

MĚSÍČEK LÉKAŘSKÝ

Calendula officinalis

Nechtík lékařský



VÝSKYT

Pěstuje se jako letnička, často pak zplaňuje v dané lokalitě.

SBĚR

Sbíráme květenství na začátku květu, než se zvětší kalich a jsou v něm hmatatelná semena. Sušíme ve stínu nebo v sušičce do 70 stupňů. Pozor, má sklony opakovaně navlhnout, uchováváme proto na suchém místě nebo průběžně dosušujeme.

ÚČINKY

Protimikrobní (bakterie, viry i houby), antiparazitický, podporuje regeneraci kůže, hojení ran a jizev, je protizánětlivý, zmenšuje otoky, je antioxidační, proti křečím, chrání játra a může pomoci se snížením hladiny cukru i cholesterolu v krvi.

POUŽITÍ

Hojení ran a popálenin, proleženin, opruzenin (i dětí), kloktadlo proti kvasinkovému zánětu úst, zápachu z úst, zánětu dásní, hojení kůže po ozařování, pomocná léčba vředů žaludku a dvanáctníku, tradičně také při nepravidelné menstruaci.

BEZPEČNOST

Velmi bezpečná rostlina, lze použít při kojení, pro použití v těhotenství kategorie B2 dle FDA. Pozor u lidí s přecitlivělostí na rostliny z čeledi Asteraceae.

DÁVKOVÁNÍ

1-2 g sušeného měsíčku (cca 1 lžice) 3x denně v nálevu, olej macerujeme 1 týden, tinktura (1:10) 2-6 ml denně.