



Rozrazil lékařský - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití

Zveřejněno: 28.08.2014 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |  |  | Zobrazeno: 6983



Rozrazil lékařský

Rozrazil lékařský (latinsky veronica officinalis l.) - když kdysi Římané obsadili kraje obývané Germány, poznali „rozrazil lékařský“, kterého si domácí germánské obyvatelstvo nadevše vážilo jako léčivé byliny. Nazývali ji „Hlavní lék na všechny choroby“, a ještě dnes má lidový název „Allerweltsheil“. Bezpochyby i Římané se přesvědčovali o její velké léčivé moci.

Účinky rostliny:

- [vysoká](#) hladina cholesterolu, hypercholesterolemie
- ateroskleróza, arterioskleróza, kornatění tepen
- čištění krve, detoxikace
- chronický ekzém
- chronický ekzém
- svědění stařecké kůže
- trávení - podpora
- zahlenění žaludku
- poruchy střev
- neklid, nervozita, nespavost - sedativní účinky
- paměť, zlepšení paměti, okna, okénka
- duševní přepracovanost
- nespavost
- závratě
- žloutenka - podpora [léčby](#)
- močové kameny, močový písek
- ledvinové kameny, ledvinový písek
- revma, revmatismus, revmatoidní artritida, **revmatické bolesti**
- suchý [zánět](#) průdušek, bronchitida, katar průdušek
- chronické choroby kůže, pokožky
- ekzémy
- rány - špatně se hojící rány

- bércevé vředy, rány v oblasti bérce
- dna

Když chtěli známému nebo příteli složit zvláštní poklonu, tehdy mu říkali, že má tolik dobrých vlastností jako velevážená veronika. Vzpomněla jsem si na tento výrok, když mi jeden pán vyprávěl o velkém **obsahu cholesterolu** ve své krvi. Z toho důvodu již vícekrát ležel v nemocnici. Radila jsem mu pít **čaj** z rozrazilu, a to dva šálky denně. Velmi mne potěšilo, když za půl roku povídal, že při nedávném vyšetření krevního séra byli lékaři překvapeni, když již **nezjistili** zvýšený obsah cholesterolu.

Rozrazilu vyhovují suché půdy a roste v lesích, na pasekách, při plotech, v příkopech, při cestách a na okrajích lesů. Jeho stonky s kořínky se plazí po zemi, má malé zoubkované, stříbřité lesklé listy, vyrůstá do vzprámených hroznů, které mají bledě modré až fialové kvítečky. Listy na dotek snadno opadávají, proto mají německé pojmenování „Männertreu“ – mužská věrnost. Kvete od května do srpna.

Kvete od května do srpna.

Sbírají se olistěná květenství a květy. Nejúčinnější **rostliny** jsou ty, které rostly na kraji lesů a pod dubem. Tato léčivá rostlina je podle tradice našich předků oblíbenou **přísadou čajů čistících krev** a pomáhá vyléčit **chronické ekzémy** společně s kopřivou. Rozrazil vřele doporučuji při nepříjemné **stařecké svědivosti**. Slabé i citlivé osoby snášejí tuto bylinku velmi dobře na **žaludek** pro její mírné účinky, neboť **povzbuzuje i trávení**. Vyléčí i **zahlenění žaludku** a **poruchy střev**.

Především bych chtěla upozornit, že rozrazil má velkolepé účinky při **nervozitě**, mající původ v **duševní přepracovanosti**. Jeden šálek čaje, který vypijeme večer před spaním, dělá přímo divy svým **uklidňujícím účinkem**. Švýcarský farář Kunzle doporučuje lidem, kteří musí vykonávat velmi mnoho duševní práce, aby **před spaním** pili tento uklidňující čaj. Přináší **dobrou paměť** a odstraňuje pocity **závratě**. Smíšený s kořenem celeru odstraňuje **slabost nervů** a **melancholii (zádumčivost)**.

Rozrazil vynikajícím způsobem působí i při **žloutence** a **písku v moči**, při **revmatických bolestech** končetin.

Jeden farář mi oznamoval: „Měl jsem častá ‚okna‘ v **paměti** a ta mi překvapivě zmizela, když jsem pil 14 dní čaj z rozrazilu a přesličky (ve stejném poměru), dva šálky denně. Předtím mi při kázání už vypadávala důležitá slova. Byl jsem nejistý a nervózní. Bylinky pomohly neuvěřitelně rychle.“

Rozrazil působil obdivuhodně při zastaralém **suchém zánětu průdušek (bronchiálním kataru)**.

Jako **prsní čaj** používáme směs stejného dílu plicníku lékařského, listů podbělu, jitrocele a rozrazilu oslazený trochou **medu**, nebo ty bylinky spaříme horkou vodou, v níž jsme rozpustili kandysový cukr. Při žloutence, při chorobách jater a sleziny radíme tuto čajovou směs: 50 g pampelišky, 25 g květů čekanky, 25 g mařinky vonné, 50 g rozrazilu. Bylinky dobře promícháme. Přes den je třeba vypít dva šálky neslazeného čaje po doušcích (na 1/4 litru vody jednu kávovou lžičku – vrchovatou – viz způsob užívání).

Z kvetoucí rostliny rozrazilu můžeme **připravit** i čerstvou šťávu, kterou doporučujeme při **chronických chorobách kůže**, především při **ekzémeh**. Užíváme během dne dvakrát až třikrát po jedné lžičce. Protože se ve starých

bylinkářských knihách rozrazil vychvaluje i jako bylina **na rány**, doporučuji ho použít při **zanícených a těžko se hojících ranách**, zvláště v blízkosti **holenní kosti (bércové vředy)** . Ránu nejdříve vykoupeme v čajovém odvaru, později dáme na ránu na noc [obklady](#), které jsme namočili do spařeného čaje a potom je zabalíme teplým zábalem.

Ti, kdož trpí na **revma** a **dnu**, měli by jednou vyzkoušet účinek tinktury z rozrazilu, kterou si můžeme sami připravit. Tuto tinkturu používáme zevně na vtírání do kůže, vnitřně bereme třikrát denně 15 kapek s trochou vody či čaje. V každém případě pijte každý rok nějaký čas čaj z čerstvě natrhaného rozrazilu – nejenže omezuje **kornatění tepen**, ale tomu stavu i předchází a tělu dodává pružnost svými **krev čistícími účinky**. Proto prosím, vezměte si tuto radu k srdci!

Způsoby užívání rozrazilu:

- **Čaj z rozrazilu lékařského:** Jedna vrchovatě naplněná kávová lžička na 1/4 litru vody, jen spaříme, krátce vyluhujeme.
- **Čerstvá šťáva z rozrazilu lékařského:** Čerstvou nať umyjeme a protlačíme přes domácí odšťavovač, naplníme do malých lahviček a vložíme do chladničky.
- **Tinktura z rozrazilu:** Jednu vrchovatou dvouhrst kvetoucí, nadrobno pokrájené natě dáme do litru 38 až 40% žitné pálenky a necháme stát čtrnáct dní na slunci nebo na teplém místě.

Zdroj: [Maria Treben, Zdraví z boží lékárny](#)