

PODBĚL LÉKAŘSKÝ

Tussilago farfara

Podběl lékařský



Kvůli obsahu pyrrolizidinových alkaloidů není vhodný k dlouhodobému užívání.



ÚČINNÉ LÁTKY

Slizy, alkaloidy, flavonoidy.



ÚČINKY A POUŽITÍ

Tradičně proti suchému kašli a na podporu vykašlávání, případně list na hojení ran.



BEZPEČNOST

Kvůli obsahu pyrrolizidinových alkaloidů používáme jen ve směsi a po omezenou dobu (maximálně 14 dní). Nikdy nedáváme těhotným, kojícím, dětem a lidem s onemocněním jater! List má více škodlivých látek, než květ, vhodný jen k zevnímu použití na rány, podporu hojení.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Nálev, z listů mast.

Zdroje:

CHEN, Shujuan, et al. A review of the ethnobotanical value, phytochemistry, pharmacology, toxicity and quality control of *Tussilago farfara* L.(coltsfoot). *Journal of Ethnopharmacology*, 2021, 267: 113478.

AVILA, Catharine, et al. A systematic review and quality assessment of case reports of adverse events for borage (*Borago officinalis*), coltsfoot (*Tussilago farfara*) and comfrey (*Symphytum officinale*). *Fitoterapia*, 2020, 142: 104519.

XU, Lin-Tao, et al. The ethanol extract of flower buds of *Tussilago farfara* L. attenuates cigarette smoke-induced lung inflammation through regulating NLRP3 inflammasome, Nrf2, and NF- κ B. *Journal of Ethnopharmacology*, 2022, 283: 114694.