

JOJOBA

KALIFORNSKÁ

Simmondsia chinensis

Jojoba



Pozor na záměnu s jujube - *Ziziphus jujuba*, cicimek čínský (*Jujuba holá*).



ÚČINNÉ LÁTKY

V jojobovém oleji najdeme velmi dlouhé mastné kyseliny, nejde o olej, ale tekutý vosk, podobný živočišným produktům (vorvaňovina), obsahuje také vitamin E.



ÚČINKY

Mírně protizánětlivý, antioxidační, pomáhá regeneraci, tradičně se používal (původní obyvatelstvo Ameriky) pro své hojivé účinky na kůži. Při vnitřním užití je projímavý.



POUŽITÍ

Jako základový olej pro masáže, do krémů. Na mastnou pleť se sklony k akné. Má slabý ochranný účinek proti UV záření (SPF 2-4).



BEZPEČNOST

Semena jsou mírně jedovatá, blokují pocit hladu. Pro použití v těhotenství a při kojení nemáme dostatek údajů.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Zevně. Mírné akné: maska s jílem a jojobou : 2–3× týdně, 6 týdnů, nanést na 15–20 min, pak smýt.

Zdroje:

TIETEL, Zipora, et al. Medicinal properties of jojoba (*Simmondsia chinensis*). *Israel Journal of Plant Sciences*, 2021, 68.1-2: 38-47.

VAUGHN, Alexandra, et al. Multi-center randomized clinical study of the effects of natural oils on xerosis and skin barrier properties. *SKIN The Journal of Cutaneous Medicine*, 2018, 2.5.

MEIER, Larissa, et al. Clay jojoba oil facial mask for lesioned skin and mild acne—results of a prospective, observational pilot study. *Forschende Komplementärmedizin/Research in Complementary Medicine*, 2012, 19.2: 75-79.