

Kozinec blanitý - účinky na zdraví, použití, užívání, využití, co léčí

Zveřejněno: 30.01.2015 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |   | Zobrazeno: 5699



Kozinec blanitý, latinsky astragalus membranaceus. Žlutý císař, který vládl v letech 2737-2697 př. n. l., zařadil tuto rostlinu mezi nejvýznamnější druhy, a to jako lék na [bolesti](#), hnis a hemoroidy, ale také na »stovky [dětských onemocnění](#)«. Po tisíciletí Číňané užívají tuto rostlinu jako prostředek podporující zvýšení imunity, zvláště u mladých lidí.

Účinky rostliny:

- posílení imunity, obranyschopnosti, imunostimulant
- antixodant, antioxidační účinky
- fyzická odolnost
- antivirové účinky
- rozšíření cév (vazodilatační účinek)
- posílení srdce, srdeční tonikum
- vypocení
- zadržování tekutin v těle - močopudný efekt
- vysoký tlak krve, hypertenze
- prokrvení [kůže](#), pokožky - zlepšení
- antibiotický účinek - zabíjí bakterie
- antivirotický účinek - zabíjí viry
- zánět ledvin, nefritida
- bílkovina v moči
- úplavice
- salmonelóza

- steatoza, ztukovění jater - prevence
- hepatoprotektivum, hepatoprotektivní účinek - ochrana jater
- posiluje funkce nadledvinek
- vliv na makrofágy a lymfocyty
- vhodná [bylina](#) pro radioterapii, chemoterapii - dodání vitality organismu po rakovině
- AIDS - prodloužení života

Botanický popis a rozšíření:

kozinec blanitý je víceletá [rostlina](#) z čeledi bobovitých, Fabaceae. Má mohutný, 50-150 cm dlouhý, mrkvovitý žlutohnědý kořen, na řezu světle žlutý. Stonek je asi 1 m [vysoký](#), hranatý, palisty blanité, trojúhelníkovité a zašpičatělé. listy lichozpeřené, s 8-12 jařmy, lístky celokrajné a hrotité. Květy vyrůstají po 1-15 v řídkých hroznech. Kalich je u báze ztoustlý, trubkovitý a nepravidelně zubatý, motýlokvětá koruna světle žlutá. Plod je pukavý, kožovitý lusk až 6 cm dlouhý s podélnou přihrádkou. Obsahuje obvykle 12 černých, krátce ledvinovitých semen.

Rozšířen je v severní a severozápadní Číně a v Japonsku, jižním Mogolsku a v Přímořském a Chabarovském kraji a také v Zabaj kalí. Roste v údolích řek a na písčinných přesypech, v řídkých dubových lesích, keřovitých porostech a na úbočí horských svahů. Rod kozinec, Astragalus, má však asi 1 800 druhů, z toho u nás jich roste kolem patnácti. Nejznámějším druhem je **kozinec slizodárný**, asi 0,5 m vysoký keř, rostoucí v hornatých místech Malé Asie, sýrie a Íránu. Z trhlín kořenů a větví vytéká klovatina bez chuti a vůně, která tuhne a na trhu je známa jako "tragant". Ve Vietnamu se v tradiční medicíně využívá **kozinec hroznovitý**, Astrogalus racemosus (syn. A. dasianthus), který má mimo jiné schopnost koncentrovat v pletivech nati velké množství **selenu** (až 1,5% v sušině).

Obsahové látky:

kořen (Astragali radix) obsahuje polysacharidy zvané astragalany I, II a III, saponiny astragalosidy I-VIII, isoastragalosid 1-11 a soyasaponin I, dále beta-sitosterol, calycosin, focmononetin, ale také glukany, nenasycené mastné kyseliny (např. linolovou), flavonoidy, betain, aminokyseliny, slizy aj.

Léčebné účinky kozince blanitého:

posiluje imunitu a zvyšuje fyzickou odolnost a má protivirové (antivirové) účinky. Rozšiřuje cévy, snižuje krevní tlak, zlepšuje prokrvení kůže, zrychluje krevní oběh a posiluje srdeční sval. Povzbuzuje silné pocení a ulevuje při zadržování tekutin, neboť droga je výrazně močopudná. Navíc léčí [záněty](#) ledvin a odstraňuje bílkovinu z moči. Má výrazné antibiotické (a antivirotické) účinky, a to jak na viry, tak i na řadu bakterií působících např. dyzenterii (úplavici) nebo salmonelózu.

Bylina je velmi dobrým **antioxidantem** a **imunostimulátorem**, zvyšuje **odolnost a vitalitu** organismu. Chrání **jaterní buňky** před toxickými vlivy, ale také brání **tukové degeneraci jater (steatóze)**. Současné vědecké výzkumu ukazují, že tento druh kozince má mimořádné léčivé schopnosti. Je to tzv. **modifikátor biologické odpovědi**, což znamená, že má schopnost nejen **zvyšit**

činnost kůry nadledvinek, ale také makrofágů a T-lymfocytů, červených krvinek, interferonu a imunoglobulinů. Droga se používá po chemoterapii, radioterapii a také u [pacientů](#) majících AIDS, neboť aktivuje kostní dřeň a prodlužuje období reprodukce zdravých buněk až o 50%.

Kontraindikace:

nedoporučuje se při prázdnotě jin s nárůstem jangu, stagnaci potravy, poškození kůže a syndromech plnosti. Neužívejte spolu s šácholanem čínským (Magno/ia officinalis) a slivoní mume (Prunus mume).

Způsoby užití:

doporučená denní dávka je 4-18 g drogy, která se užívá ve formě odvaru nebo prášku, a to 1 šálek odvaru 2-4krát denně, prášku pak 2-4krát denně na špičku kulatého nože. Lze užívat i tinkturu, a to 2-3krát denně 20-25 kapek. Dalším způsobem je suchý kořen, kdy se 5-10 g drogy peče samostatně nebo s lžičkou medu. Získává se tak povzbuzující lék, který je možno každý den přidávat k běžnému jídlu.

Využití v kuchyni:

kořen je součástí řady různých pokrmů a kuchyňských úprav, a to buď samostatně, nebo spolu s dalšími léčivými rostlinami, především kořeny děhelu čínského, (Angelica sinensis), a pazvonku chloupkatého, (Codonopsis pilosula). Tato kombinace bývá rovněž častou přílohou drůbežích a rybích jídel, slouží také k přípravě polévek. Používá se i při vaření černých fazolí, rýžové kaše a nákypů a při přípravě alkoholických [nápojů](#).

Pěstování kozince:

s ohledem na místa rozšíření tento druh roste a přezimuje také u nás. Nevyžaduje žádné specifické pěstební podmínky. Půda může být mírně kyselá a spíše lehčí, neboť v těžké a přemokřené půdě kořeny uhnívají. Pěstuje se hlavně ze semen, která při klíčení vytvářejí poměrně dlouhé kořeny, proto se předpěstované sazenice špatně přesazují. Je tedy možno volit i přímý výsev, a to koncem dubna. Za vegetace je třeba rostliny pravidelně kypřit a udržovat půdu bez plevelu. Sklizeň kořenů probíhá po příchodu prvních podzimních mrazíků. Opatrně je vyryjeme, očistíme, nakrájíme napříč na asi 2 cm dlouhé kousky a sušíme ve stínu při teplotě 40-50 °C. Uchováváme na suchém a tmavém místě.