

Muškatový oříšek, květ, muškátovník - účinky na zdraví, použití, užívání, využití, co léčí

Zveřejněno: 02.12.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  Zobrazeno: 5151



Muškatovník

Muškatovník vonný (pravý), latinsky *myristica fragrans* léčí zažívací potíže, nechutenství, bronchitida, revmatismus. Muškátovník je stále zelený, listnatý tropický strom vysoký přes 10 metrů. Má rozložitou kuželovitou korunu, zelenošedou kůru. Listy jsou kožovité, zašpičatělé, dlouhé asi 10-15 cm. Muškátovník je dvoudomý strom, samčí květy jsou drobné, bílé. Samičí žluté.

Účinky rostliny:

- poruchy trávení
- průjem
- zvracení, nevolnost na zvracení - potlačuje
- křeče trávicího [systému](#) (střeva, žaludek)
- revma, revmatismus, revmatoidní artritida - mast
- protizánětlivé účinky
- [zánět](#) průdušek, bronchitida
- zápach z úst

Plodem je kulovitá bobule, která má v sobě jedno semeno - muškátový oříšek (oříšek). Masitý míšek, který obaluje oříšek, je známý jako "muškátový květ". Celý strom je silně aromatický.

TIP ZBYŇKA MLČOCHA: Předávkování [může](#) vést k halucinacím (způsobuje látka myristicin). Je doprovázeno bolestí hlavy, pálením očí, pálením sliznic, budšením srdce, celkovou nevolností.

Používané části:

Používá se tzv. "muškátový květ" a "muškátový oříšek".

Léčivé vlastnosti:

Muškatový oříšek i květ **podporují trávení, léčí průjem, zabraňují zvracení.** Užívají se proti **nechutenství, zažívacím potížím, křečím** v trávicím ústrojí. Působí jako mírné tonikum. Má mírné **protizánětlivé účinky.** Užívá se i při **revmatismu (řeší revmatoidní artritidu) a bronchitidě (zánětu průdušek).** Zevně lze použít jako mast či mazání při [léčbě](#) revmatismu, bolestivých kloubů i jako prsní balzám proti kašli a bronchitidě.

Způsob použití:

Vnitřně se oříšek i květ užívají formou prášku. Dávkování je po špetkách (nabereme prášek na špičku nože či lžičky) 3x denně. Z práškuje též možné dělat odvar, v tom případě je jedna dávka asi 1,5gramu. Dáse kombinovat sdalším kořením, jako je skořice, zázvor, badyán atd. Lze sehnat i éterický olej, který se používá zevně při revmatických [bolestech](#) nebo se masíruje do dásně při bolesti zubů. Prášek je též možno přimíchávat do mastí (kostival, konopí, kaštan ...) proti revmatismu, nebo do prsních balzámů (kafr, eukalypt, pryskyřice zjehličnanů, mentol..).

Kontraindikace:

Muškatový oříšek a květ jsou ve větším [množství](#) (než jedna kávová lžička) toxické.

Použití v kosmetice:

Muškatový oříšek a květ mají značné upotřebení v kosmetice. Výtažky z nich, zejména vonné silice, se přidávají do mýdel i parfémů. Vyrábí se z nich i vlasová kosmetika a ústní voda odstraňující zápach z úst.

Použití v kuchyni:

Muškatový oříšek a květ jsou od nepaměti oblíbeným a cenným kořením, které slouží při přípravě [jidel](#), pochutin a [nápojů](#). Vynikající je v polévkách, uzeninách, rybách a rožněných masech. Je též součástí receptur při výrobě alkoholických likérů.

Rozšíření a výskyt:

Indonéské ostrovy Moluky jsou pravlastí muškátovníku vonného. Postupem času se jeho pěstování rozšířilo do celé tropické části Asie i jinde.

Sběr:

Sběr muškátových oříšků probíhá po celých rok. Zralé plody se srážejí, vydělá se z nich míšek i oříšek a nechávají se sušit na slunci. Sušený květ se obvykle mele na prášek.

Možnost záměny:

S oběma produkty muškátovníku se u nás můžeme setkat pouze jako s baleným zbožím v obchodě, tím pádem žádná záměna nehrozí.

Obsahové látky:

Silice (terpeny, alkoholy), tuky, škrob a další.

Poznámky:

V kosmetickém průmyslu se k dosažení muškátové [vůně](#) mnohdy nepoužívají produkty z muškátovníku, nýbrž silice z šalvěje muškátové.