



HERBÁŘ ROSTLIN 23. 02. 2012

## **Sléz maurský /Malva mauritiana/**

**Sléz maurský je dvouletá i víceletá rostlina, která se však u nás pěstuje jako jednoletá. Olistěná lodyha dosahuje výšky až 1,5 m. Květy jsou poměrně...**

čeleď: slezovité

### **Sléz maurský - popis**

**Sléz maurský** je dvouletá i víceletá rostlina, která se však u nás pěstuje jako jednoletá. Olistěná lodyha dosahuje výšky až 1,5 m. Květy jsou poměrně velké a mají krásně fialovomodrou barvu. Jeho přirozeným teritoriem výskytu je celé středomoří, jak jižní Evropa, tak severní Afrika. V severní Africe se květy slézu používaly na barvení látek.

## Sléz maurský - léčivé účinky

**Sléz maurský** se používá vnitřně i zevně k ochraně sliznic a pokožky při vředové chorobě žaludku a střev, při zánětech v ústní dutině jako kloktadlo a při obtěžujícím kašli. K obkladům a omývání se používá při atopickém ekzému i u dětí, tlumí zánětlivost, ruší svědění a obnovuje normální stav pokožky. Barevné slézové květy se přidávají do bylinných čajů pro zlepšení chuti, barvy i vzhledu. Sléz maurský je možné zvláště doporučit i při zahlenění plic, zánětu průdušek, kašli a silném chrapotu, dále také při zánětu mandlí a hrtanu. Při zástavě slzení (vyschnutí), což je však zřídka kdy se vyskytující onemocnění, se velmi dobře osvědčily koupele očí a obklady očí z vlažného čaje. Při svrbivé a pálivé alergii ve tváři blahodárně působí omývání vlažným čajem.

Zevně používáme **sléz maurský** při poranění, vředech, při oteklinách rukou a nohou po zlomeninách, nebo mají-li původ v zánětu žil. V tomto případě používáme koupele rukou a nohou. Oteklé nohy a bérkové vředy opravdu nemusíme mít, i když jsme již staří. Také tady pomáhá sléz společně s čerstvým jitrocelem. Sléz neléčí pouze záněty hrtanu (na které jsou dobré obklady i čaj), ale i zhoubná onemocnění hrtanu.

**Použitelné části slezu maurského:** květ a list

**Období květu:** červen až září

## Sléz maurský - použití v kuchyni a pěstování:

**Bylinka** roste většinou podél cest, na rumišťích, suchých loukách a pastvinách. **Sléz maurský** je pokládán za samostatný druh rozšířený hlavně ve Středomoří. U nás se občas pěstuje pro okrasu v zahrádkách a polních kulturách pro léčivé účely, kde nahradil domácí sléz lesní, neboť má lepší účinky a snadněji se pěstuje.

### Tip: Léčivý nálev

Nálev připravíme z 1 kávové lžičky, která se přelije ¼ l vroucí vody a nechá se 15 minut vyluhovat v přikryté nádobě. Nevaříme jej, ale pijeme teplý, lze ho použít i ke kloktání. Na podporu vykašlávání při zánětech horních cest dýchacích se dává 2x denně.