

KŘEN SELSKÝ

Armoracia rusticana

Chren dedinský

ÚČINNÉ LÁTKY

Glukosinoláty (jejich množství je závislé na množství síry v půdě), kumariny, enzymy.

ÚČINKY

Stimuluje krevní oběh, podporuje trávení, je antibakteriální, působí také proti houbám a proti hmyzu. Pomáhá ztekutit hleny.

POUŽITÍ

Proti rýmě a ucpanému nosu, tradičně proti zánětům průdušek i močového měchýře a otokům.

BEZPEČNOST

Nesmí se užívat při vředech ve střevech, poruchách ledvin, u dětí do 4 let, u těhotných žen pouze v malých dávkách. Při kojení lze užívat s opatrností, může měnit chuť mléka. Možné potlačení funkce štítné žlázy (čeleď Brassicaceae).

ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

2-20 g čerstvého kořene denně. Zahraniční přípravek Angocin: kombinace křen (80 mg) a lichořeřišnice (200 mg) - potvrzené účinky na bronchitidu, sinusitidu a chronické záněty moč.cest (v dávce 3-5x denně 4-5tbl.).

Zdroje:

ALBRECHT, Uwe; STEFENELLI, Ulrich; STANGE, Rainer. A combination of *Tropaeolum majus* herb and *Armoracia rusticana* root for the treatment of acute bronchitis. *Phytomedicine*, 2023, 116: 154838.

STILLO, PAOLA; ICKA, PIRRO; DAMO, ROBERT. *Armoracia rusticana* Gaertn., Mey. & Scherb. A neglected multiuseful species. *BSHN (UT)*, 2018, 26: 312-322.

ALBRECHT, Uwe; GOOS, Karl-Heinz; SCHNEIDER, Berthold. A randomised, double-blind, placebo-controlled trial of a herbal medicinal product containing *Tropaeoli majoris herba* (*Nasturtium*) and

Armoracia rusticana radix (Horseradish) for the prophylactic treatment of patients with chronically recurrent lower urinary tract infections. *Current medical research and opinion*, 2007, 23.10: 2415-2422.