

MORINDA

CITROLISTÁ

Morinda citrifolia

Morinda citrolistá

Další jména:

Noni



☀ ÚČINNÉ LÁTKY

Terpenoidy, alkaloidy, antrachinony (morindon, rubiadin), kumariny (skopoletin), fytoosteroly (beta sitosterol), karoten, vitamin A, flavonoidy (rutin), kyselina linolová, draslík, vitamín C.

☀ ÚČINKY

Extrakt z kořene vykazuje účinek proti bolesti podobný opioidům (účinek zprostředkovaný vázáním na opioidní receptory) a zároveň blokuje i enzym cyklooxygenázu (stejně jako ibuprofen například), dále extrakty z kořene, listů a ovoce vykazují antioxidační aktivitu (srovnatelnou s vitamínem E!), působí protizánětlivě u žaludečního refluxu a ochraňuje žaludeční sliznici několika mechanismy (srovnatelný efekt s lansoprazolem!); šťáva má ochranný vliv na játra při stravě bohaté na tuky; laboratorní pokusy naznačují ochranné účinky na srdce při stravování bohatém na tuky a cholesterol.

☀ POUŽITÍ

Noni nebyla významně klinicky studována, takže její použití je z velké části založeno na tradičním použití a různých výsledcích z laboratorních pokusů; na lidech byla provedena studie s artrózou kolene či kyčle a naznačuje nadějně výsledky i z hlediska útlumu bolesti, i z hlediska zlepšení pohyblivosti, ale nebyla kontrolovaná placebem, a tak je potřeba tyto účinky ještě potvrdit, dále byla klinicky zkoumána a potvrzena schopnost noni zlepšit profil krevních tuků u silných kuřáků. Slibné účinky proti rakovině (plic a prsu) ve fázi výzkumu.



BEZPEČNOST

Noni se jeví být dobře tolerována, nicméně existuje několik zpráv o toxickém vlivu na játra. Při dlouhodobém užití sledovat játra. Neužívat u onemocnění/poškození jater a ledvin. V těhotenství se doporučuje spíše se noni vyhnout, na krysách se projevovale toxicita na plod. Pro použití při kojení nemáme dostatek údajů.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Užívané části jsou kořeny, kmen, kůra, listy, květy, ovoce a šťáva z něj a to 30-190 ml/den, 4-12 týdnů.

Zdroje:

CHANTHIRA KUMAR, Hemahwathy, et al. Efficacy and Safety of Morinda citrifolia L.(Noni) as a Potential Anticancer Agent. *Integrative cancer therapies*, 2022, 21: 15347354221132848.

LEAL-SILVA, Thaís, et al. Toxicological effects of the Morinda citrifolia L. fruit extract on maternal reproduction and fetal development in rats. *Drug and Chemical Toxicology*, 2023, 46.3: 609-615.

CHAN-BLANCO, Yanine, et al. The noni fruit (Morinda citrifolia L.): A review of agricultural research, nutritional and therapeutic properties. *Journal of food composition and analysis*, 2006, 19.6-7: 645-654.

YOUNOS, Chafique, et al. Analgesic and behavioural effects of Morinda citrifolia. *Planta Medica*, 1990, 56.05: 430-434.

DEVY, Sisca, et al. Effect Of Ethanolic Extract Of Morinda Citrifolia L. On Lipid Profile Of Hypercholesterolemia Male Wistar Rat.

SADINO, Asman, et al. Efficacy and safety analysis of Morinda citrifolia fruit, 2024

SADINO, Asman, et al. An evidence-based review of Morinda citrifolia L.(Rubiaceae) fruits on animal models, human studies, and case reports. *Journal of Pharmacy & Pharmacognosy Research*, 2024, 12.3: 391-413.

WEST, Brett J., et al. The potential health benefits of noni juice: a review of human intervention studies. *Foods*, 2018, 7.4: 58.

CORNEJO FERRADAS, Milagros del Pilar; ASMAT ABANTO, Angel Steven; RUÍZ REYES, Segundo Guillermo. Efecto analgésico postexodoncia simple del extracto de Morinda citrifolia (Noni): ensayo clínico aleatorizado de grupos en paralelo. *International journal of odontostomatology*, 2014, 8.3: 433-438.