

Škrlatni ameriški slamnik

(*Echinacea purpurea*)



Družina: Nebinovke

Kratka zanimivost:

Ameriški slamnik izvira iz Severne Amerike in ima že dolgo tradicijo v indijanskem ljudskem zdravilstvu. Uporabljali so ga za zdravljenje različnih bolezni, pri celjenju ran in celo pri kačjih pikih. V Evropo so ga v 18.stol prinesli kot okrasno rastlino. Alfreda Vogla štejemo za pionirja kultivacije ehinaceje. Pred 50 leti je razvil znano zdravilo iz škrlatnega slamnika pod imenom Echinaforce.

V farmaciji uporabljajo tri vrste am. slamnika:

- * škrlatni am. slamnik (*E.purpurea*),
- * ozkolistni am. slamnik (*E. angustifolia*)
- * bledi am. slamnik (*E. pallida*)

Vrtnarji so v okrasne namene razvili rastline z različnimi barvami cvetov in ponavadi nižje rasti.

Rastišče:

Am. slamnik je trajnica, ki zraste v višino 60-100 cm. Rastlina je najlepša v v času polnega cvetenja od julija do septembra. Ni zahtevna, dobro uspeva na sončnih in polsenčnih legah. Rada ima globoka in dobro obdelana vlažna vendar prepustna tla. Am. slamnik pogosto sadijo kot okrasno rastlino. Cvetovi privlačijo različne žuželke in ptice. Razmnožujemo ga s semenami in z delitvijo starih rastlin.

Kdaj in kaj nabiramo: V zdravilne namene uporabljamo stebla, cvetove in liste cvetoče rastline. Režemo jih ob dopoldnevih. Jeseni izkopljemo korenino.

Sestavine in učinkovine:

Najbolj raziskani so: **derivati kavne kislina**, ki imajo antimikrobnjo funkcijo, **polisaharidi**, ki so odgovorni za aktiviranje levkocitov in **alkilamid**, ki pripomore k dobremu imunskemu odzivu organizma. Druge sestavine: flavonoidi, eterično olje, smole, grenčine, rudninske snovi so terapevtsko manj učinkovite.



Na levi strani Vrta tete Johance v Evroparku že od vsega začetka raste obsežna "kolonija" purpurnega ameriškega slamnika, ki pritegne poglede obiskovalcev pa tudi žuželk in ptic. Opazili pa smo, da so se posamezne rastline pojavile tudi drugod po vrtu, čeprav jih tja nismo zasadili.



Ameriški slamnik je medovita rastlina in odlična čebelja paša.



Učinki in uporaba:

Ameriški slamnik je ena najbolj raziskanih zdravilnih rastlin. Ugotovili so, da pospešuje delovanje imunskega sistema. V raziskavah se je izkazal kot zaviralec rasti bakterij, glivic in celo virusov. Določene snovi blokirajo virusne receptorje na površini celic. Ker je njegovo protivirusno delovanje dokazano učinkovito pri mnogih virusnih obolenjih prof. Samo Kreft v Farmacevtskem vestniku predvideva, da verjetno deluje tudi proti koronavirusu SARS-CoV-2. To so potrdili z raziskavo na 120 ljudeh. Raziskovalci so ugotovili tudi antitumorsko delovanje izvečkov am. slamnika pri poskusnih živalih. Alkoholni izvlečki nadzemnih delov ugodno vplivajo na celjenje ran, pri nekaterih kožnih boleznih, opeklinah, ozeblinah in pri vnetju žrela in grla. Priporočajo uporabo am. slamnika pri prehladnih obolenjih, ko začutimo prve znake bolezni ali smo bili v tveganem stiku z ljudmi s prehodom oz. smo v hudem stresu. Poleg tega ugodno vpliva pri zdravljenju vnetij urogenitalnega trakta. Pri izdelavi pripravkov je bistveno, ali bomo kot topilo uporabili vodo ali alkohol.



