



KONTRA INDIKACE

nejpoužívanějších bylin



INSTITUT
přírodního léčení

Bylinky

NEJSOU VŽDY JEMNÉ,
ŠETRNÉ A BEZPEČNÉ.

Některé léčivé rostliny mají silné účinky a také možné nežádoucí účinky a kontraindikace. Když je máš v malíčku, nemusíš se používání bylin nijak obávat. Proto jsem vytvořila tento přehledný materiál.



Kontraindikace

JE STAV ČLOVĚKA, PŘI
KTERÉM NENÍ MOŽNÉ
POUŽÍT DANOU BYLINU
NEBO POSTUP.

Pozor, neplet' si
kontraindikace s interakcemi.
Interakce je vzájemné
ovlivnění bylin mezi sebou
nebo vzájemné ovlivňování
bylin s dalšími léky.





Bylina může být
kontraindikovaná
například v
těhotenství, u malých
dětí, u lidí s
nemocnou štítnou
žlázou, při selhávání
jater a podobně.

Jak e-book používat?

Zde jsou vypsány stavy, při kterých je užívání byliny dle dostupných výzkumů nebezpečné.

Tady najdeš dostupné informace ohledně bezpečnosti byliny v těhotenství.

Rozmarýn

KONTRAINDIKACE

Nejsou známy

TĚHOTENSTVÍ

Rozmarýn může bránit zahnízdění oplodněného vajíčka, proto je kontraindikován zejména v začátcích těhotenství. Tradičně v těhotenství kontraindikován po celou dobu, výzkumy potvrzující škodlivý vliv však nemáme.

KOJENÍ

Bezpečný při kojení. Esenciální olej může přecházet do mateřského mléka a účinkovat proti nadýmání.

DĚTI

Nemáme žádné relevantní informace.

Nedovolené kopírování nebo šíření tohoto dokumentu nebo jeho části je porušení autorských práv. ©Karolína Romášková

Pro použití při kojení máme často málo relevantních informací, ale všechny dostupné jsem Ti také sepsala.

Některé byliny mají u dětí více kontraindikací, než u dospělých.



Tak jdeme na to!



Heřmáněk pravý

Matricaria chamomilla

Heřmánek

KONTRAINDIKACE

Je třeba opatrnost při přecitlivělé kůži: heřmánek může způsobovat kontaktní dermatitidu. U lidí s alergiemi opatrnost, objevila se anafylaxe.

TĚHOTENSTVÍ

V těhotenství bezpečný.

KOJENÍ

Možné používat při kojení.

DĚTI

Bezpečný.



Máta peprná

Mentha piperita

Máta

KONTRAINDIKACE

Reflux (může uvolňovat dolní jícnový svěrač), nepoužívat vnitřně EO při ucpaných žlučových cestách, zánětu žlučníku nebo jaterních onemocněních, nepoužívat olej na tvář.

TĚHOTENSTVÍ

Máme omezené informace, ale z dostupných výzkumů vyplývá bezpečnost.

KOJENÍ

Nepoužívat esenciální olej při kojení. Mátu jako takovou ano, ale s opatrností, může snižovat tvorbu mléka.

DĚTI

Opatrnost u používání esenciálního oleje, ne na tvář, zejména ne okolo nosu.



Kopřiva dvoudomá

Urtica dioica

Kopřiva

KONTRAINDIKACE

Známá alergie (zejména při zevním používání čerstvých listů).

TĚHOTENSTVÍ

Máme omezené informace, ale z dostupných výzkumů vyplývá spíše bezpečnost. Může teoreticky ovlivnit hladiny ženských pohlavních hormonů, proto nedoporučuji užívat zejména v prvním trimestru těhotenství.

KOJENÍ

Bezpečná při kojení.

DĚTI

Nejsou dostupné relevantní informace.



Meduňka lékařská

Melissa officinalis

Meduňka

KONTRAINDIKACE

Opatrnost u nemocí štítné žlázy (může ovlivňovat hladiny hormonů štítné žlázy).

TĚHOTENSTVÍ

Máme omezené informace, ale z dostupných výzkumů vyplývá spíše bezpečnost.

KOJENÍ

Bezpečná při kojení. Esenciální olej může přecházet do mléka a působit mírně sedativně na dítě.

DĚTI

Nejsou dostupné relevantní informace, ale předpokládá se bezpečnost.

A close-up photograph of the leaves and a developing flower bud of Salvia officinalis. The leaves are green, ovate, and have a slightly serrated margin. The flower bud is small and green, nestled among the leaves. The background is dark and out of focus.

Šalvěj lékařská

Salvia officinalis

Šalvěj

KONTRAINDIKACE

Těhotenství a kojení.

