

ANÝZ OBECNÝ (BEDRNÍK ANÝZ)

Anisum vulgare,
Pimpinella anisum

Aníz
Bedrovník anízový



ÚČINNÉ LÁTKY

V silici je přítomný anethol, chavicol, methychavicol.

ÚČINKY

Zvyšuje tvorbu mléka u kojících žen (laktogogum), zmírňuje plynatost (karminativum), zabraňuje křečím hladké svaloviny v trávicím traktu (spazmolytikum).

POUŽITÍ

V čajových směsích na kojení a dále také v čajových směsích na zácpu.

BEZPEČNOST

Užívá se tradičně u kojících žen, považuje se za bezpečnou rostlinu.

ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

1,5 g plodu anýzu v nálevu.

Zdroje:

SHOJAIL, Asie; ABDOLLAHI FARD, Mehri. Review of pharmacological properties and chemical constituents of Pimpinella anisum. International Scholarly Research Notices, 2012, 2012.

KHALILI, Sona, et al. The effect of Pimpinella Anisum herbal tea on human milk volume and weight gain in the preterm infant: a randomized controlled clinical trial. BMC Complementary Medicine and Therapies, 2023, 23.1: 1-11.