

MUČENKA PLETNÍ

Passiflora incarnata

Mučenka opletavá

Další jména:

passion fruit,
passionflower
maracuja



ÚČINNÉ LÁTKY

Flavonoidy, alkaloidy (harmin, harman, harmalin), malé množství silic.



ÚČINKY

Proti úzkosti, zlepšuje spánek, tlumí nervovou soustavu (účinek proti křečím u menigeálních zánětů), proti epileptickým záchvatům (zatím ve výzkumu), afrodiziakum (zatím potvrzeno u krysích samců), proti kašli a astmatu (také zatím ve výzkumu), potenciál zmírnění syndromu z vysazení (u odvykání od závislostí).



POUŽITÍ

Při úzkosti, nervozitě a neklidu, před operací na zklidnění, odvykání (testováno na odvykání od opiátů, benzodiazepinů), nespavost. V ajurvédě také proti cukrovce - předběžné výzkumy účinek potvrzují.



BEZPEČNOST

Nejčastější nežádoucí účinek je malátnost. Pozor na možné alergie. Může ovlivnit pozornost a schopnost řídit. V těhotenství kategorie B1. Je možné užívat při kojení.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Nálev ze 2 g sušené byliny 3-4x denně (2–8 g drogy / den v čaji). Tinktura (1:5) 10 ml 3-4x denně. Tekutý extrakt (1:1) 2 ml 3-4x denně rozmíchat ve sklenice vody. Suchého extraktu 200–600 mg / den.

Zdroje:

JANDA, Katarzyna, et al. *Passiflora incarnata* in neuropsychiatric disorders—A systematic review. *Nutrients*, 2020, 12.12: 3894.

MIRODDI, M., et al. *Passiflora incarnata* L.: ethnopharmacology, clinical application, safety and evaluation of clinical trials. *Journal of ethnopharmacology*, 2013, 150.3: 791-804.

ZANARDI, Raffaella, et al. Add-On Treatment with *Passiflora incarnata* L., herba, during Benzodiazepine Tapering in Patients with Depression and Anxiety: A Real-World Study. *Pharmaceuticals*, 2023, 16.3: 426.

GAD, Rania A., et al. Mitigating effects of *Passiflora incarnata* on oxidative stress and neuroinflammation in case of pilocarpine-Induced status epilepticus model. *Journal of King Saud University-Science*, 2022, 34.3: 101886.

Lee J, Jung HY, Lee SI, Choi JH, Kim SG. Effects of *Passiflora incarnata* Linnaeus on polysomnographic sleep parameters in subjects with insomnia disorder: a double-blind randomized placebo-controlled study. *Int Clin Psychopharmacol*. 2020 Jan;35(1):29-35. doi: 10.1097/YIC.0000000000000291. PMID: 31714321.

Christoffoli MT, Bachesk AB, Farah GJ, Ferreira GZ. Assessment of *Passiflora incarnata* L for conscious sedation of patients during the extraction of mandibular third molars: a randomized, split-mouth, double-blind, crossover study. *Quintessence Int*. 2021 Oct 19;52(10):868-878. doi: 10.3290/j.qi.b1492199. PMID: 34076379.

AKHONDZADEH, Shahin, et al. Passionflower in the treatment of generalized anxiety: A pilot double-blind randomized controlled trial with oxazepam. *Journal of clinical pharmacy and therapeutics*, 2001, 26.5: 363-367.

MOVAFEGH, Ali, et al. Preoperative oral *Passiflora incarnata* reduces anxiety in ambulatory surgery patients: a double-blind, placebo-controlled study. *Anesthesia & Analgesia*, 2008, 106.6: 1728-1732.

DANTAS, Liliane-Pocone, et al. Effects of *passiflora incarnata* and midazolam for control of anxiety in patients undergoing dental extraction. *Medicina oral, patologia oral y cirugia bucal*, 2016, 22.1: e95.

HARIT, Mahesh Kumar, et al. Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled, Clinical Study of *Passiflora incarnata* in Participants With Stress and Sleep Problems. *Cureus*, 2024, 16.3.

ZANARDI, Raffaella, et al. Add-On Treatment with *Passiflora incarnata* L., herba, during Benzodiazepine Tapering in Patients with Depression and Anxiety: A Real-World Study. *Pharmaceuticals*, 2023, 16.3: 426.

.