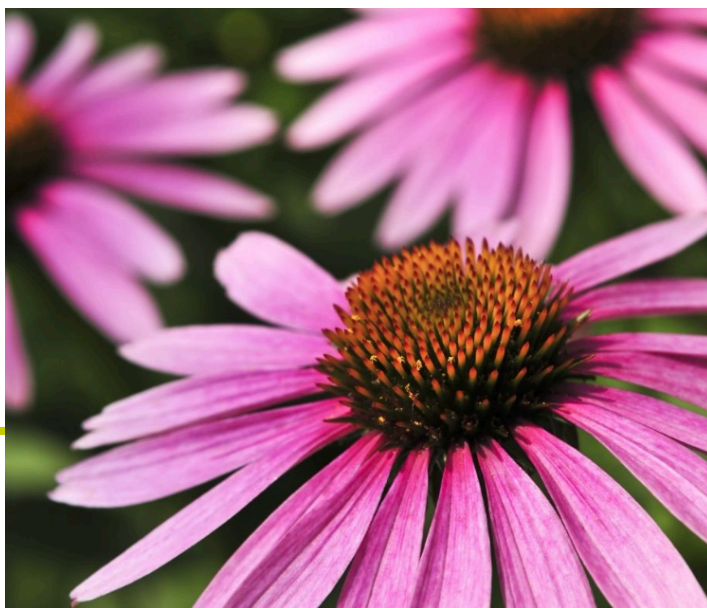


TŘAPATKOVKA NACHOVÁ (ÚZKOLISTÁ, BLEDÁ)

Echinacea purpurea (angustifolia, pallida)

Echinacea purpureová (úzkolistá, bledá)



ÚČINNÉ LÁTKY

Polysacharidy, alkylamidy, polyacetyleny, esenciální oleje, vitamíny, minerály, pryskyřice.

ÚČINKY

Imunomodulační: při snížené imunitě povzbuzuje imunitní funkce (zejména nespecifickou buněčnou imunitu), při zvýšené zánětlivosti působí protizánětlivě. Proti virům, bakteriím, kvasinkám, parazitům, je antioxidační, slabě znecitlivující (brnění jazyka), podporuje programovanou smrt nádorových buněk, chrání proti účinkům ozařování, antiosteoporotická aktivita (potenciál k prevenci a léčbě osteoporózy - ve fázi výzkumu), pozitivní účinky na kůži (snižuje suchost, erytém a svědění) - potenciál v léčbě atopické dermatitidy (ve fázi výzkumu).

POUŽITÍ

Infekce horních dýchacích cest (zkrácení doby léčení a snížení závažnosti onemocnění, i prevence opakovaných), prevence oslabení imunity při intenzivním cvičení (sportovci). Snižuje používání antibiotik u dětí prostřednictvím prevence infekcí dýchacích cest. Hojení ran, zmírnění nežádoucích účinků ozařování.

BEZPEČNOST

Je dobře snášena, pozor na alergické reakce. Teoretické interakce s jinými léky se v klinických studiích ukázaly jako nevýznamné. Je považována za bezpečnou i v těhotenství a při kojení. Bývá kontraindikována při autoimunitních onemocněních, ale současné výzkumy a praxe fytoterapeutů ukazují spíš její pozitivní vliv.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Kořen je účinnější než nadzemní části rostliny. Echinacea angustifolia je mírně účinnější, než echinacea purpurea. Sušený kořen 1- 4,5 g denně. Sušená nadzemní část rostliny 2,5 - 6 g denně. Tekutý extrakt (1:2) 3 - 6 ml. Dávku můžeme při akutní infekci a hlavně v začátku infekce zvýšit až 3x. Prevence virových infekcí dýchacích cest u dětí od 4let 400mg extraktu 3xdenně. Prevence dospělí: 2400 mg extraktu/den) po dobu až 4 měsíců v „sezoně nachlazení“,. Akutní onemocnění: 4000 mg/den po dobu několika dní do ústupu akutních příznaků.

Zdroje:

BURLOU-NAGY, Cristina, et al. Echinacea purpurea (L.) Moench: Biological and pharmacological properties. A review. Plants, 2022, 11.9: 1244.

OGAL, Mercedes, et al. Echinacea reduces antibiotic usage in children through respiratory tract infection prevention: a randomized, blinded, controlled clinical trial. European journal of medical research, 2021, 26: 1-9.

COHEN, Herman A., et al. Effectiveness of an herbal preparation containing echinacea, propolis, and vitamin C in preventing respiratory tract infections in children: a randomized, double-blind, placebo-controlled, multicenter study. Archives of pediatrics & adolescent medicine, 2004, 158.3: 217-221.

BRESESTI, Ilia, et al. Comparison between two ocular cleansing modalities in a population of newborns admitted to Neonatal Intensive Care Unit with clinical signs of conjunctivitis: a randomized controlled trial. Minerva Pediatrica, 2019, 71.6: 500-504.

AUCOIN, Monique, et al. The effect of Echinacea spp. on the prevention or treatment of COVID-19 and other respiratory tract infections in humans: A rapid review. Advances in integrative medicine, 2020, 7.4: 203-217.

KOLEV, Emil, et al. Echinacea purpurea for the long-term prevention of viral respiratory tract infections during Covid-19 pandemic: a randomized, open, controlled, exploratory clinical study. Frontiers in Pharmacology, 2022, 13: 856410.

MAZI, Ahlam; ALQAHTANI, Reem M. Role of Echinacea in the management and prevention of acute respiratory tract infections in children: A systematic review of the evidence. Journal of Family and Community Medicine, 2025, 32.4: 273-283.

TAUFANI, Indra Putra, et al. Efficacy and safety of Echinacea purpurea in treating upper respiratory infections and complications of otitis media in children: Systematic review and meta-analysis. Clinical Nutrition ESPEN, 2025.