

Jaterník podléška - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití, využití

Zveřejněno: 10.07.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 2509



*Jaterník podléška, jaterník trojlaločnatý (latinsky *hepatica nobilis schreb*) - je radost spatřit překrásné modrofialové porosty květů jaterníku. Tato první jarní ozdoba stinných lesů rozkvétá, hned jak roztaje sníh, a na místech bohatého výskytu dokáže probouzející se les překrásně vybarvit. Pro mne tento pohled znamená, že zima již definitivně skončila a že začíná nová bylinkářská sezona.*

Účinky rostliny:

- [nemoci](#) jater
- hepatitida - [zánět](#) jater
- cirhóza jater
- oslabená játra - jaterní hypofunkce
- zvětšení jater (hepatomegalie)
- nemoci žlučníku
- žlučové kameny
- žlučové písek
- podrážděný žlučník
- podrážděná slezina
- močopudné vlastnosti
- čištění [krve](#) - detoxikace
- nemoci močového měchýře
- kožní rány

Jaterník se neprodává v [lékárnách](#), proto si ho musíte každý rok nasbírat, ne však v době největší krásy, ale až trochu později, koncem kvetení, když mu již vyrostly listy. Ty tvoří hlavní léčivou drogu (bylinu), ale když jsou ještě květy,

sbírá se celá kvetoucí nať. Při sběru dávejte pozor na kořínky, abyste porost co nejméně poškodili. Na rozdíl od většiny léčivých [bylin](#) nemá jaterník dlouhou ani slavnou [historii](#). Jeho latinské pojmenování by se dalo přeložit jako *jaterník vznešený* a vzniklo z toho, že se rostlina odedávna používala na [onemocnění jater](#), jak o tom svědčí středověké herbáře.

Jaterník je, dá se říci, nenahraditelný. Je prvořadým lékem při **tvrdnutí (cirhóze), zánětech (hepatitidě), zvětšení (hepatomegalii), rozpadu a slabé funkci jater (jaterní hypofunkce)**, pomáhá při všech [nemocech](#) tohoto životně důležitého orgánu. Můžeme ho používat i samostatně, vhodné je ho užívat s podobně účinkujícími [rostlinami](#), neboť na játra známe několik dalších, velmi dobrých rostlin.

Většina bylinek na léčení jater **prospívá i žlučníku**, tak je tomu i u jaterníku. Rostlina zastavuje **tvorbu žlučových kamenů a písku ve žlučníku a v žlučových cestách**, léčí **podrážděný žlučník a slezinu**, slouží jako **močopudný prostředek**, doporučuje se na **čištění krve** z moči a prospívá i při některých **nemocech močového měchýře**.

Lidově se doporučují čerstvé listy jaterníku přikládat **zevně na rány**, což je v tomto případě velmi výhodné, neboť listy jsou k dispozici v době, kdy ještě většina rostlin neroste.

Čajová směs na různé obtíže s játry:

- *list jaterníku 5 (dílů)*
- *nať řepky 5*
- *kořen pampelišky 5*
- *kořen čekanky 5*
- *nať benediktu 5*
- *nať třezalky 4 (díly)*
- *květ heřmánku 4*
- *nať rozrazilu 4*

Dvě lžice směsi zalijeme půllitrem vroucí vody a necháme přikryté asi 20 minut vylouhovat. [Čaj](#) přecedíme a pijeme dva- až třikrát denně nalačno, 20-30 minut předjídlem.