

Aloe pro pokožku i zažívání



Aloe patří do kategorie léčivých rostlin a užíváno je více než 200 druhů, jež pocházejí z východní a západní Afriky a Středomoří. Jde se o teplomilné keře se spirálovitě uspořádanými masitými listy, jejichž okraj je zoubkovaný a zakončený trny (viz pradědeček). Listy nemají lodyhu. U nás se vyskytuje aloe pravá (Aloe vera), aloe kapská (Aloe ferox), obě lze pěstovat pouze ve skleníku a aloe stromovitá (Aloe arborescens). Poslední jmenovanou vypěstujete doma v květináči, je to dnes běžná pokojová rostlina.

Aloe patří do té kategorie léčivých rostlin, o kterých lze prokazatelně tvrdit, že je používali již léčitelé staré Číny a Indie. Dokonce Aristoteles poučil Alexandra Velikého o účincích šťávy z aloe a to v roce 325 př. Kr. Účinky aloe se v celé historii jejího používání dělí do dvou skupin.

Při vnitřním podání projímavé působení a při vnější aplikaci příznivý vliv na pokožku, kterou zklidňuje, změkčuje a podporuje hojení ran. Hlavní léčivou drogou je šťáva z listů. Používá se buď sušená (sabar) nebo konzervovaná, případně čerstvá. Obsahuje především glykosid aloin, dále pryskyřice, minerální látky, organické kyseliny, vitamíny, enzymy, hořčiny aj.

Šťávu můžeme získat i z naší pokojové aloe. Po vnitřním užití ale působí velmi silně, takže nad jejím případným užíváním by měl dohlížet odborník. Šťáva z aloe je velmi účinným projímadlem, které působí bezbolestně a pouze v tlustém střevě. Účinek nastupuje po 8 hodinách po podání. Doporučuje se u chronické zácpy, která nereaguje na jinou léčbu, ale jak bylo uvedeno výše, pod dohledem lékaře. Aloe pozitivně působí na celý zažívací trakt. Podává se při chronickém zánětu tlustého střeva, při nechutenství, potížích s trávením - stimuluje činnost trávicího traktu. V kombinaci se spasmolytiky jako je Atropa belladonna (rulík zlomocný) dokonce uvolňuje křeče. Pokud se rozhodneme vyzkoušet působení aloe na zažívací trakt, je vhodnější použít již vyrobené přípravky z aloe, např. ve formě tobolek. Pozor! Tyto přípravky nebývají vhodné pro děti. Aloe se také nedoporučuje podávat při krvácejících hemoroidech, menstruaci, gynekologických obtížích a těhotenství.

Zevně používaná šťáva má protizánětlivý účinek. Zklidňuje kožní záněty, hnisavé rány, flegmony, popáleniny. Olejovou emulzi lze použít nejen k léčbě popálenin II. a III. stupně, popálenin po ozařování, ale i k prevenci jejich vzniku. V dermatologii a kosmetickém průmyslu je aloe hojně využívána a to snad ve všech druzích kosmetických přípravků. Šampony počínaje, přes pleťové vody, krémy, tělová mléka, tyčinky na rty, sprchové gely a gely pro intimní hygienu.

Pokud pěstujeme aloe doma, lze její omytý odříznutý list přiložit na právě vzniklou spáleninu a to řeznou plochou přímo na spálené místo. Šťáva podpoří granulaci tkáně, tedy obnovu nové pokožky.

Aloe je hojně využívána také v homeopatii a alopatické medicíně.

Autor: www.ordinace.cz. (Ordinace.cz)
12:00 - 28.10.2005

Vytištěno ze serveru: **České Noviny**

Adresa článku je: http://www.ceskenoviny.cz/magazin/zdravi/index_view.php?id=154922

Copyright © 1996-2003, Neris s.r.o., agentura ČTK pro Internet a nová média
Všechna práva vyhrazena. Určeno jen pro osobní využití. Bez předchozího písemného souhlasu Neris s.r.o. je zakázána jakákoli další publikace, přetištění nebo distribuce jakéhokoli materiálu nebo části materiálu uveřejněných na webech Neris.