

TŘEZALKA TEČKOVANÁ

Hypericum perforatum

Ľubovník bodkovaný

Další jména:

bylina svatého Jana,
svatojánské kvítí



ÚČINNÉ LÁTKY

Hypericin, flavonoidy, fenolické látky (hyperforin), silice, steroly, vitamín C a A.



ÚČINKY

Antidepresivní účinky srovnatelné s chemickými léky, proti úzkosti, zlepšuje paměť, soustředění, chrání mozek, proti epilepsii, zlepšuje příznaky odvykání (alkohol, drogy), protizánětlivá, tlumí bolest, proti virům i bakteriím, snižuje cholesterol v krvi, proti křečím v žaludku, proti rakovině.



POUŽITÍ

Mírná, střední i těžká deprese, prevence opakované depresivní příhody, deprese u dětí, psychické a psychosomatické problémy v menopauze, premenstruační syndrom, ukončení kouření. Zevně na atopický ekzém (pozor na způsob použití, ne přímo olej, ale krém!), hojení ran, opary, popáleniny prvního stupně, hojení jizvy po císařském řezu.



BEZPEČNOST

Nesmí se kombinovat s většinou léků proti depresi, nebo pouze pod dohledem lékaře! Interaguje s mnoha dalšími léky, snižuje jejich účinek tím, že zrychluje jejich odbourávání. Jde o alprazolam, amitriptylin, antiepileptika, atorvastatin, bupropion, cisplatina, cyklosporin, digoxin, fexofenadin, finasterid, gliklazid, léky proti HIV, hormonální antikoncepce, indinavir, ketamin, metadon, methotrexát, midazolam, nifedipin, etorikoxib, oxykodon, simvastatin, takrolimus, verapamil, warfarin, zolpidem. Může zvyšovat účinek klopidoogrelu. Seznam není možné považovat za vyčerpávající, protože u mnoha dalších léků zatím není interakce ověřena. Při zevním použití může způsobit reakci přecitlivělosti při vystavení kůže slunečnímu záření. V těhotenství a při kojení je nutné individuálně zvážit přínos versus riziko: kategorie B1. S kojením je možné užívat po poradě a zvážení.



ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Sušená bylina 2-6 g denně ve formě nálevu, tinktura (1:5) 7-15 ml denně. Standardizovaný extrakt 600–900 mg/den v 1–3 dílčích dávkách. Účinek není „okamžitý“ – hodnotí se nejdříve po 2–4 týdnech. Vysazujeme postupně. Pro zevní použití připravujeme olejový macerát (macerujeme 3-6 týdnů na slunci, čerstvé květy).

Zdroje:

WÖLFLE, Ute; SEELINGER, Günter; SCHEMP, Christoph M. Topical application of St. John's wort (*Hypericum perforatum*). *Planta medica*, 2014, 80.02/03: 109-120.

BONGIORNO, Peter; LOGIUDICE, P. *Hypericum* for depression. *Nat Med J*, 2010, 2: 12.

NOBAKHT, Seyedeh Zahra, et al. *Hypericum perforatum*: Traditional uses, clinical trials, and drug interactions. *Iranian Journal of Basic Medical Sciences*, 2022, 25.9: 1045.

MOHAMED, Fakry F., et al. *Hypericum perforatum* and its ingredients hypericin and pseudohypericin demonstrate an antiviral activity against SARS-CoV-2. *Pharmaceuticals*, 2022, 15.5: 530.

SCHEMP, Christoph M., et al. Effect of oral administration of *Hypericum perforatum* extract (St. John's Wort) on skin erythema and pigmentation induced by UVB, UVA, visible light and solar simulated radiation. *Phytotherapy Research: An International Journal Devoted to Pharmacological and Toxicological Evaluation of Natural Product Derivatives*, 2003, 17.2: 141-146.

Eatemadnia A, Ansari S, Abedi P, Najar S. The effect of *Hypericum perforatum* on postmenopausal symptoms and depression: A randomized controlled trial. *Complement Ther Med*. 2019 Aug;45:109-113. doi: 10.1016/j.ctim.2019.05.028. Epub 2019 May 31. PMID: 31331546.

Arena R, Strazzeri MG, Bianchi T, Peghetti A, Merli Y, Abbenante D, Olivari D. *Hypericum* and neem oil for dehiscent post-surgical wounds: a randomised, controlled, single-blinded phase III study. *J Wound Care*. 2022 Jun 2;31(6):492-500. doi: 10.12968/jowc.2022.31.6.492. PMID: 35678785.

YECHIAM, Eldad, et al. The acute effect of *Hypericum perforatum* on short-term memory in healthy adults. *Psychopharmacology*, 2019, 236: 613-623

ISACCHI, Benedetta, et al. Analysis and stability of the constituents of St. John's wort oils prepared with different methods. *Journal of pharmaceutical and biomedical analysis*, 2007, 45.5: 756-761.

OTERO, María Carolina, et al. Documentary analysis of *Hypericum perforatum* (St. John's Wort) and Its effect on depressive disorders. *Pharmaceuticals*, 2024, 17.12: 1625.

KALBERMATTEN, Natalie; SALLER, Reinhard. St John's Wort (*Hypericum perforatum*) Fresh Plant Tincture for Patients with Mild to Moderate Depression: A Prospective Observational Study. *Complementary medicine research*, 2025, 32.5: 363-375.

NICOLUSSI, Simon, et al. Clinical relevance of St. John's wort drug interactions revisited. *British journal of pharmacology*, 2020, 177.6: 1212-1226.