom časopise publikované zistenie, že užívanie Chanca Piedry významne znižuje aktivitu vírusu spôsobujúceho infekčnú žltáčku typu B. Znižuje tak riziko trvalého poškodenia pečenevého tkaniva.



Použitie

- » choroby zažívacieho traktu, žalúdočné a črevné infekcie
- » žlčové a obličkové kamene
- » zápaly močového mechúra, prostaty, zápaly obličiek
- » diabetes 2. typu
- » hepatitída B (akútny i chronický zápal pečene)
- » choroby z nachladnutia, chrípka
- » vysoký krvný tlak
- » znižovanie horúčky
- » podpora metabolizmu

Pôvod

stredné Peru, provincia Coronel Portillo

Časť rastliny

sušená drvená vňať rastliny *Phyllanthus niruri*

Spôsob prípravy a dávkovania

Na 1 liter vriacej vody 1–2 lyžice, 5 minút variť na miernom ohni a scediť. 1 liter odvaru rozdeliť do 3 denných dávok, popíjať po dobu minimálne 1 mesiaca.



Účinky a obsiahnuté látky

Chanca Piedra ma diuretické, spazmolytické a protizápalové účinky. Uvoľňuje hladkú svalovinu, špecifickú pre močový a žlčový trakt, a tak podporuje prirodzené vypudzovanie kamienkov a regeneráciu. Pomáha pri poruchách tráviaceho traktu, hnačke, zápche alebo nadúvaní, posilňuje funkcie pečene. Znižuje krvný tlak. Vňať obsahuje predovšetkým chinolizidinové alkaloidy, flavonoidy (rutín) a taníny.

Kontraindikácie

Nie je určené pre deti. Užívanie v čase tehotenstva a dojčenia konzultujte so svojím lekárom.



SMILAX OFFICINALIS (SMILAX LEKÁRSKY)

Smilax lekársky je trváca ovijavá rastlina. Pochádza zo Strednej Ameriky, kde sa tradične používa nielen ako liečivka, ktorá zvyšuje vitalitu a sexuálnu potenciu. Západný svet dobyla táto pôvabná rastlinka už v 16. storočí ako účinný liek proti syfilisu a mnohým ďalším pohlavne prenosným chorobám. Neskôr sa zistilo, že liečebné schopnosti smilaxu sú mimoriadne široké a dá sa využiť pri mnohých zdravotných problémoch.



Použitie

- » bolesti kĺbov
- » artróza, reumatizmus, reumatoidná artritída
- » zápaly obličiek a močového mechúra
- » pohlavné choroby
- » harmonizácia hormonálneho systému
- » zníženie vzniku alergií a ekzémov
- » lupienka
- » aknózna a nečistá pľeť
- » únava

Pôvod

India

Časť rastliny

sušený drvený koreň rastliny *Smilax officinalis*

Spôsob prípravy a dávkovania

Na 1 liter vriacej vody 1 čajovú lyžičku, 3 minúty variť a scediť. 1 liter odvaru denne popíjať po malých dávkach, najneskôr do 17. hodiny. Užívajte minimálne po dobu 1 mesiaca.



Účinky a obsiahnuté látky

Smilax lekársky má imunomodulačné, protizápalové, tonizujúce, anabolické, afrodiziakálne, antioxidačné a bolesť tlmiace účinky. Posilňuje obranyschopnosť tak, že stimuluje tvorbu bielych krviniek – T-lymfocytov a makrofágov. Harmonizuje najmä mužský hormonálny systém. Podporuje tvorbu testosterónu a progesterónu, prirodzený anabolizmus a metabolismus tela. Podporuje činnosť pečene a detoxikáciu. Rastlina obsahuje saponíny, fytosteroly (β -sitosterol, ktorý je významným antioxidantom), glykozidy, vápnik, meď, železo, jód, mangán, draslík, kremík, sodík, síru, vitamíny B-komplexu, C, D a provitámín A.

Kontraindikácie

Nie je určené pre deti. Užívanie v čase tehotenstva a dojčenia konzultujte so svojím lekárom.



TRIBULUS TERRESTRIS (KOTVIČNÍK ZEMNÝ)

Táto pozoruhodná drobná chlpatá liečivá rastlina pochádza pôvodne z pieskových morských pobreží Číny a Japonska, odkiaľ sa rozšírila do suchých oblastí celého sveta. Hoci ide o typický druh plevy, pestuje sa aj zámerne pre farmaceutický priemysel, keďže má veľmi široké spektrum použitia a množstvo pozitívnych účinkov na ľudský organizmus. Je známa predovšetkým ako prírodný prostriedok na stimulovanie sexuálnych funkcií a úpravu hladiny pohlavných hormónov, alebo ako afrodiziakum.



