

KOZINEC BLANITÝ

*Astragalus
membranaceus*

Kozinec blanitý

Další názvy:
Bei qi, Zelený drak,
mongolské mléko



ÚČINNÉ LÁTKY

Glykosidy, saponiny (astragalosed a další), flavonoidy, aminokyseliny.



ÚČINKY

Zatím máme málo studií na lidech, ale ze studií ve zkuševce a na zvířatech vyplývá, že kozinec posiluje imunitu, snižuje krevní tlak, snižuje hladinu cukru v krvi, zesiluje srdeční stahy, má antioxidační účinky, chrání játra a mozek, zlepšuje činnost tenkého střeva.



POUŽITÍ

Chronický únavový syndrom, rekonvalescence po virových infekcích, léčba virových onemocnění, zánět srdečních blan, městnané srdeční selhávání, angina pectoris, rekonvalescence po infarktu, rakovina (zatím studovaný na rakovině tlustého střeva a prostaty), v tradiční čínské medicíně se používá jako tonikum, při chronickém onemocnění ledvin, astmatu a na snížení cholesterolu v krvi.



BEZPEČNOST

Zatím málo prozkoumané nežádoucí účinky, interakce pouze teoretické, považuje se za bezpečnou bylinu. Podle TČM se nemá používat v akutní fázi zánětu. V těhotenství se neprojeví nežádoucí účinky u studie s těhotnými ženami, kategorie B1 dle FDA. Pro použití při kojení nemáme dostatek údajů, ale předpokládá se, že je bezpečný.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Sušený kořen (prášek) v dávce 2-30 g/den. Tekutý extrakt (1:2) 4,5-8,5 ml/den. Odvar z kořene: 4-16 g kořene 2x denně nalačno. Ze studií u lidí s post-COVID chronickým únavovým syndromem: extrakt z kořene 500 mg 2x denně, únava po cévní mozkové příhodě : 2,8 g 3x denně po 4 týdny

Zdroje:

DURAZZO, Alessandra, et al. Astragalus (*Astragalus membranaceus* Bunge): botanical, geographical, and historical aspects to pharmaceutical components and beneficial role. *Rendiconti Lincei. Scienze Fisiche e Naturali*, 2021, 32.3: 625-642.

ZOU, Chuan, et al. Astragalus in the prevention of upper respiratory tract infection in children with nephrotic syndrome: evidence-based clinical practice. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2013, 2013

CHO, William Chi Shing; LEUNG, Kwok Nam. In vitro and in vivo immunomodulating and immunorestorative effects of *Astragalus membranaceus*. *Journal of ethnopharmacology*, 2007, 113.1: 132-141.

ZHENG, Yijun, et al. A review of the pharmacological action of *Astragalus polysaccharide*. *Frontiers in Pharmacology*, 2020, 11: 349.

LI, Zhiyuan, et al. Research progress of *Astragalus membranaceus* in treating peritoneal metastatic cancer. *Journal of Ethnopharmacology*, 2022, 116086.

SHEIK, Aliya, et al. The anti-cancerous activity of adaptogenic herb *Astragalus membranaceus*. *Phytomedicine*, 2021, 91: 153698.

BANIHASHEMI, Zahra-Sadat, et al. Chronic fatigue syndrome post-COVID-19: triple-blind randomised clinical trial of *Astragalus* root extract. *BMJ Supportive & Palliative Care*, 2024, 15.3: 359-366.

LIU, Chung-Hsiang, et al. Effects of the traditional Chinese herb *Astragalus membranaceus* in patients with poststroke fatigue: A double-blind, randomized, controlled preliminary study. *Journal of ethnopharmacology*, 2016, 194: 954-962.