



TĚHOTENSTVÍ, DĚTI 09. 04. 2020

Byliny při kojení? Zde je seznam bylin, které jsou při kojení zakázané

Byliny při kojení? Byliny, které jsou zakázané při kojení (a také v těhotenství), obsahují látky, pracující s naším hormonálním systémem. Jsou to...

Byliny při kojení? Při snaze omezovat produkty farmaceutického průmyslu jsme si navykli na užívání bylinných suplementů. Jsou brané jako bezpečnější, šetrnější a mnohdy je až zneužíváme bez ohledu na to, jestli jsme třeba těhotné nebo kojíme. Některé byliny ale mohou u kojících žen napáchat více škody než užitku.

Byliny při kojení: Proč jsou některé druhy zakázané?

Byliny při kojení? Byliny, které jsou **zakázané při kojení** (a také v těhotenství), obsahují látky, pracující s naším **hormonálním systémem**. Jsou to stimulanty dělohy, vyvolávají menstruační

krvácení, ale také mohou **měnit chuť mateřského mléka**, zastavit laktaci, případně nejsou vhodné pro malé děti. Mohou v době kojení, u batolat a dětí do deseti let věku vykazovat **neurotoxické, hepatotoxické nebo nefrotoxické účinky** (nepříznivě ovlivnit stav nervového systému, jater nebo ledvin dítěte). Lze tedy některé byliny při kojení užívat? Další [byliny při kojení](#) mohou mít projímavé účinky anebo **vyvolat u matky a dítěte zvracení**. Z důvodu možné toxicity pro játra, ledviny a nervový systém jsou **zakázané při kojení** také mnohé esenciální oleje. Pokud mají byliny při kojení hormonální účinky a fungují jako **fytoestrogeny**, jsou při kojení kontraindikované.

Byliny při kojení: Nevhodné druhy

Byliny, které jsou **nevhodné při kojení**, spadají do všeobecné známosti, ale některé z nich se do našeho povědomí ještě moc nedostaly. Pokud nestudujete naturopatii, k informacím o nich se dostanete docela těžko. **Které byliny při kojení jsou tedy nevhodné?**

Reveň lékařská, reveň dlanitá působí jako projímadlo, vykazuje interakce s některými druhy léčiv, dráždí zažívací trakt dítěte.

Řešetlák Purshův působí jako projímadlo, dráždí střevo.

Aloe vera působí jako projímadlo, antidiabetikum. Může způsobit zvracení a průjem matky i dítěte.

Krušina olšová působí jako projímadlo, antidiabetikum, antihelmentikum. Může způsobit zvracení a průjem matky i dítěte. Dráždí střevo.

Devětsil může způsobit průjem, zánět jater, může působit karcinogenním efektem na játra.

Zmijovice hadová může způsobit hepatocelulární nedostatečnost a kvůli obsahu alkaloidů také selhání ledvin.

Šalvěj lékařská tlumí tvorbu mateřského mléka, zastavuje laktaci, má estrogenní účinky.

V alkoholovém extraktu je přítomný neurotoxin thujon.

Rulík zlomocný (Belladonna) vykazuje silnou orgánovou toxicitu.

Šišák bajkalský je hepatotoxický.

Polej obecná obsahuje pulegon, vykazuje hepatotoxické účinky.

Ožanka kalamandra obsahuje diterpenoidy, může způsobit jaterní cirhózu.

Medvědice lékařská obsahuje fenol hydrochinon, je zakázaná při kojení. Může působit hepatotoxicky a poškodit játra kojence.

Caulophyllum thalictroides působí jako diuretikum, je dobré se mu vyhnout při kojení kvůli předejití hydratace matky i dítěte.

Jmelí bílé (Gui) může způsobit kardiovaskulární potíže.

Yerba maté zastavuje laktaci.

Kostival lékařský zastavuje laktaci. Obsahuje alkaloidy, které mohou působit hepatotoxicky a poškodit játra kojence.

Máta peprná tlumí tvorbu mateřského mléka, zastavuje laktaci.



Pelyněk lékařský (a další druhy pelyňků jako například pelyněk bílý, pelyněk pravý, pelyněk černobýl) nejsou vhodné při kojení, protože obsahují látku thujon a mohou mít neurotoxický účinek na nervovou soustavu dítěte. Thujon může také vyvolat epileptický nebo astmatický záchvat a křečové stavy.

Lékořice se při kojení nedoporučuje, protože může mít negativní vliv na intelekt kojence. Může způsobit dítěti otravu.

Oman pravý může vyvolat alergickou reakci, není mnoho zdrojů, které by potvrdily jeho vhodnost při kojení, nedostatek relevantních informací o jeho působení na kojence.

Oregáno má hormonální účinky, není vhodné při kojení kvůli tomu, že působí na endokrinní

soustavu dítěte a může ovlivnit její přirozené fungování.

Ploštičník hroznovitý dráždí trávicí systém kojence.

Brutnák lékařský obsahuje alkaloidy, které se dostávají do mateřského mléka a mohou být hepatotoxické, způsobit poškození jater dítěte.

Andělíka čínská obsahuje estrogenní látky, může nepříznivě ovlivnit endokrinní systém dítěte.

Vratič obecný se vyznačuje obsahem thujonu, může způsobit intoxikaci nervového systému, jater a ledvin.

Ginkgo biloba a guarana jsou také kontraindikovány, protože povzbuzující látky v nich obsažené pronikají do mateřského mléka a tudíž je jím vystaveno i kojené dítě.

Kasie (senna) může působit genotoxicky, není doporučována při kojení.

Vodilka kanadská může nepříznivě ovlivnit krevní tlak a vstřebávání vitaminů skupiny B. Působí hormonálně. Zvyšuje hladinu bilirbinu u kojence.

Koniklec obecný může dráždit zažívací systém kojence.

Podběl lékařský je nevhodný při kojení kvůli obsahu alkaloidů, prokazujících hepatotoxické účinky.