

SLIVOŇ AFRICKÁ

Prunus africana

Slivoň africká

Další jména:

Pygeum, iluo, kirah, Pignil, Tanaden



ÚČINNÉ LÁTKY

Fytosteroly, pěticyklické triterpeny, estery kyseliny ferulové.

ÚČINKY

Hormonální účinky (účinek protichůdný k mužským pohlavním hormonům), proti zvětšené prostatě srovnatelný se Serenou, protizánětlivý účinek, chrání močový měchýř před negativními účinky sníženého prokrvení, v testech na buněčných liniích rakovinných buněk prostaty účinně inhibovala jejich růst. Slibné účinky u demencí a kognitivních poruch ve fázi výzkumu.

POUŽITÍ

Zvětšená prostata, snížená plodnost mužů.

BEZPEČNOST

Bezpečná rostlina, nejsou hlášené nežádoucí účinky, ale v těhotenství se nepoužívá (kategorie B2 dle FDA) a pro použití při kojení nemáme dostatek údajů.

ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Extrakt z kůry standardizovaný na 12-13% sterolů: 50-100 mg 2x denně (odpovídá 15-40 g sušené kůry).

Zdroje:

RUBEGETA, Emmanuel, et al. The African cherry: A review of the botany, traditional uses, phytochemistry, and biological activities of *Prunus africana* (Hook. f.) Kalkman. *Journal of Ethnopharmacology*, 2023, 305: 116004.

NAMBOOZE, Jennifer; ERUKAINURE, Ochuko L.; CHUKWUMA, Chika I. Phytochemistry of *Prunus africana* and its therapeutic effect against prostate cancer. *Comparative Clinical Pathology*, 2022, 31.5: 875-893.

NGAI, David N.; KIBITI, Cromwell M.; NGUGI, Mathew Piero. Cognitive enhancing effects and anticholinesterase activity of stem bark and leaf extracts of *Prunus africana*. *Heliyon*, 2022, 8.12.