Použitie

- » močopudné pôsobenie
- » zvýšenie sekrécie žlče a žalúdočných štiav
- » zníženie krvného tlaku, prevencia a liečba kardiovaskulárnych chorôb
- » úprava metabolizmu tukov a cukrov (diabetes)
- » regenerácia tela po chorobe, vyčerpaní
- » zabránenie zadržiavaniu vody v tele
- » analgetický účinok
- » potvrdený účinok pri pohlavných a reprodukčných chorobách
- » zvýšenie sexuálnej výkonnosti
- » spomalenie starnutia

Pôvod

Bulharsko

Časť rastliny

sušená drvená vňať rastliny *Tribulus terrestris*

Spôsob prípravy a dávkovania

Na každých 30 kg telesnej hmotnosti zelejeme ½ čajovej lyžičky (0,5 g) sušenej vňate 0,25 litra vriacej vody a necháme 15 minút lúhovať. Užíva sa pol hodiny pred jedlom, rozdelené do 2–3 denných dávok. Maximálna celková denná dávka je 2 g!

Účinky a obsiahnuté látky

Kotvičník zemný obsahuje vo svojich nadzemných častiach predovšetkým steroidné saponíny, alkaloidy, glykozidy, flavonoidy, triesloviny a živice, ďalej



minerálne látky a vitamín C. Kotvičník sa používa pri chorobách obličiek a močového mechúra, zlepšuje trávenie a znižuje hladinu cholesterolu v krvi. Prispieva k prevencii kardiovaskulárnych chorôb. Ovplyvňuje metabolizmus živín a upravuje hospodárenie s vodou. Najvýznamnejší a najviac preštudovaný je jeho účinok na liečbu neplodnosti u mužov aj žien. Vďaka obsahu prírodných steroidných látok (fytosterolov) stimuluje tvorbu vlastných androgénnych a estrogénnych hormónov (testosterónu a estrogénu), čím ovplyvňuje libido a potenciu. Pomáha pri zväčšení prostaty a klimakterických ťažkostiach.

Kontraindikácie

Nie je určené pre deti. Užívanie v čase tehotenstva a dojčenia konzultujte so svojím lekárom. Neužívať pri chudokrvnosti.



MAYTENUS ILICIFOLIA (ESPINHEIRA SANTA, CANGOROSA)

Južná Amerika oplýva množstvom rastlín, ktoré pozitívne ovplyvňujú zdravie človeka. Jednou z nich je aj stálezelený krovitý strom Maytenus ilicifolia. Rastie v lesoch aj trávnatých oblastiach Brazílie, Paraguaja, Uruguaja a Argentíny. Vyznačuje sa kožovitými listami s trnmi na okrajoch, žltozelenými kvetmi a oranžovými plodmi. Ako prví začali jeho účinky využívať Indiáni z kmeňa Guaraní, a to predovšetkým pri tráviacich ťažkostiach, žalúdočných vredoch, na zle sa hojace rany, vyrážky a kožné problémy. Výskumy potvrdili množstvo ďalších predností tejto rastliny, napríklad tonizujúce, antireumatické, hormonálne a omladzujúce pôsobenie.



Použitie

- » menštruačné problémy, menopauza
- » zažívacie ťažkosti, žalúdočné vredy, reflux pažeráka (pálenie záhy), plynatosť, zápcha
- » artritída, reumatizmus, osteoporóza
- » astma
- » Alzheimerova choroba, psychické problémy; upokojuje, zlepšuje pamäť a koncentráciu
- » zápaly a zle sa hojace rany, vredy predkolenia
- » antioxidačné účinky, spomaľuje starnutie buniek
- » znižuje vysoký krvný tlak (rozširuje cievy)
- » posilňuje obranyschopnosť organizmu
- » čistí krv, detoxikuje pečeň a obličky

Pôvod

Brazília

Časť rastliny

sušená drvená vňať rastliny *Maytenus ilicifolia*

Spôsob prípravy a dávkovania

3 čajove lyžičky povariť v 0,75 litri vody po dobu 3 minút, potom scediť. 0,75 litra odvaru rozdeliť do 2–3 denných dávok, po 3 týždňoch užívania urobiť 1 týždeň prestávku.

Účinky a obsiahnuté látky

Listy *Maytenus ilicifolia* obsahujú fytoestrogény, ktoré pôsobia na hormonálny systém, harmonizujú menštruačný cyklus a zmiernujú návaly v menopauze. Znižujú nebezpečenstvo vzniku osteoporózy



a spomaľujú starnutie. Rastlina je významným zdrojom vápnika a horčika, preto ovplyvňuje pevnosť kostí a pružnosť chrupaviek, znižuje opuchy dolných končatín. *Maytenus* upokojuje psychiku a tlmí bolesť. Reguluje trávenie, znižuje prekyslenie žalúdka a pálenie záhy, uvoľňuje kŕče. Podporuje metabolizmus, čistí obličky, pomáha vylučovať kyselinu močovú z tela. Tak zmierňuje dnu. Znižuje prejavy astmy a iných dýchacích ťažkostí.

