



HERBÁŘ ROSTLIN 16. 03. 2012

Jablečník obecný /Marrubium vulgare/

Jablečník obecný je vytrvalá léčivá bylina se čtyřhrannou, ochlupenou, do 1 metru vysokou lodyhou. Řapíkaté listy jsou vstřícné, široce vejčité až...

Jablečník obecný - popis

Jablečník obecný je vytrvalá **léčivá bylina** se čtyřhrannou, ochlupenou, do 1 metru vysokou lodyhou. Řapíkaté listy jsou vstřícné, široce vejčité až srdčité, na okraji hrubě vroubkované. Na svrchní straně jsou jemně chlupaté, na rubu šedě až bělavě plstnaté, mají síťovitou a na rubu vyniklou žilnatinu. Květy jsou bílé, složené do lichopřeslenů a vyrůstají v úžlabí horních listů. Kalich je trubkovitý, rozeklaný do deseti zubů, které se později ohýbají nazpět. Koruna je pěticípá, dvoupyská a má čtyři tyčinky. Plod jsou čtyři podlouhlé tvrdky, uzavřené v kalichu. Celá rostlina má příjemnou jablečnou vůni, zřetelnou zejména při rozetření listů.

Jablečník obecný - léčivé účinky

Jablečník obecný má dobrý sekretolytický a odkašlávací účinek při chronické bronchitidě, laryngitidě, tracheitidě, bronchiálním astmatu a spastické bronchitidě. Odstraňuje křeče, reguluje srdeční rytmus, dobře účinkuje při žaludečních vředech a gastritidě, zánětech střev, průjmech, srdeční arytmii, onemocnění sleziny a jater, zánětech ledvin a močového měchýře. Účinkuje také žlučopudně a s úspěchem se používá při žlučnickových kamenech a žloutence.

Lidové léčení doporučuje **jablečník obecný** při nechutenství, při nepravidelné menstruaci, hemoroidech, revmatizmu, na pročištění krve, při křečích orgánů dutiny břišní, horečce, zánětech lymfatických uzlin a při hlístech. Ve formě koupelí s odvarem z jablečníku léčíme kožní vyrážky, obkladem z čerstvé podrcené natě léčíme hnisavé rány u dobytka.

Použitelné části jablečníku obecného: nat' i s květy

Období květu: červen až září

Jablečník obecný - použití v kuchyni a pěstování

Jablečník obecný je teplomilný a světlomilný druh. Roste téměř po celé Evropě až do Skandinávie a byl jako léčivka zavlečen i do Severní Ameriky, kde také zdomácněl. U nás je hojnější pouze na jižní Moravě, jinak se vyskytuje roztroušeně jako plevelná rostlina po celém území na rumišťích, podél cest, plotů, v křovinách a na pastvinách. Pro potřeby farmaceutického průmyslu se pěstuje na lehčích, dobře propustných sušších půdách v teplejších oblastech.

Tip: Čaj

2 čajové lžičky sušené nati jablečníku obecného zalijeme 250 mililitry vroucí vody. Necháme 10 minut vyluhovat a poté pijeme 2x až 3x denně.