

Link do produktu: <http://www.czteryperyroku.sklep.pl/korzen-kozlka-waleriana-kozlek-50g-p-253.html>



Korzeń kozłka Waleriana Kozłek 50g

Cena	4,50 zł
Dostępność	Dostępny

Opis produktu

Korzeń kozłka Waleriana Kozłek 50g

ZASTOSOWANIE

Użycie historyczne

Kozłek lekarski był znany w średniowieczu jako zioło "leczące wszystko". Kozłkowi lekarskiemu przypisywano wiele właściwości leczniczych, a w szczególności zioło to było znane z leczenia epilepsji. W 1592 roku, Fabius Calugna opublikował szczegółową pracę na temat ziół leczniczych, w której oświadczył, że wyleczył epilepsję dzięki kozłkowi lekarskiemu.

Choroby związane ze stresem

Kozłek lekarski redukuje nadpobudliwość nerwową, uspokaja oraz jednocześnie podnosi sprawność umysłową oraz koncentrację. **Kozłek lekarski** jest dobrodziejstwem na prawie wszystkie dolegliwości związane ze stresem. Ogólnie, zioło to posiada ucinające, uspokajające właściwości działające na umysł.

Niepokój i bezsenność

Wiele objawów nerwicy włączając drżenia, ataki paniki, palpacje serca, pocenie się może być łagodzone za pomocą kozłka lekarskiego. Kozłek lekarski jest pożytecznym środkiem w leczeniu bezsenności spowodowanej zarówno nerwicą jak również nadmiernym podnieceniem nerwowym. Substancje lecznicze zawarte w kozłku lekarskim obniżają nadpobudliwość kory mózgowej.

Skuteczny środek rozluźniający

Kozłek lekarski rozluźnia napięte mięśnie. Jest pomocny na napięcia ramion oraz szyi, astmę, kolkę, zespół jelita wrażliwego, skurcze mięśni oraz bóle mięśniakowe.

Wysokie ciśnienie krwi

Kozłek lekarski jest używany z innymi ziołami w leczeniu wysokiego ciśnienia krwi spowodowanego przez stres i nerwicę.

Inne zastosowania medyczne

Fobia, Nietrzymanie moczu.

Kozłek lekarski jest wieloletnim, popularnym ziołem, rosnącym do wysokości około 0.6 - 1.2m. Można go znaleźć w całej Europie, jak również w Stanach Zjednoczonych. Łacińską nazwę tego zioła "valeriana" można przetłumaczyć na język polski jako "dobrze się miewać, dobrze się czuć", ponieważ kozłek lekarski poprawia samopoczucie oraz łagodzi bóle głowy. Z żółto-brązowego, guzkowatego kłącza wyrastają łodygi, na których rośnie od 7 do 10 par liści o kształcie spiczastym. Kwiaty kozłka lekarskiego są koloru białego, biało-różowego lub jasno-fioletowego. Specyficzny zapach suszonego korzenia kozłka lekarskiego przypomina zapach brudnych skarpetek lub niedopranej bielizny.

Różne składniki znajdujące się w korzeniu kozłka lekarskiego składają się na specyficzny zapach oraz silne właściwości uspokajające tego zioła. Butyl izowalerianowy obecny w korzeniu kozłka lekarskiego znalazł zastosowanie w produkcji sztucznych, sfermentowanych produktów jajecznych, które przyciągają kojoty oraz odstraszały sarny. Waltratry znajdujące się w korzeniu kozłka lekarskiego wywierają silne działanie uspokajające na centralny system nerwowy.

Niemieckie źródła medyczne podały, że kozłek lekarski jest efektywnym środkiem w leczeniu nerwowości, zdenerwowania oraz leczy problemy ze snaniem związane z nerwicą. Kozłek lekarski może być stosowany w różnych postaciach, np. w formie herbatek, nalewek, wyciągów, kapsułek lub tabletek. Kozłek lekarski jest również dodawany do kąpiele wodnych w użyciach zewnętrznych. Nie zauważono żadnych skutków ubocznych w stosowaniu kozłka lekarskiego ani przeciwwskazań w jego użyciu, jakkolwiek zdarzały się rzadkie przypadki problemów żołądkowych oraz bóle głowy.

SUROWCE LECZNICZE

Korzeń, kłącze.

WYSTĘPOWANIE I UPRAWA

Kozłek lekarski pochodzi z Europy i Północnej Azji. Rośnie dziko na podmokłych miejscach. Kozłek lekarski jest uprawiany w Centralnej i Wschodniej Europie. Zioło to wyrasta z nasiona na wiosnę, natomiast korzenie oraz kłącza 2-letniego kozłka lekarskiego są zbierane na jesieni.

BADANIA NAUKOWE

Właściwości terapeutyczne Waleriany

Intensywne badania naukowe prowadzone w Niemczech i Szwajcarii potwierdziły, że kozłek lekarski poprawia jakość snu oraz obniża ciśnienie krwi.

