



HERBÁŘ ROSTLIN 09. 10. 2012

Jmelí bílé /*Viscum album*/

V korunách jehličnatých i listnatých stromů rostoucích od nížin do hor rostlina vytváří jmelí kulovité trsy, jejichž stáří může být až několik...

Jmelí bílé - popis

V korunách jehličnatých i listnatých stromů rostoucích od nížin do hor rostlina vytváří **jmelí** kulovité trsy, jejichž stáří může být až několik desítek let. Na českém území je jmelí bílé jediným zástupcem rodu jmelí. Jmelí je vidličnatě rozvětvený, stálezelený poloparazitický keřík. V rozsochách a na vrcholech větví vykvétají vidlany dvoudomých květů, z nichž se po oplodnění vyvinou nepravé bobule, které mají bílou až nažloutlou barvu.

Větévky jmelí bílého tvoří husté polokulovité trsy dorůstající průměru až 100 cm. Z krátkého kmínku vyrůstají většinou pravidelně vidličnaté článkovité větve, které jsou v uzlinách rozšířené a snadno lámavé. První dvojice vstříčných listů vyroste ve druhém roce, posléze se rostlina každým rokem rozrůstá o jeden článek, podle čehož lze určit její stáří.

Jmelí bílé - léčivé účinky

Jmelí obsahuje lektin, pryskyřice (např. viskotoxin, který je však ve větším množství toxický), alkaloidy, flavonoidy, cholin, acetylcholin, histamin, organické kyseliny, triterpeny, aminokyseliny, fenylové sloučeniny aj. Za nejkvalitnější se považuje jmelí z jabloně, hlohu, dubu nebo borovice, používat by se naopak nemělo jmelí z topolu, které vykazuje vysokou toxicitu. Je-li droga užívána k léčbě krevního tlaku, pak by se měla sbírat v březnu nebo v listopadu či v prosinci, pro léčbu jiných chorob je sběr možný kdykoliv.

Jmelí bílé snižuje krevní tlak (rozšiřuje vlasečnice), má sedativní vliv na srdeční činnost, působí močopudně, tlumí bolesti hlavy či pocity návalů krve do hlavy (zejména v klimakteriu), pomáhá při závratích, zastavuje krvácení, reguluje vylučování žluči a činnost slinivky, užívá se při hypertyreóze (zvýšené činnosti štítné žlázy), při křečových žilách nebo bércových vředech se doporučují koupele nohou, prospívá při léčbě nočního pomočování dospělých a při bílém výtoku, pomáhá i při některých formách senné rýmy (v tomto případě se přidávají k pitné kůře výplachy nosu mírně osoleným macerátem z jmelí nebo se šnupe usušená droga), jako podpůrného prostředku se jej užívá při léčbě rakoviny.

Použitelné části jmelí bílého: celé větvičky nebo jen listy

Období květu: březen až květen

Použití v kuchyni a pěstování

Přestože je **jmelí bílé** nejrozšířenější poloparazitickou rostlinou českých dřevin, jsou všechny jeho poddruhy zapsány na Červeném seznamu cévnatých rostlin ČR. Díky způsobu růstu a přetrvávající zelené barvě je opředeno mnoha pověrami a mýty a jako bylina má široké uplatnění v léčitelství. Původ jeho odborného jména *Viscum album* se odvozuje od slov *viscōsus* (lepkavý, ve smyslu přilnavý), podle vlastnosti plodu, a *albus* (bílý), podle barvy bobulí. Jmelí bílé v přírodě rozšiřují především drozdovití ptáci; nejčastěji trusem (zoochorie), případně na peří (epizoochorie) nebo při otírání zobáků s přilepenými semeny o větévky stromů. Z jehličnanů většinou parazituje na borovicích a jedlích, z listnáčů zejména na lípách, topolech, akátech, javorech, jabloních a hlohu.

Tip: Macerát

8 g na 1/2 l vody luhujeme ve studené vodě nejméně 4 hodiny. Podáváme 2 - 3x denně.