



HERBÁŘ ROSTLIN 27. 01. 2012

## **Bříza bělokorá /Betula pendula/**

**Bříza bělokorá vyrůstá jako statný strom, popř. i jako zakrslý stromek vysoko v horách nebo na severu v chladném podnebí. Kůra je v mládí a na...**

### **Bříza bělokorá - popis**

**Bříza bělokorá** vyrůstá jako statný strom, popř. i jako zakrslý stromek vysoko v horách nebo na severu v chladném podnebí. Kůra je v mládí a na větvíčkách hnědá, posléze se mění v bílou, příčně se odlupující borku, která je neocenitelnou pomůckou při rozdělávání ohně v přírodě. Větve nižšího řádu a letorosty bývají často převislé (odtud název pendula). Pupeny špičaté, lesklé a lepkavé, odstávající. Listy trojúhelníkovité, zaoblené, okraje listů pilovité. Samčí jehnědy převislé, 4 - 7 mm dlouhé. Plody - drobné nažky jsou asi 2 mm velké a lehké (rozšiřují se větrem na velké vzdálenosti).

### **Bříza bělokorá - léčivé účinky**

Bílý pigment kůry obsahuje triterpenický pentacyklický steroidní alkohol betulin s antiflogistickými

vlastnostmi. Dále obsahuje účinné látky hořčiny, třísloviny, silice, pryskyřice, vitamín C a saponiny. Používá se jako diuretický prostředek při vodnatelnosti, dně, revmatických onemocněních, zánětu ledvin a zánětu vývodných cest močových. Vzhledem k tomu, že obsahuje fosfor, je anabolikem. Lze ji rovněž doporučit při onemocnění kůže. **Bříza bělokorá** pomáhá při bolestech kloubů, lumbagu ("houseru") a při ischiasu. Březová šťáva se používá jako anthelmintikum, antihidrotikum, proti vyrážce, nadměrnému pocení nohou a také jako prostředek pro růst vlasů.

**Použitelné části břízy bělokoré:** list a kůra

**Období květu:** duben až květen

## **Tip: Diuretický čaj**

Přelít 4 čajové lžičky sušeného řezaného listu 2 sklenicemi vroucí vody a nechat vylouhovat; do každé sklenice této denní dávky čaje navíc přidat na špičku nože hydroxidu sodného. Prodává se též jako rostlinný extrakt. Při žaludečních a střevních kolikách svařte 2 čajové lžičky březové šťávy a 1/3 l bílého vína. Toto množství po doušcích vypijte.