

MEDVĚDICE LÉKAŘSKÁ

Arctostaphylos uva-ursi

Arbutus officinalis

Medvedica lekárska



ÚČINNÉ LÁTKY

Arbutin, polyfenoly, flavonoidy.

ÚČINKY

Antibakteriální, protizánětlivé a stahující účinky, zejména na močové cesty. Bělící účinky na kůži. Antimikrobní účinek je nejsilnější při alkalickém pH, při zánětu je však přirozeně pH spíš kyslejší. Proto je důležité upravit dietu a navýšit množství vypitých tekutin.

POUŽITÍ

Zánět močového měchýře, záněty močové trubice, zánětlivá onemocnění jako artritida, zánětlivé kožní problémy. Arbutin je velmi rozšířený v Asii jako složka krémů pro bělejší pleť. Tradičně se používá také na zvětšenou prostatu, průjem, podrážděná střeva.

BEZPEČNOST

Kontraindikovaná v těhotenství (kategorie C dle FDA), při kojení a u dětí do 6 let kvůli obsahu hydrochinonu. Není vhodná k dlouhodobému použití. Kvůli vysokému obsahu tríslovin může omezit vstřebávání některých minerálů, vitamínů a alkaloidů (rozestup dávek 2h).

ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Na nálev nebo studený macerát 3-12 g sušené byliny ideálně s jedlou sodou na špičku nože. Tinktura (1:5) 11-22 ml denně. Tekutý extrakt (1:2) 4,5-8,5 ml/den.

Zdroje:

SUGIER, Piotr, et al. Chemical characteristics and antioxidant activity of *Arctostaphylos uva-ursi* L. Spreng. at the southern border of the geographical range of the species in Europe. *Molecules*, 2021, 26.24: 7692.

Uva Ursi. No authors listed. *Drugs and Lactation Database (LactMed®)* [Internet]. Bethesda (MD): National Institute of Child Health and Human Development; 2006, 2021 Jun 21.

BOO, Yong Chool. Arbutin as a skin depigmenting agent with antimelanogenic and antioxidant properties. *Antioxidants*, 2021, 10.7: 1129.