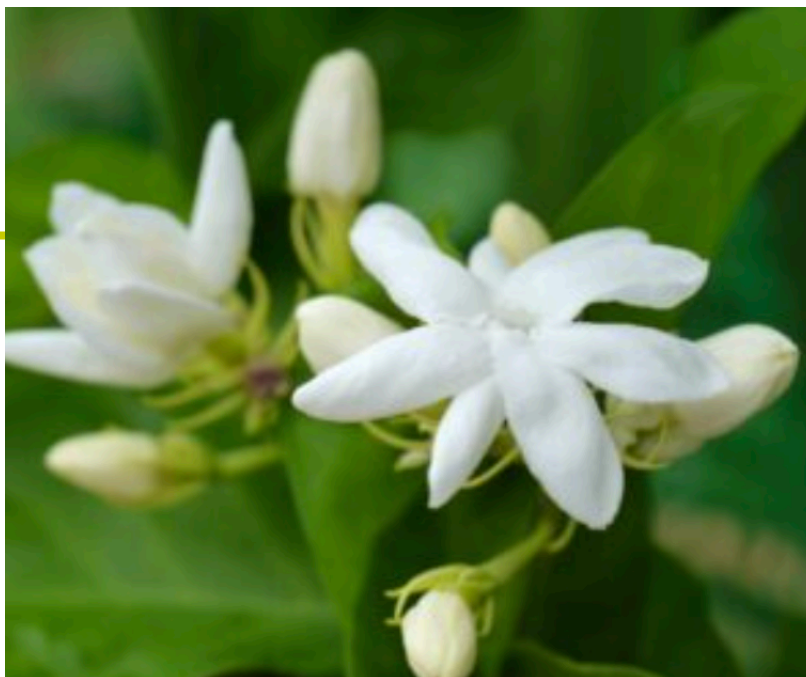


JASMÍN PRAVÝ

Jasminum officinale

Jasmín lékařský



ÚČINNÉ LÁTKY

Iridoidní glykosidy (aukubin, loganin, jasgranosid B), terpenoidy (triterpenické saponiny), flavonoidy (kvercetin aj.), třísloviny a mnohé další.

ÚČINKY

Antimikrobní, antioxidační, insekticidní, proti úzkostem.

POUŽITÍ

Na afty, záněty v ústech, pro snížení nepohodlí během porodu (zvládání bolesti a úzkostí), uklidnění před operací.

BEZPEČNOST

Jasmín se považuje za bezpečný, v těhotenství a kojení pro nedostatek dat nelze jednoznačně doporučit, při porodu lze použít aromaterapeuticky.

ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Pro záněty v dutině ústní možno žvýkat listy jasmínu. Aromaterapie: před operací: pár kapek jasmínového EO na tampón/gázu, umístěné 20–30 cm od obličeje, inhalace cca 15–30 min před výkonem. Pro snížení nepohodlí během porodu: 2–3 kapky EO do misky s teplou vodou / na kapesník, inhalace opakovaně během porodu podle tolerance

Zdroje:

KAVIANI, Maasumeh, et al. Comparison of the effect of aromatherapy with *Jasminum officinale* and *Salvia officinale* on pain severity and labor outcome in nulliparous women. *Iranian journal of nursing and midwifery research*, 2014, 19.6: 666.

AL-KHAZRAJI, Shahbaa M. Evaluation of antibacterial activity of *Jasminum officinale*. *IOSR Journal of Pharmacy and Biological Sciences*, 2015, 10.1: 121-124.

SAHU, Rashmi a kol. Farmakologické a terapeutické vlastnosti *Jasminum officinale*. L: Recenze. *Indian Journal of Ecology*, 2022, 49.3: 1122-1128.