

VŘES OBECNÝ

Calluna vulgaris

Vřes obyčejný



VÝSKYT

Roste na vřesovištích, pastvinách, ve světlých lesích, na skalách.

SBĚR

V srpnu a září sbíráme kvetoucí nať, sušíme ve stínu.

ÚČINKY A POUŽITÍ

Podporuje pocení, odvodnění, je desinfekční, proti otokům, používá se při detoxikačních kúrách. Podporuje vyplavování kyseliny močové, proto se používá při dně a revmatismu.

BEZPEČNOST

Není dobře prozkoumaná, nemáme dostatek údajů a tudíž nelze doporučit pro použití v těhotenství ani při kojení.

DÁVKOVÁNÍ

Nálev ze sušené natě 1 čl na 250 ml. Doporučuje se užívat maximálně 3 měsíce v kuse.