Neželeni učinki oz. opozorilo:

Pripravkov naj ne bi uživali več kot 10 dni skupaj. Neželeni učinki so sicer redki. Če pa se pojavi preobčutljivostna reakcija na koži: srbenje, izpuščaj, otekina ali celo težko dihanje, moramo takoj prekiniti z jemanjem le-teh. Kontraindicirani so tudi pri vseh hudih sistemskih boleznih kot je tuberkuloza, levkemija, lupus, multipla skleroza, kolagenoza, aids in na sploh pri vseh avtoimunih boleznih. Prav tako se ga morajo izogibati ljudje s presajenimi organi. Dodatno stimuliranje imunskega sistema pri teh boleznih namreč ni zaželeno.

Homeopatija: Ameriški slamnik uporablja za zdravljenje bakterijskih in virusnih obolenj in stimulacijo imunskega sistema.



Besedilo: Mirica Štaut, AP

Vir: Rode, J.: Zeliščni vrt, Kmečki glas 2018

Risba na naslovnici: Mili Uran

Kreft S.: Sodobna fitoterapija, Slovensko

Fotografije: Miri Štaut, AP

farmacevtsko društvo 2013

Lektoriranje: MŠ

<https://www.farmedica.si/dodatki/>

Oblikovanje: AP

<https://www.vogel.si>

<https://okusno.je/recept/>

<https://sl.wikipedia.org>

<https://www.sfd.si/farmacevtski-vestnik/>

Pripravki:

Poparek naredimo iz posušenih listov, stebel in cvetov. Lahko ga mešamo z drugimi čaji za krepitev odpornosti. Vijolični cvetni lističi so zelo dekorativni in polepšajo izgled čajne mešanice. Čaj vsebuje le tiste učinkovine, ki so topne v vodi; teh je manj. Alkoholni pripravki so bolj učinkoviti. Rastlino moramo predelati v 24 urah oz. še prej, če želimo iz nje dobiti čim več. **Tinkturo** pripravimo tako, da sveže nabrane liste, stebla in cvetove zrežemo ali zmeljemo, prelijemo s 50-70% alkoholom v razmerju 1:5 in pustimo v senci. Vsak dan premešamo. Po treh tednih precedimo in shranimo v temne stekleničke. Res kvalitetno tinkturo dobimo, če jeseni dodamo 10 do 20 % alkoholnega izvlečka korenine, narejenega po istem postopku. **Sirup** naredimo iz narezane rastline, ki jo zlagamo po plasteh s sladkorjem, pustimo v polsenci tri tedne, precedimo in shranimo. Uživamo po žličkah. Okusen **napitek** dobimo, če na liter vode damo kg sladkorja, limono in 20 g citronske kislino in skledo narezane rastline. Namakamo 24 ur, precedimo in grejemo do vrenja ter sterilno polnimo. **Pripravek z medom:** Evaporat ameriškega slamnika zmešamo z medom in dobimo pripravek za otroke. **Sveže stisnjen sok** nadzemnih delov am. slamnika pospeši obnovo tkiv.

PRISTOPNA IZJAVA:

PODPISANI/NA:

ROJEN/NA:

POKLIC:

STANUJOČ:

TELEFON:

E-MAIL:

izjavljam, da bom spoštoval/la društveni kodeks ter vse pravice in dolžnosti, ki izhajajo iz članstva.

Po svojih zmožnostih se bom udeleževal/la društvenih aktivnosti. Želim postati član DZRZ

Datum:

Podpis:

.....
Društvo za zdravilne rastline Zasavje

Kidričeva 11a, Zagorje ob Savi, tel 040 625 513

E-mail: drustvo.dzrz@siol.com, www.rastline-zasavje.si

Davčna št.: 54251095

Trr pri Delavski hramilnici Zagorje ob Savi SI56-6100-0000-5586-674