

# 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 lichořeřišnice 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.