

VYBRANÉ LIEČIVÉ RASTLINY V OBDOBÍ KLIMAKTÉRIA

■ PharmDr. S. FIALOVÁ

Klimaktérium je obdobie, v ktorom nastávajú výrazné hormonálne zmeny v ženskom organizme. Žena v ňom prežíva približne tretinu svojho života. Hormonálne zmeny sú spojené so znižovaním funkcie vaječníkov produkovať pohlavné hormóny estrogény a progesterón. Náhlý pokles hladiny estrogénov často spôsobuje syndróm úzkosti vrátane potenia, návalov tepla, zmien nálady, suchosti pošvy, palpácií (zvýšená činnosť srdca) a iných príznakov. Mnohí lekári odporúčajú použitie v priebehu menopauzy ako doplnky hormóny. Tieto pomáhajú redukovať symptómy menopauzy, znižujú riziko vzniku osteoporózy a ukladania tukov v artériách, čo má za následok vývoj

aterosklerózy. Hormonálna substitučná liečba trvá približne 18 až 24 mesiacov a predpisuje sa aj ženám, u ktorých bolo klimaktérium vyvolané umelo, ide o tzv. predčasnú menopauzu ako následok odstránenia vaječníkov alebo po radiačnej liečbe ovariálneho karcinómu. Nástup klimaktéria a ťažkosti s ním spojené sú individuálne a u každej ženy prebiehajú rôzne. Názory na hormonálnu substitučnú terapiu a na jej benefity a riziká sú rôzne. Dlhodobým užívaním hormónov však začínajú riziká nad benefity prevažovať a táto terapia môže viesť k rozvoju iných problémov. Estrogény zvyšujú riziko abnormálneho krvného zrážania (trombóza), vzostup krvného tlaku (hypertenzia), zvýšená retencia

(zadržiavanie) vody a zvyšovanie telesnej hmotnosti, zaťaženie pečene, migréna a podobne. Ak sa hormonálna substitučná terapia spája s uvedenými ťažkosťami alebo trvá príliš dlho, je tu možnosť nahradiť humánne hormóny rastlinnými. Sú to tzv. fytoestrogény (glykozidy a izoflavóny), ktorých účinky sú podobné účinkom prirodzených ženských pohlavných hormónov. Ženy v menopauze čoraz častejšie uprednostňujú rastlinné hormóny ako možnú alternatívu pri svojich ťažkosťach. Fytoestrogény sa viažu na estrogénové receptory čím znižujú funkciu endogénnych estrogénov v organizme. Preto sú významné aj z hľadiska znižovania výskytu hormón-dependentných nádorov.

PLOŠTIČNÍK STRAPCOVITÝ

ploštičník hroznatý

Cimicifuga racemosa (L.) Nutt. syn. *Actea racemosa* – *Ranunculaceae*

Ide o rastlinu, ktorej domovom je Severná Amerika. Rastie hojne v oblasti Ohio Valley a vyskytuje sa i vo Wisconsin, Georgii a západne k Missouri. Je to rastlina s dlhým horizontálne rastúcim, vretenovitým, nepravidelným podzemkom, ktorý zo spodnej časti produkuje dlhé dužinaté korene. Dorastá do výšky 0,7 – 2,5 m, má delené listy, na koncoch trojlaločné. Kvety vytvárajú dlhý klas, ktorý kvitne od júna do augusta. Púčiky, kvety i struky so semenami možno vidieť na klase súčasne v rovnakú dobu. Struky plné semien zostávajú na odumretých stonkách počas celej zimy. Kvety uvoľňujú nepríjemnú vôňu. Ako droga sa používa sušený podzemok (*Cimicifugae rhizoma*), zberaný po dozretí plodov, najčastejšie v septembri.



OBSAHOVÉ LÁTKY:

triterpénové glykozidy (cykloartánové, cykloanostanolové) – cimicifugozid, akteín
fenolové kyseliny (salicylová, protokatechová, p-kumarová, kávová, ferulová, izoferulová, fukinolová, cimicifugová), fenolové glykozidy
flavonoidy a izoflavonoidy (formononetín, ononín, biochanín A)
alkaloid (cimipronidín) lignány, triesloviny, vitamíny