

SVĚTLÍK LÉKAŘSKÝ

Euphrasia officinalis

E. rostkoviana

Očianka Rostkovova

Další jména:

Eyebright



ÚČINNÉ LÁTKY

Hořčiny, glykosidy, třísloviny, silice, flavonoidy, vitamín C, betakaroten.



ÚČINKY

Antimikrobní, protizánětlivý, proti nadměrné tvorbě hlenů, chrání játra, proti křečím, protinádorový, pomáhá regeneraci nervové tkáně.



POUŽITÍ

Zánět spojivek, podráždění očí, svědění očí, zmírnění tvorby hlenu při rýmě a kašli. Tradičně taky při zánětu středního ucha.



BEZPEČNOST

Žádné významné nežádoucí účinky nebyly pozorovány. Kapky do očí musí být sterilní! Může se používat dlouhodobě. Těhotenství a kojení: kategorie B dle FDA. Lze užít i u novorozenců.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Nálev (denní dávka z 6-12 g sušené rostliny). Tinktura (1:5): 7,5 - 15 ml/den. Oplach očí: 5-6 kapek alkoholového extraktu (1:2) do čerstvě převařené vody nebo izotonického solného roztoku. Nechat zchladnout (čímž se odpaří i většina alkoholu z extraktu).

Zdroje:

PADUCH, Roman, et al. Assessment of eyebright (*Euphrasia officinalis* L.) extract activity in relation to human corneal cells using in vitro tests. *Balkan medical journal*, 2014, 2014.1: 29-36.

BLAZICS, B.; KÉRY, Á. Antioxidant activity of compounds in *Euphrasia officinalis* L.–revaluation of a traditional medicinal plant. *Planta Medica*, 2007, 73.09: P_266.