

Karbinec evropský - účinky, co léčí, použití, užívání, využití pro zdraví

Zveřejněno: 22.04.2015 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |   | Zobrazeno: 3491



Karbinec evropský

*Karbinec evropský (latinsky *lycopus europaeus*) patří do čeledi hluchavkovité, je vysoký 20-80 cm, kvete v červenci až září. Je to trvalá bylina. Mírně chlu patá, s kořenovými výhonky. Lodyha přímá, méně větvená. Listy křížmostojné, řapíkaté, kopinaté, silně a hluboce pilovité. Květy bílé, uvnitř s červenými tečkami, malé, v hustých lichopřeslenech horních úžlabích listů, koruna dlouhá 46 mm, takřka pravidelně čtyřlaločná. Kalich s 5 dlouhými, pichlavými zuby.*

Účinky rostliny:

- snížená funkce štítné žlázy (hypotyreóza)
- zvýšená funkce štítné žlázy (hypertyreóza)
- ranní bušení srdce (ranní palpitace)
- premenstruační cyklus, PMS
- návaly způsobené pohlavními hormony
- zpevnění zubů

Výskyt a rozšíření:

břehy, příkopy, úhory, mokré louky.

Záměna:

srdečník obecný (*leonurus cardiaca*). Až 120 cm vysoký, listy delší, laločnaté, silně pilovité, tmavozelené. Květy starorůžové, tvoří olistěné klasovité květenství, koruna dlouhá 8-12 mm.

Vlčí noha

Lidově se karbinci přezdívá vlčí noha. Když některá rostlina nese jméno

nějakého zvířete, znamená to, že jí naši předkové přisuzovali jeho sílu. Vlk má smysl pro rodinu — také karbinec roste vždy „ve smečce“. Vlk má prominentní postavení v mytologii, folkloru a obecně v lidské kultuře.

Harmonizuje štítnou žlázu, zpevňuje zuby

Karbinec působí na **štítnou žlázu**. Karbincový čaj tento orgán harmonizuje. Vyrovnává jeho mírně **nedostatečnou funkci** (hypotyreóza) a při **nadměrné činnosti** (hypertyreóza) dokáže utlumit **nervozitu**, která je s tím spojená. Kdo večer neumí vypnout a neustále ještě prožívá události uplynulého dne, toho čaj jemně uklidní. Ztiší i **ranní bušení srdce**.

Karbinec má mírně gestagenní účinky, a tak u žen posiluje ve druhé polovině cyklu a přináší úlevu ve dnech **před menstruací (premenstruační syndrom, PMS)**. Pomáhá i při **návalech způsobených hormonálními výkyvy**.

Prekvapivé je, že při kloktání karbincového **čaje** dochází ke **zpevnění zubů**.

Jako vlčí stopa

Lykos znamená řecký vlk a pous je noha. Dnes už skoro nevíme, jak vypadá **vlčí stopa** — ale možná nám to ukážou **listy této rostliny**. Europeaus naznačuje, že rostlina je **domovem** v Evropě.

Sběr, sušení a čaj

Karbinec sbírejte, dokud kvete. Jeho sběr je rychlý, protože roste ve velkých shlucích. Volný svazek bylin zavěste do vzdušného stínu, aby uschnul. Suchou bylinu uchovávejte v plechovce nebo v sáčkích a rozmělněte ji až krátce před přípravou. Díky tomu **účinné** látky vydrží déle.

Na čaj zalijte 1 lžičku bylinky 250 ml horké **vody** a nechejte táhnout 10 minut. Pijte 1 šálek **ráno** a večer.