



Wrotycz na przeziębienia

Znane od tysiąca lat ziołolecznictwo wspomaga leczenie różnych schorzeń. Zioła stanowią między innymi doskonałe wsparcie dla układu immunologicznego człowieka podczas choćby przeziębienia czy infekcji górnych dróg oddechowych. Warto korzystać z mocy tkwiącej w naturze by w sposób naturalny zwalczać różnego rodzaju infekcje. Jednym ze skutecznych ziół w walce z przeziębieniem jest wrotycz.

Napary i odwary z ziela wrotyczu pospolitego

Wrotycz pospolity (*Tanacetum vulgare*) wykazuje silne właściwości pobudzające układ immunologiczny człowieka, skracając czas walki z chorobą zakaźną do 3-4 dni. Niestety przez niektóre źródła zioło to zostało sklasyfikowane jako rośliną trującą z uwagi na tujon, który ma w swoim składzie. Niemniej jednak substancja ta nie przechodzi do naparów bądź też odwarów przygotowywanych z ziela wrotyczu pospolitego. W postaci wyciągów wodnych ziele to jest więc całkowicie bezpieczne oraz niezwykle skuteczne w walce z przeziębieniem czy gripą.

Zioło to oprócz wspomnianego tujonu, zawiera liczne cenne związki chemiczne takie, jak:

- gorzkie laktony seskwiterpenowe,
- flawonoidy,
- kwasy organiczne,
- garbniki;
- olejek eteryczny bogaty w różne związki.

W związku z tym wrotycz pospolity:

- działa immunostymulująco;
- hamuje wysięki oraz histaminę (działanie antyalergiczne);
- działa wykrztuśnie, napotnie i przeciwgorączkowo;
- ma właściwości przeciwgrzybicze, przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe;
- reguluje przemianę materii;
- działa uspakajająco, antydepresyjnie i rozkurczowo.