

**MASARYKOVA UNIVERZITA
PEDAGOGICKÁ FAKULTA**

LÉČIVÉ ROSTLINY

Předmětu: Léčivé rostliny UOPK_5003

Vyučující: Mgr. Jiří Šibor, Ph.D.

Autor: Bc Danuše Bilá, UČO: 453568

Obor: Učitelství odborných předmětů

Datum: Listopad 2016

Hypericum perforatum

TŘEZALKOVÝ OLEJ

Lidově označená jako- bylina sv. Jana,
svatojanská bylina,
čarovník,
krevníček



Třezalka tečkovaná

- Z rodu třezalkovitých
- Při sběru nesmíme zaměnit s třezalkou skvrnitou - ta má na průřezu lodyhu čtyřhrannou
- 30-60 cm vysoká bylina, rostoucí na slunečných místech - loukách, pasekách, příkopech

Droga

- Obsahuje katechinové trísloviny, flavonové glykosidy, silice, hypericiny, fenolická červená barviva

Třezalka tečkovaná

- Červená barva
- Příjemná vůně
- Obsahuje červené barvivo – hypericin (při rozetření mezi prsty se barvivo uvolní)



Účinky

- Podporuje:
 - krevní oběh
 - vylučování žluči
- Působí protizánětlivě

Využití třezalky

- Čaje
- Koupele
- Oleje
- Kosmetické využití

čaj

Připravíme 1 lžící nasekané třezalky přelijeme hrnečkem horké vody. Necháme 10 minut louhovat. Popíjí se vlažný 3x denně 3 týdny.

Pomáhá při:

- nervových potížích
- poranění
- průjmovému onemocnění
- bolestech zubů



Koupele

Z natě či květů si připravíme příjemnou koupel, která je vhodná:

- Při zklidnění
- U dětí, které se v noci pomočují



Třezalkový olej

- Získává se macerací (*máčení květů v oleji na sluníčku*) květů třezalky tečkované v oleji

“květy, natrhané za slunečného dne, volně naplníme do láhve až po hrdlo a zalijeme dobrým stolním olejem (olivovým, slunečnicovým, mandlovým a pod.). Květy musí být v oleji ponořené. Láhev dobře uzavřeme a postavíme ji na několik dní na slunce nebo na teplé místo. Do týdne se olej zbarví do červena. Potom přefiltrujeme přes hadřík, zbytek vylisujeme, olej uschováme v tmavých lahvičkách.”

citace z <https://www.zdravinadlani.cz/lecive-rostliny/trezalka-teckovana>

<https://www.youtube.com/watch?v=ulzZ2v8DgUk>

<https://www.youtube.com/watch?v=hOXrrKZ10Bc>

Třezalkový olej

Použití:

- K léčbě akné
- K ošetření ekzémů (zejména atopického)
- Ošetření pohmožděnin
- Ke zklidnění popálené kůže sluníčkem
- uvolnění křečí, svalové blokády



Třezalkový olej

- Dodává pleti účinné látky
- Používá se na masáže, zejména u malých dětí
- Zlepšuje stav ekzémů
- Přidává se do koupelí (lžička do vany)
- Slouží k regeneraci tkání – záněty žil, bércové vředy, na špatně hojící se tkáně



Třezalkový olej

K užívání vnitřně se doporučuje olej nakapat na cukr a pomáhá:

- **Povzbuzovat chuť k jídlu**
- **Snižovat bolesti hlavy**
- **Posilovat nervy**

POZOR!!!!

- Olej je fotosenzitivní – proto se nesmí natírat před opalováním (může dojít k podráždění)
- Nesmí se dlouhodobě pít třezalkový olej, může snížit účinek hormonální antikoncepce
- Olej nepoužívat při užívání antidepresiv

Odkaz na video

Použité odkazy

- Rubcov, V.G., Beneš, K.: Zelená lékárna. Lidové nakladatelství, Praha, 1984. 26-048-84/04-38/
- Syrový,V.: Tajemství kosmetiky. Ahomi,s.r.o. 215. ISBN 978-80-903137-7-4
- <https://www.zdravinadlani.cz/lecive-rostliny/trezalka-teckovana>
- <http://www.ireceptar.cz/zdravi/trezalka-prirodni-antidepresivum/>
- <http://prima-receptar.cz/trezalka-teckovana/>
- <http://eshop.nobilis.cz/aromaterapie-1/trezalkovy-olej.html>
- <http://eshop.karelhadek.eu/trezalkovy-olej-m-10#prettyPhoto>

DĚKUJI ZA



POZORNOST