

# Základní znalosti pro dobré léčivé oleje

*Dobré suroviny na dobrá léčiva: kvalita surovin má rozhodující význam pro optimální výrobu léčiv. Jak extrakční prostředek olej tak i použité léčivé rostliny a přidávané silice by měly vykazovat co nejlepší jakost. Proto se v receptech udávají jen přírodní přísady, vyráběné co nejšetrněji.*



*Květ měsíčku, šetrně usušený vcelku, ještě obsahuje mnoho účinných látek, které naše kůže potřebuje.*

## Surovina léčivá rostlina

Léčivá rostlina svými obsahovými látkami přináší do produktu léčivý impuls. Proto lze účinné léčivo vyrobit jen z bylinek s vysokým obsahem účinných látek. Bylinky proto musíme sklízet a zpracovávat tak, aby měly nejlepší možnou kvalitu účinných látek. Zkušenost ukazuje, že samovýroba zpravidla vykazuje nejlepší výsledky, jelikož bylinkové produkty z obchodu jsou v důsledku masové produkce a strojového zpracování optimální jakosti bohužel velmi vzdálené. Zejména sušené léčivé rostliny strojovým rozmělněním často ztrácejí mnoho obsahových látek. Vysoce kvalitní bylinky se nerozměňují.

Sušené bylinky mají oproti čerstvě nasbíraným beztak několik nevýhod. Jednak se během procesu sušení přiváděným teplem a enzymatickými procesy zákonitě ztrácejí účinné látky. A jednak jsou sušené léčivé rostliny zpravidla skladovány několik měsíců až let. Za tu dobu se neustále ztrácejí další účinné látky, obzvláště proto, že prodávané léčivé rostlinné drogy jsou bohužel většinou silně rozmělněny. Léčivé rostliny nařezané na milimetrovou velikost se však chovají obdobně jako minerální vody, které v otevřené láhvi postupně ztrácí oxid uhličitý. Naproti tomu nerozmělněné listy a květy lze přirovnat k zavřené láhvi: konzervují účinné látky až do doby použití. Například bylo zjištěno,

že rozmělněná máta peprná ztratí za rok skladování 35 % silice, zatímco z nerozmělněných listů se vypaří jen 5 % silice.

## OPTIMÁLNÍ SUŠENÍ

Sušení rostlin je nezbytnou konzervační metodou, protože například čerstvý měsíčkový květ není k dispozici po celý rok. Proto bychom si měli pořídit zásobu všech rostlin, které chceme na léčivé oleje nebo masti zpracovávat nezávisle na ročním období. Pokud sušíme listy nebo květy do zásoby, bezpodmínečně dbáme na to, abychom je pokud možno nerozmělnovali. Na každém lomu se totiž při skladování mohou ztrácet cenné účinné látky. Usušené části rostlin rozmělníme teprve při přípravě olejového výtažku nebo masti, protože tehdy mají účinné látky z rostlinných buněk přejít do oleje.

K sušení rozprostřeme listy sdrhnuté ze stonků nebo utrhané květy léčivých rostlin v tenké vrstvě (například na dřevěném rámu potaženém tkaninou nebo síť proti mouchám) na teplém stinném místě. V žádném případě nesusíme na slunci, protože tím by se ztratily důležité účinné látky. Správně suché je vše tehdy, když se řapíky listů a stopky květů lámou, tedy: když se neohýbají. Dobře usušené listy se dají rozmělnit mezi dlaněmi na prášek.

Existují i speciální sušičky, které velmi rychle suší teplem. Pro zachování účinných látek nesmí teplota překročit 40 °C. Takové sušičky mají smysl především pro rostliny, které se na vzduchu usuší jen obtížně – například úbory měsíčku, listy bazalky nebo květy divizny.

### VLASTNÍ SBĚR JE LEPŠÍ

Sice existuje několik málo výrobců, kteří bylinky nerozmělnují vůbec nebo jen trochu, ale nabídka je velmi malá. Proto se každopádně vyplatí bylinky si sám sbírat i sušit.

*Listy nebo květy k usušení rovnoměrně rozložíme ve volné vrstvě ve stínu.*