Czynne składniki

Waltratry zawarte w kozłku lekarskim mają właściwości uspokajające i tłumiące czynności, powodujące sen. Inne składniki są również odpowiedzialne za działanie kozłka lekarskiego, ale jak do tej pory nie zostały zidentyfikowane.

Układ nerwowy

Kozłek lekarski obniża nerwowość poprzez przedłużanie akcji hamującej przekaźnika nerwowego.

SKŁADNIKI

Kozłek lekarski zawiera olejki eteryczne, waltraty, alkaloidy, iridoidy, kwas walerenowy, kwasy organiczne, terpeny, trójterpeny, ester bornylowy kwasu izowalerianowego, który jest odpowiedzialny za charakterystyczny, specyficzny zapach zioła.

DAWKOWANIE

Wiele osób bierze 300-500mg ziołowego wyciągu z korzenia kozłka lekarskiego. Mogą to być kapsułki lub tabletki stosowane godzinę przed snem w przypadku problemów z bezsennością. Nalewka sporządzona na bazie alkoholowej może być również stosowana przed spaniem. Brać 5ml. Kozłek lekarski można łączyć z melisą, chmielem, pasiflorą. Dzieci od 6 do 12 lat mogą otrzymywać połowę dawki dla dorosłych.

SKUTKI UBOCZNE I OSTRZEŻENIA

Kozłek lekarski nie powinien być brany razem z alkoholem. Ostatnie badania naukowe dowiodły, że kozłek lekarski nie obniża zdolności do prowadzenia samochodu lub do operowania maszynami. Kozłek lekarski nie prowadzi do nałogu lub uzależnień. Nie są znane przeciwwskazania do użycia kozłka lekarskiego podczas ciąży lub w czasie karmienia piersią.

JAK DZIAŁA W ORGANIZMIE WALERIANA

Pożyteczność kozłka lekarskiego w leczeniu problemów na tle nerwowym jest zawdzięczana głównie waltratam, które posiadają uspakajające działanie na system nerwowy. Jednym z głównych zastosowań tego zioła jest jego użycie w leczeniu bezsenności, gdzie pomaga on osobie cierpiącej zasypiać szybciej oraz jednocześnie pozwala na budzenie się rano bez oślepiającego uczucia. Kozłek lekarski jest również częściowo pomocny dla tych, którzy nie potrafią się wystarczająco zrelaksować. Kozłek lekarski jest pomocny w leczeniu wszystkich typów nerwic związanych ze stresem. Kozłek lekarski jest również stosowany w leczeniu różnych dolegliwości zdrowotnych, na przykład problemów żołądkowych, gdzie stres lub napięcie jest głównym czynnikiem. Kozłek lekarski to również zioło relaksujące mięśnie, używane z innymi ziołami leczy wysokie ciśnienie.

UŻYCIE WALERIANY

KORZEŃ:

MACERACJA - Moczyć 2 łyżeczki posiekanego, możliwie świeżego korzenia kozłka lekarskiego 8-10 godzin w szklance zimnej wody. Używać jako naparu uspakajającego na niepokoje i bezsenność. Dodać 2-3 krople wody mięętowej w celu zamaskowania nieprzyjemnego smaku.

NAPAR - Używać na niepokoje i bezsenność.

NALEWKA - Używać jako środka uspokajającego lub na bezsenność. Dawka może się różnić w zależności od jednostki. Można brać 5ml nalewki, ale u niektórych osób może powodować bóle głowy, należy więc zacząć od niższych dawek, tzn. 1-2ml. Kozłek lekarski można łączyć z lukrecją gładką i innymi ziołami posiadającymi właściwości wykrztuśne np. z chmielem w czasie kaszlu. Kozłek lekarski może być dodawany do środków na wysokie ciśnienie, które jest spowodowane napięciem nerwowym oraz nerwicą.

KOMPRES - Namoczyć kompres w nalewce z kozłka lekarskiego w celu łagodzenia skurczów mięśni.

ŚRODEK DO PRZEMYWANIA - Używać napar lub macerację z kozłka lekarskiego w celu leczenia chronicznych wrzodów oraz ran.

VALIUM Z KOZŁKA LEKARSKIEGO

50g świeżego korzenia kozłka lekarskiego, umytego i suszonego na słońcu przez 2 godziny

200ml kwaskowatego, białego wina

Zgnieść korzeń kozłka lekarskiego i wymieszać z winem. Macerować przez około jednego miesiąca. Odcedzić. W przypadkach wysokiego ciśnienia lub nerwowości pić 10 kropli rano na pusty żołądek. Powtarzać w razie potrzeby w południe i wieczorem. W czasie skurczów lub bezsenności brać 20 kropli przed spaniem.