Kontraindikácie

Nie je určené pre deti. Užívanie v čase tehotenstva a dojčenia konzultujte so svojím lekárom.



Prípravky



LAPACHO

Charakteristika výrobku:
bylinný čaj – vnútorná kôra
z lapacha

Obsah: 105 g

Použitie: Lapacho používali Indiáni ako prostriedok, ktorý pôsobí blahodarne pri vonkajších aj vnútorných zápaloch. Vďaka svojim antibiotickým účinkom má vplyv na eliminovanie baktérií a plesní. Mnohí odborníci hovoria o podporných účinkoch pri onkologických ochoreniach, a to vrátane leukémie. Pozitívne pôsobí po chemoterapii a dlhodobom užívaní psychofarmák. Pomáha pri ochorení nervovej sústavy. Vhodný je pri zápaloch žalúdka, ochorení pečene, po prekonanej borelióze alebo mononukleóze, pri diabete. Zvonka sa dá využiť pri kožných a gynekologických ťažkostiach.



SMILAX OFFICINALIS

Charakteristika výrobku:

bylinný čaj – koreň smilaxu
lekárskeho

Obsah: 105 g

Použitie: Smilax lekársky podporuje imunitný systém, má protizápalové, tonizujúce, anabolické a antioxidačné účinky. Priaznivo pôsobí na meridián obličiek a močového mechúra. Podporuje vylučovanie odpadových solí z tela, blahodarne pôsobí pri psoriáze, reumatických problémoch, artróze, artritídach a zápaloch močovo-pohlavného systému. Znižuje výskyt alergií a ekzémov, akné a nečistej pleti. Harmonizuje hormonálny systém.



TRIBULUS TERRESTRIS

Charakteristika výrobku:

bylinný čaj – vňať kotvičníka
zemného

Obsah: 105 g

Použitie: Kotvičník zemný vďaka obsahu prírodných steroidných látok (fytosterolov) stimuluje v tele tvorbu testosterónu a estrogénu, jeho účinok sa využíva pri neplodnosti a liečbe pohlavných chorôb, podporuje sexuálnu výkonnosť. Pomáha aj pri zväčšenej prostate a klimakterických ťažkostiach. Používa sa pri chorobách obličiek a močového mechúra, pôsobí močopudne. Zlepšuje trávenie, zvyšuje sekréciu žlče a žalúdočných štiav. Výrazne prispieva k prevencii kardiovaskulárnych chorôb, znižuje hladinu cholesterolu v krvi, ovplyvňuje metabolizmus živín a zabraňuje zadržiavaniu vody v tele. Zlepšuje regeneračné schopnosti organizmu po chorobe alebo pri vyčerpaní.



UNCARIA TOMENTOSA

Charakteristika výrobku:

čaj – kôra z rastliny mačací pazúr
(vilcadora)

Obsah: 55 g

Použitie: Vilcadora obsahuje veľké množstvo alkaloidov, sterolov, aminoglykozidov, terpenov, tanínov, flavonoidov a ďalších významných látok. Veľmi významne podporuje správnu funkciu imunitného systému a blahodarne pôsobí pri onkologických ochoreniach. Vilcadoru možno užívať pri infekciách spôsobených vírusmi, baktériami a plesňami, alergiách, astme a pri kardiovaskulárnych chorobách. Uplatňuje sa pri ochoreniach zažívacieho traktu, najmä pri žalúdočných vredoch a zápale čriev. Pomáha pri reumatizme, artritíde a menštruačných poruchách.



CHANCA PIEDRA

Charakteristika výrobku:

bylinný čaj – vňať rastliny
Chanca piedra

Obsah: 105 g

Použitie: Chanca piedra obsahuje vysoké množstvo alkaloidov uvoľňujúcich hladkú svalovinu špecifickú pre močový a žlčový trakt, čo pomáha pri prirodzenom vypudení kamienkov a regenerácii. Čaj má diuretické účinky, je vhodný pri zápaloch močového mechúra, prostaty a obličiek. Pomáha pri poruchách tráviaceho traktu, hnačke, zápche alebo nadúvaní, pri žalúdočných a črevných infekciách. Posilňuje funkcie pečene (akútnej a chronickej zápal). Môže sa používať pri chorobách z nachladnutia, chrípky, pri horúčke. Znižuje krvný tlak a hladinu cukru v krvi.

Poznámky:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Upozornenie

Byliny sú balené vo vrecúšku z alufólie, ktoré má zips. Vďaka tomu sú chránené pred oxidáciou a stratou účinnosti. Po otvorení ich uschovávajúte v pôvodnom balení. Ide o vysoko liečivé byliny, v podstate prírodné všeličky, ktoré majú veľmi silný účinok. Preto treba dať pozor na spôsob ich užívania a nepodceňovať kontraindikácie. Dlhodobé užívanie týchto čajov je možné len pri zdravotných ťažkostiach. Ako prevenciu ich užívajte iba krátkodobo.



Váš poradca:

www.energy.sk