



HERBÁŘ ROSTLIN 20. 10. 2015

## **Lopuch menší /Arctium minus/**

**Lopuch menší je dvouletá, nebo víceletá bylina. Dorůstá do výšky okolo 50-120 cm, má přímou lodyhu s řídkými chlupy, která je v horní části...**

**čeleď: hvězdnicovité**

### **Lopuch menší-popis**

Lopuch menší je dvouletá, nebo víceletá bylina. Dorůstá do výšky okolo 50-120 cm, má přímou lodyhu s řídkými chlupy, která je v horní části načervenalá. Lodyha je větvená. Listy má řapíkaté, vejčitého tvaru s jemnými zoubky na okraji. Na svrchní straně mají jemné pýří, na spodní jsou téměř lysé. Květy rostou v kulovitých, hroznově uspořádaných úborech velkých 1-2 cm. Květy jsou trubkovité, oboupohlavní a mají červenofialovou barvu. Zákrovní listeny jsou čárkovité, na konci háčkovitě zahnuté.

## Lopuch menší-léčivé účinky

Kořen je třeba sbírat konce vegetačního období, neboť právě v tento čas se v kořenu hromadí zásobní látky, proto je dužnatý. Obsahuje až 45% zásobního polysacharidu inulinu, dále silice, sliz, třísloviny, minerální látky, lappin, glykosidy, hořčík, pryskyřici, olej a vitamin C.

Droga působí při poruchách trávicího traktu, posiluje organismus, má močopudné účinky, povzbuzuje látkovou výměnu, zlepšuje činnost jater a žlučníku, lze ji použít při dně, revmatismu, při zánětech trávicího ústrojí, snižuje hladinu cukru v krvi, lze ji použít i na chronické ekzémy. Odvar lze vmasírovat do hlavy pro lepší růst vlasů. Listy se přikládají na nehojící rány a pohmožděniny. Při léčbě cukrovky se užívá silný čaj (20 g drogy na 250 ml. vody) a pije se 3x denně.

V lékařství se používají látky obsažené v lopuchu k výrobě oleje proti padání vlasů a tvorbě lupů.

**Použitelné části lopuchu menšího:** Kořen, list, semeno.

**Období květu:** červen-září

## Lopuch menší-pěstování

U nás roste spíše v teplejších oblastech, ve vyšších polohách ho najdeme jen vzácně. Můžeme ho vidět na rumištích, podél cest, v obcích, křovinách, na mezích, náspech, okrajích lesů, na zanedbávaných trávnících apod. Vyhovují mu zejména půdy hlinité, dusíkaté, výživné a vlhké.

### **Tip:slabší odvar**

Slabší odvar připravíme ze dvou čajových lžiček na 400 ml vroucí vody. Čaj necháme přes noc vylouhovat a užíváme 4x denně po 100 ml.

*Zdroj obrázku: Wikipedie*