

# VRCHOLÁK PRAVÝ

---

Terminalia arjuna

Arjuna

Další jména:  
arjun



## ÚČINNÉ LÁTKY

Triterpeny (oleananové glykosidy), trísloviny, flavonoidy, minerály.



## ÚČINKY

Antioxidační, protizánětlivý, snižuje krevní tlak a krevní tuky, povzbuzuje srdeční svalstvo ke stahu.



## POUŽITÍ

Prevence nedokrvenosti srdce, podpůrný prostředek při léčbě nemocí srdce.



## BEZPEČNOST

Dobře tolerovaná rostlina. Pro použití v těhotenství či při kojení chybí data.



## ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Užívá se kůra v dávce 1 – 2 g/den.

Zdroje:

DWIVEDI, Shridhar. Terminalia arjuna Wight & Arn.—a useful drug for cardiovascular disorders. Journal of ethnopharmacology, 2007, 114.2: 114-129.

GUPTA, R., et al. Antioxidant and hypocholesterolaemic effects of Terminalia arjuna tree-bark powder: a randomised placebo-controlled trial. The Journal of the Association of Physicians of India, 2001, 49: 231-235.