

DŘIŠŤÁL OBECNÝ

Berberis vulgaris

Dráž obyčejný

ÚČINNÉ LÁTKY

Alkaloidy (berberin) - nejvíce v kůře kořene.

ÚČINKY

Proti mikrobům, podporuje tvorbu a vylučování žluči, proti nevolnosti a zvracení, slabě projímavé účinky. Zlepšuje metabolismus glukózy a lipidů.

POUŽITÍ

Proti zánětům a infekcím trávicího ústrojí, při žlučnickové nedostatečnosti, cukrovka II. typu, zvýšený cholesterol, ochrana před účinky radioaktivního záření. Tradičně se používá také proti žlučovým kamenům, k ochraně jater, jako podpora trávení, proti průjmu a ve vysokých dávkách proti zácpě.

BEZPEČNOST

Nedoporučuje se v těhotenství (kategorie C dle FDA) ani při kojení a u dětí s poporodní žloutenkou (přesto, že v tradiční čínské medicíně se rostliny obsahující berberin proti žloutence novorozenců používají). Jinak jde o bezpečnou rostlinu téměř bez nežádoucích účinků. Interakce na úrovni ovlivnění metabolismu bilirubinu (žlučové barvivo).

ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Sušená kůra kořene nebo vetviček: odvar z 1,5 - 3 g denně.
Tinktura (1:5) 7 - 14 ml denně. Tekutý extrakt (1:2) 3-6 ml/den.
Berberin: 500 mg 2×-3× denně po jídle, ve studiích užívání po dobu 8-12 týdnů.

Zdroje:

RAHIMI-MADISEH, Mohammad, et al. Berberis vulgaris: specifications and traditional uses. *Iranian Journal of Basic Medical Sciences*, 2017, 20.5: 569.

IMENSHAHIDI, Mohsen; HOSSEINZADEH, Hossein. Berberine and barberry (Berberis vulgaris): a clinical review. *Phytotherapy Research*, 2019, 33.3: 504-523.

LIU, Dangzhen, et al. Efficacy and safety of berberine on the components of metabolic syndrome: a systematic review and meta-analysis of randomized placebo-controlled trials. *Frontiers in Pharmacology*, 2025, 16: 1572197.

ZHANG, Xiu, et al. The effect of barberry supplementation on components of metabolic syndrome: a grade assessment systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 2025, 44.1: 313.