

LICHOŘEŘIŠNICE

VĚTŠÍ

Tropaeolum majus

Kapucínka větší



ÚČINNÉ LÁTKY

Silice, terpenoidy, saponiny, třísloviny, glykosidy, alkaloidy, antibiotické látky (tromalyt). Karotenoidy, lutein, vitamin C.

ÚČINKY

Antibakteriální (široké spektrum bakterií), celkově mírně antimikrobní (i kvasinky a viry), antioxidační, močopudné.

POUŽITÍ

Záněty močových cest, proti infekcím dýchacích cest.

BEZPEČNOST

Nežádoucí účinky jsou mírné (nevolnost, průjem). Bezpečnost v těhotenství a při kojení není stanovena.

ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Za čerstva jako přísada do salátů, nezralá semena nebo poupata se nakládají jako kapary, většinu vitamínu C i antibakteriálních látek teplem zničíme. Je možné připravit tinkturu. Dávkování není stanoveno, doporučení se liší, jedna klinická studie účinnosti kombinace

ličořeřišnice a křenu užívá na onemocnění dýchacích cest 4 tablety s 200 mg lichořeřišnice a 80 mg křenu 3x denně.

Zdroje:

ČESLOVÁ, Lenka; KLIKAROVÁ, Jitka; ŠALOMOUNOVÁ, Tereza. The content and profile of biologically active compounds present in individual parts of nasturtium (*Tropaeolum majus* L.): comprehensive study. *European Food Research and Technology*, 2023, 249.2: 413-428.

VRCA, Ivana, et al. Chemical composition and biological activity of essential oil and extract from the seeds of *Tropaeolum majus* L. var. *altum*. *Food Technology and Biotechnology*, 2022, 60.4: 533-542.

GARZÓN, Gloria Astrid; WROLSTAD, Ronald E. Major anthocyanins and antioxidant activity of *Nasturtium* flowers (*Tropaeolum majus*). *Food Chemistry*, 2009, 114.1: 44-49.

DE SOUZA, Priscila, et al. Promising medicinal plants with diuretic potential used in Brazil: State of the art, challenges, and prospects. *Planta Medica*, 2021, 87.01/02: 24-37.

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.

STANGE, Rainer, et al. Results of a randomized, prospective, double-dummy, double-blind trial to compare efficacy and safety of a herbal combination containing *Tropaeoli majoris herba* and *Armoraciae rusticanae radix* with co-trimoxazole in patients with acute and uncomplicated cystitis. *Research and Reports in Urology*, 2017, 43-50.