TĚHOTENSTVÍ

Neužívat.

KOJENÍ

Zastavuje tvorbu mateřského mléka. Je možné využít tento účinek při odstavování.

DĚTI

Nemáme dostatek informací, ale vzhledem k obsahu thujonu je vhodné se šalvěji vyhnout.



Třezalka tečkovaná

Hypericum perforatum

Třezalka

KONTRAINDIKACE

Těžká deprese s psychotickými projevy, tendencemi k sebevraždě, jedině jako doplňkovou terapii k další léčbě. Pozor na interakce!

TĚHOTENSTVÍ

Z omezených dostupných informací vyplývá spíše bezpečnost, je ovšem nutná konzultace s lékařem.

KOJENÍ

Může prostupovat do mateřského mléka. Je možné užívat, s opatrností.

DĚTI

Vhodná pro léčení deprese u dětí.

A close-up photograph of lavender flowers in bloom, with a soft, warm light filtering through the petals, creating a bokeh effect in the background.

Levandule lékařská

Lavandula officinalis

Levandule

KONTRAINDIKACE

Neužívat u lidí se skříženou alergií na ostatní rostliny z čeledi hluchavkovitých.

TĚHOTENSTVÍ

Z omezených dostupných informací vyplývá spíše bezpečnost. Zevní užití bezpečné.

KOJENÍ

Je možné užívat při kojení. Může prostupovat do mateřského mléka, což může mít účinek proti nadýmání.

DĚTI

Nejsou známá žádná omezení.

A close-up photograph of several white flowers of Tilia cordata. The flowers have numerous long, thin stamens with yellowish tips and a central pistil. They are surrounded by green leaves, some of which have serrated edges. The background is dark and out of focus.

Lípa srdčitá

Tilia cordata

Lípa

KONTRAINDIKACE

Opatrnost při srdečním selhávání, srdečních chorobách. Alergie na lípu.

TĚHOTENSTVÍ

Nemáme žádné dostupné relevantní informace.

KOJENÍ

Nejsou dostupné žádné informace.

DĚTI

Nejsou známa žádná omezení.

A close-up photograph of the Agrimonia eupatoria plant. The image shows several green, upright stems with small, bright yellow flowers. The flowers are arranged in dense, elongated clusters along the stems. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting a natural, grassy environment. The lighting is bright, highlighting the vibrant yellow of the petals and the green of the stems.

Řepík lékařský

Agrimonia eupatoria

Řepík

KONTRAINDIKACE

Zácpa. Opatrnost při onemocnění jater nebo ledvin.

TĚHOTENSTVÍ

Neužívat kvůli možnému ovlivnění hladin hormonů.

KOJENÍ

Nemáme dostatek relevantních informací.

DĚTI

Nejsou známá žádná omezení.

A close-up photograph of several clusters of small, bright yellow fennel flowers. The flowers are arranged in a radial pattern on thin green stems. The background is a solid, muted teal color, which makes the yellow flowers stand out. The lighting is soft, highlighting the texture of the petals and the structure of the inflorescence.

Fenykl obecný

Foeniculum vulgare

Fenykl

KONTRAINDIKACE

Známá alergie na rostliny z čeledi
miříkovitých. Kojení.

TĚHOTENSTVÍ

Existují studie na zvířatech naznačující
možné nebezpečí pro vyvíjející se plod.

KOJENÍ

Neužívat kvůli obsahu potenciálně
karcinogenního anetholu.

DĚTI

Neužívat u kojenců.



Mateřídouška obecná

Thymus serpyllum

Mateřídouška

KONTRAINDIKACE

Nejsou známe.

TĚHOTENSTVÍ

Nedoporučuje se v prvním trimestru kvůli skutečnosti, že se thymol tradičně používal k potratům.

KOJENÍ

Bezpečná při kojení v běžných dávkách.

DĚTI

Esenciální olek nepoužívat do okolí nosu nebo úst, může vzácně způsobit nebezpečnou křeč v dýchacích cestách.



Jetel luční

Trifolium pratense

Jetel

KONTRAINDIKACE

U lidí s hormon-dependentními nádory. Rakovina prsu. Při endometrióze nutná opatrnost a dohled lékaře. Neprokázal se negativní hormonální vliv u mužů.

TĚHOTENSTVÍ

Bezpečnost není známá.

KOJENÍ

Nejsou dostupné žádné informace.

DĚTI

Nejsou známá žádná omezení.



Bez černý

Sambucus nigra

Bez

KONTRAINDIKACE

Neužívat čerstvé bobule bez tepelné úpravy. Neužívat při známé alergii.

