

CHVOJNÍK DVOUKLASÝ

Ephedra distachya

Ephedra sinica

Chvojník dvojklasý,
čínský

Další jména:
ma huang



ÚČINNÉ LÁTKY

Efedrin, pseudoefedrin.



ÚČINKY

Proti křečím v dýchací soustavě, pomáhá hubnutí, podporuje činnost sympatiku (oddíl nervové soustavy zodpovědný za aktivaci mnoha procesů v těle), protizánětlivý, proti alergiím.



POUŽITÍ

Efedrin a pseudoefedrin jsou základní surovinou pro přípravu pervitinu a extáze, proto je jeho pěstování a používání zakázané, s výjimkou registrovaných léků obsahujících pseudoefedrin (paralen plus, modafen, Panadol stopgrip, nurofen stopgrip).



BEZPEČNOST

Nežádoucí účinky zahrnují nevolnost, úzkost, změnu nálady, toxicitu pro játra. Nesmí se použít při očním zákalu (glaukom), jakýchkoliv poruchách příjmu potravy nebo ztrátách chuti k jídlu. V těhotenství kategorie B3, při kojení se silně nedoporučuje.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

4-8 g sušené natě denně.

Zdroje:

ZHENG, Qingge, et al. Ephedrae herba: A comprehensive review of its traditional uses, phytochemistry, pharmacology, and toxicology. *Journal of Ethnopharmacology*, 2023, 116153.

YOO, Hee-Jeong a kol. Účinky přípravků obsahujících efedrin na úbytek hmotnosti a lipidové profily: systematický přehled a metaanalýza randomizovaných kontrolovaných studií. *Pharmaceuticals*, 2021, 14.11: 1198.

ELHADEF, Khaoula, et al. A review on worldwide Ephedra history and story: from fossils to natural products mass spectroscopy characterization and biopharmacotherapy potential. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020, 2020.

BOOZER, C. N., et al. Herbal ephedra/caffeine for weight loss: a 6-month randomized safety and efficacy trial. *International Journal of Obesity*, 2002, 26.5: 593-604.