



LÉČIVÉ ROSTLINY 17. 01. 2012

Tulsi

Tulsi, královna bylin, legendární „Jedinečná bylina“ z Indie, je jednou z nejposvátnějších a nejoblíbenějších bylin mezi mnoha hojivými a léčivými...

Posvátná Tulsi

Tulsi, *královna bylin*, legendární „Jedinečná bylina“ z Indie, je jednou z nejposvátnějších a nejoblíbenějších bylin mezi mnoha hojivými a léčivými bylinami Orientu. Je oceňována pro svou religiózní a spirituální posvátnost, také díky svému ústřednímu postavení, které zaujímá v tradičních ájurvedických a unanských systémech holistické přírodní medicíny Východu. Je zasvěcena bohu Krišnovi a Višnovi, protože se považuje za převtělení Lakšmí, Bohyně prosperity, štěstí a dlouhověkosti.

Tulsi má bohatou, sladkou chuť. Lístčky Tulsi jsou nejčastěji používány pro své zdravotní účinky, přestože všechny části rostliny, včetně kořenů, kmene, květů a semen mají významné a různé lékařské a symbolické vlastnosti. Lístky lze také použít na dochucení jídel.

✖ V posledních letech dochází ke zvyšování zájmu o Tulsi díky jejím pozitivním účinkům na zdraví. Do dnešní doby již bylo během pěti tisíciletí popsáno a zdokumentováno ohromné množství informací o Tulsi, které slouží k podpoře zdraví, prevenci chorob a k prodloužení života. V posledních padesáti letech bylo mnoho z těchto přínosných vlastností zkoumáno a ověřeno za použití moderního vědeckého výzkumu.

Zdravotní účinky Tulsi

Tulsi se nejčastěji připravuje k užívání ve formě čaje. Tato bylina je uznávána jako obecný posilující a vitalizující prostředek. Projevuje se antibakteriálními, antiseptickými a protikřečovými účinky. Je již po dlouhou dobu tradičně používána pro léčbu širokého spektra poruch, včetně nemocí dutiny ústní

a krku, plic, srdce, krve, jater, ledvin, zažívacího traktu, dýchacího ústrojí, metabolismu a nervového systému. Běžně se používá pro léčbu kašle, chřipky a nachlazení, bolesti hlavy a uší, revmatismu a artritidy, malárie, při vysokých teplotách, alergických reakcích a různých kožních chorobách, pro snížení toxických účinků různých jedů, včetně případů bodnutí hmyzem nebo uštknutí hadem a pro vypuzení střevních parazitů, proti hmyzu a ve formě vykuřovadla na vyčištění vzduchu. Čaj z Bazalky svaté údajně přináší lásku, víru, soucit, čistotu, uvědomění, čistí auru, zvyšuje Pránu (životní sílu). Otevírá srdce a mysl.

Vědecký výzkum uvádí tyto léčebné vlastnosti Tulsi:

- Posiluje celkové zdraví a spokojenost, což má pozitivní obecné účinky na tělo a mysl
- Uvolnění při stresu - zvyšuje schopnost vypořádat se a přizpůsobit se měnícímu se a náročnému prostředí a snižuje negativní fyzické a psychologické účinky stresu (adaptogenní účinky)
- Účinky podobné antidepressivům
- Energie a výkon - zlepšuje výdrž a vytrvalost a rovněž zvyšuje účinnost tělního systému při využití kyslíku. Podporuje syntézu bílkovin a zvyšuje sílu
- Účinky proti stárnutí - pomáhá udržet si a získat zpět mladistvý elán, paměť a zpomaluje proces biologického stárnutí snižováním dopadu faktorů fyziologického stárnutí
- Antidiabetické účinky - snižuje hladinu krevního cukru a může být vhodným doplněním dietních doporučení v léčbě mírného stupně na inzulinu nezávislé cukrovky (diabetes 2. typu, u dospělých)
- Antioxidační účinky - poskytuje významnou ochranu při vychytávání volných radikálů a podpoře antioxidačních látek. Neutralizuje nebezpečné biochemické látky, které přispívají k předčasnému stárnutí, rakovině a degenerativním chorobám
- Ochrana před zářením - snižuje poškození buněk a tkáně, zejména u jaterních a srdečních buněk, způsobené škodlivými slunečními paprsky, zářením z obrazovek, z televize a počítačů, z radioterapie, při cestách letadlem ve vysokých nadmořských výškách, atd.
- Podpora imunitního systému - posiluje a vyladuje imunitní systém. Snižuje alergický histamin, astmatické a další negativní reakce imunitního systému
- Protizánětlivé působení - snižuje bolestivé a nebezpečné záněty, které hrají klíčovou roli u různých forem artritidy, rakoviny a degenerativních poruch nervového systému. Michigánští vědci zjistili u bazalky protizánětlivý a analgetický účinek srovnatelný s léky ibuprofenem, naproxenem a aspirinem
- Antibiotická ochrana - nabízí významné přírodní antibakteriální, antivirové a protiplísňové vlastnosti a je proto užitečná při léčbě mnoha vážných systémových chorob, jakož i lokalizovaných infekcí. Působí proti Escherichia coli, Bacillus anthracis...
- Ochrana srdce a cévního systému- snižuje hladinu nebezpečného cholesterolu a vysoký krevní tlak pocházející ze stresu, chrání a posiluje srdce a krevní cévy a má mírné schopnosti ředění krve, čímž snižuje pravděpodobnost infarktů
- Brání hromadění tuku v těle (u žen po menopauze)
- Podpora jater - obecně přispívá ke zdravé funkci jater, zlepšuje metabolický proces a vylučování nebezpečných chemikálií v krvi a působí jako protilátka proti různým jaterním chorobám
- Působí na kašel a nachlazení - podpůrné účinky pro plíce a průdušky Vedle celkového příspěvku ke zdraví dýchacího ústrojí bylo prokázáno, že Tulsi napomáhá při léčbě řady vážných alergických, zánětlivých a infekčních problémů, jež mají dopad na plicní a příbuzné tkáně. Podává se u zánětů dutin a ucpaní nosu
- Snižuje horečku
- Snižuje bolesti hlavy
- Výživa - obsahuje vitaminy C a A a minerální látky typu vápník, zinek a železo, jakož i chlorofyl

a mnoho dalších výživných složek rostlinného původu. Rovněž posiluje účinné trávení, absorpci a využití nutričních látek z potravin a dalších bylin. Stopové množství organické mědi podporuje vstřebávání železa

- Doplněk léčby - zvyšuje účinnost a snižuje negativní, často i nebezpečné vedlejší účinky mnoha standardních a moderních léčebných postupů. Pročišťuje mysl a mozek, posiluje pránu (životní sílu)

Další léčebné účinky Tulsi

Tulsi snižuje pocit nevolnosti, zvracení a křeče v břiše a žaludku, snižuje nadýmání a pálení žáhy, poskytuje ochranu žaludeční sliznice proti žaludečním vředům, čistí krev, snižuje zácpu, podporuje zažívání, působí u artritid a revmatismu, snižuje svalové křeče, snižuje depresi, odpuzuje komáry! Uvádí se účinky u cystitidy, má diuretické (močopudné) účinky. Může být prospěšná u časných stadií rakoviny.