TĚHOTENSTVÍ

Pravděpodobně bezpečný, ale nebylo testováno při užití vyšších dávek.

KOJENÍ

Bezpečný při kojení.

DĚTI

Nemáme žádné relevantní informace.



Pampeliška lékařská

Taraxacum officinale

Pampeliška

KONTRAINDIKACE

Ucpání žlučových cest nebo jiné vážné nemoci žlučníku.

TĚHOTENSTVÍ

Považována za bezpečnou díky dlouhodobému tradičnímu používání.

KOJENÍ

Považována za bezpečnou díky dlouhodobému tradičnímu používání.

DĚTI

Nemáme žádné relevantní informace.



Rozmarýn lékařský

Rosmarinus officinalis

Rozmarýn

KONTRAINDIKACE

Nejsou známe

TĚHOTENSTVÍ

Rozmarýn může bránit zahnízdění oplodněného vajíčka, proto je kontraindikovaný zejména v začátcích těhotenství. Tradičně v těhotenství kontraindikován po celou dobu, výzkumy potvrzující škodlivý vliv však nemáme.

KOJENÍ

Bezpečný při kojení. Esenciální olej může přecházet do mateřského mléka a účinkovat proti nadýmání.

DĚTI

Nemáme žádné relevantní informace.



Měsíček lékařský

Calendula officinalis

Měsíček

KONTRAINDIKACE

Známa přecitlivělost na měsíček.

TĚHOTENSTVÍ

Spekulativní je vliv měsíčku na dělohu, kdy se u zvířat ukázalo zvýšení napětí svaloviny dělohy. V některých kulturách byl měsíček užíván jako bylina pro přerušení těhotenství. Negativní vliv na těhotenství není potvrzený.

KOJENÍ

Bezpečný při kojení.

DĚTI

Nepředpokládají se nežádoucí účinky.



Prvosenka jarní

Primula veris

Petrklíč

KONTRAINDIKACE

Vysoké dávky jsou kontraindikované při žaludečních vředech kvůli možnému dráždivému účinku.

TĚHOTENSTVÍ

Chybí relevantní výzkumy, ale tradičně se nedoporučuje.

KOJENÍ

Nemáme dostatek údajů, tradičně se kojícím ženám nedoporučuje.

DĚTI

V nízkých dávkách považovaná za bezpečnou.



Podběl lékařský

Tusilago farfara

Podběl

KONTRAINDIKACE

Jaterní onemocnění, alkoholismus.
Těhotenství, kojení, děti. U dospělých
neužívat déle než 14 dní.

TĚHOTENSTVÍ

Nepoužívat.

KOJENÍ

Nepoužívat.

DĚTI

Nepoužívat.



Kostival lékařský

Symphytum officinale

Kostival

KONTRAINDIKACE

Jaterní onemocnění, alkoholismus.
Těhotenství, kojení, děti. Nejlépe neužívat
vůbec vnitřně. U dospělých neužívat déle
než 14 dní.

TĚHOTENSTVÍ

Nepoužívat.

KOJENÍ

Nepoužívat.

DĚTI

Nepoužívat.



Divizna velkokvětá

Verbascum densiflorum

Divizna

KONTRAINDIKACE

Nejsou známe.

TĚHOTENSTVÍ

Nemáme dostatek studií, ale z omezených dostupných informací vyplývá spíše bezpečnost.

KOJENÍ

Bezpečná při kojení.

DĚTI

Nepředpokládají se nežádoucí účinky.



Chmel otáčivý

Humulus lupulus

Chmel

KONTRAINDIKACE

Deprese. Opatrnost u hormon-dependentních nádorů.

TĚHOTENSTVÍ

Nedostatek informací, kvůli estrogenním účinkům se spíše nedoporučuje.

KOJENÍ

Může přecházet do mateřského mléka a mít nežádoucí účinek u dítěte.

DĚTI

Nemáme žádné dostupné informace.

TOTO BYL JEN MALÝ
PŘEHLED.

Chceš znát
bezpečnost u
všech běžně
používaných
bylin z celého
světa?

VČETNĚ INTERAKCÍ S LÉKY,
NEŽÁDOUCÍCH ÚČINKŮ...



ALE HLAVNĚ ZNÁT
SPOLEHLIVĚ VŠECHNY
JEJICH SKUTEČNÉ LÉČIVÉ
ÚČINKY?



PŘIDEJ SE DO

AKADEMIE LÉČIVÝCH ROSTLIN

PŘIHLAS SE NA NEZÁVAZNOU ČEKACÍ
LISTINU A DOZVÍŠ SE O OTEVŘENÍ
NOVÉHO BĚHU JAKO PRVNÍ.

[více informací zde](#)