

PELARGONIA AFRYKAŃSKA – ZŁOTY ŚRODEK NA PRZEZIĘBIENIE?

Koniec XIX wieku, Anglia. Siedemnastoletni Charles Henry Stevens zapada na gruźlicę. Odwiedza lokalnych lekarzy, lecz ci nie potrafią mu pomóc. Nie ma w tym nic dziwnego, przecież zanim ludzkość odkryje antybiotyki minie jeszcze trochę czasu. Jeden z medyków poleca jednak nastolatкови podróż do południowej Afryki, gdzie panuje lepszy klimat i szanse wyzdrowienia wzrastają. Charles, nie mając nic do stracenia, postanawia skorzystać z tej rady i dociera na tereny dzisiejszego Lesotho. Spotyka tam szamana z miejscowego plemienia Zulu. Ten leczy go naparem przygotowanym ze skruszonych korzeni lokalnej rośliny. Chory Charles pije ten eliksir dwa razy dziennie, zgodnie z zaleceniem. Już po pierwszym dniu wymyśla dla niego subtelny nazwę: okropnie wyglądająca masa. Forma podania wymaga faktycznie dopracowania, jednak właściwości lecznicze są wprost doskonałe, jak stwierdza Stevens, który po trzech miesiącach kuracji, w pełni zdrowy wraca do rodzinnego kraju... Brzmi jak początek książki przygodowej? Nic bardziej mylnego, to początek prawdziwej opowieści o tym, jak cały świat poznał lecznicze właściwości pelargonii afrykańskiej.

Pelargonia afrykańska, inaczej zwana przyładkową (Pelargonium sidoides) to roślina należąca do rodziny bodziszko-

watych (Geraniaceae).

Jej korzenie od wielu stuleci były wykorzystywane w tradycyjnej medycynie

plemion afrykańskich takich, jak: Zulu, Bantu czy Miengu. Tamtejsi szamani wykorzystywali korzenie pelargonii do leczenia chorób układu oddechowego oraz po-

kowego. Nie bez powodu w języku Zulu nazwa korzenia pelargonii przyładkowej to "Umckaloabo", co w dosłownym tłumaczeniu oznacza "ostry kaszel". Nadziemne części rośliny wykorzystywano z kolei do leczenia trudno gojących się ran i owrzodzeń. Od lat 70. XX wieku przeprowadzono wiele badań nad opisywanym gatunkiem pelargonii, które doprowadziły do wyizolowania z niej całego szeregu substancji biologicznie czynnych. Można wśród nich wymienić kumaryny, z których szczególnie dużą zawartością odznacza się umkalina (inaczej: umckalina), szereg flawonoidów, fenolokwasów, czy proantocyjanidyn. Warto podkreślić, że działanie lecznicze pelargonii afrykańskiej wiąże się nie tyle z pojedynczymi substancjami, a z działaniem synergistycznym między nimi.

W obecnych czasach gatunek *P. sidoides* jest rośliną, której charakterystykę możemy znaleźć zarówno w farmakopei europejskiej, jak i polskiej. Farmakopea to jed-



na z obowiązkowych pozycji na półce każdej apteki, która zawiera szereg informacji, w tym spis surowców roślinnych dopuszczonych do obrotu. Podkreśla to istotne miejsce we współczesnej medycynie, jakie posiada pelargonia afrykańska. Co ważne, obecnie surowcem farmaceutycznym jest korzeń pelargonii, czyli wysuszone i sproszkowane podziemne części rośliny.

JAKIE DZIAŁANIE MA PELARGONIA AFRYKAŃSKA

Jesień to okres, gdy stosunkowo łatwo o wychłodzenie organizmu. Spędzanie wielu godzin w źle przewietrzonych pomieszczeniach, zła dieta, stres. To wszystko sprawia, że nasz układ odpornościowy staje się bardziej podatny na różne patogeny. Rinowirusy, koronawirusy,

adenowirusy to główne grupy wirusów odpowiedzialne za popularne przeziębienie. Wyciąg z korzenia pelargonii afrykańskiej posiada udokumentowane działanie przeciwwirusowe, przeciwbakteryjne, jak i immunomodulujące, czyli regulujące pracę układu odpornościowego. Uważa się, że działanie przeciwwirusowe związane jest z produkcją interferonu. Interferony to specyficzna grupa białek, która produkowana jest przez komórki naszego organizmu w odpowiedzi na

kontakt z czynnikiem chorobotwórczym. Odpowiadają one za szereg procesów, które mają na celu zwalczanie patogenu. Zanim jednak wirus wniknie do naszego organizmu, musi związać się z powierzchnią komórki. Wykorzystuje do tego białka, nazywane czasami białkami dokującymi. Substancje zawarte w korzeniu opisywanej rośliny wpływają także na ten etap, zmniejszając ilość wspomnianych białek dokujących i zapobiegając tym samym wnikanii >>

REKLAMA

ZABLOKOWANY NOS I ZAPALENIE ZATOK?

DZIAŁAJ KOMPLEKSOWO



- Szybko¹ odblokowuje nos
- Regeneruje podrażnioną błonę śluzową nosa
- Skraca czas trwania kataru²



- Działa przeciwzapalnie³
- Oczyszcza zatoki i wspiera usuwanie wydzieliny
- Znacząco zmniejsza zatokowy ból głowy



ODDYCHAJ SWOBODNIE!

1. CHPL nasic: zaczyna działać w ciągu 5-10 minut.

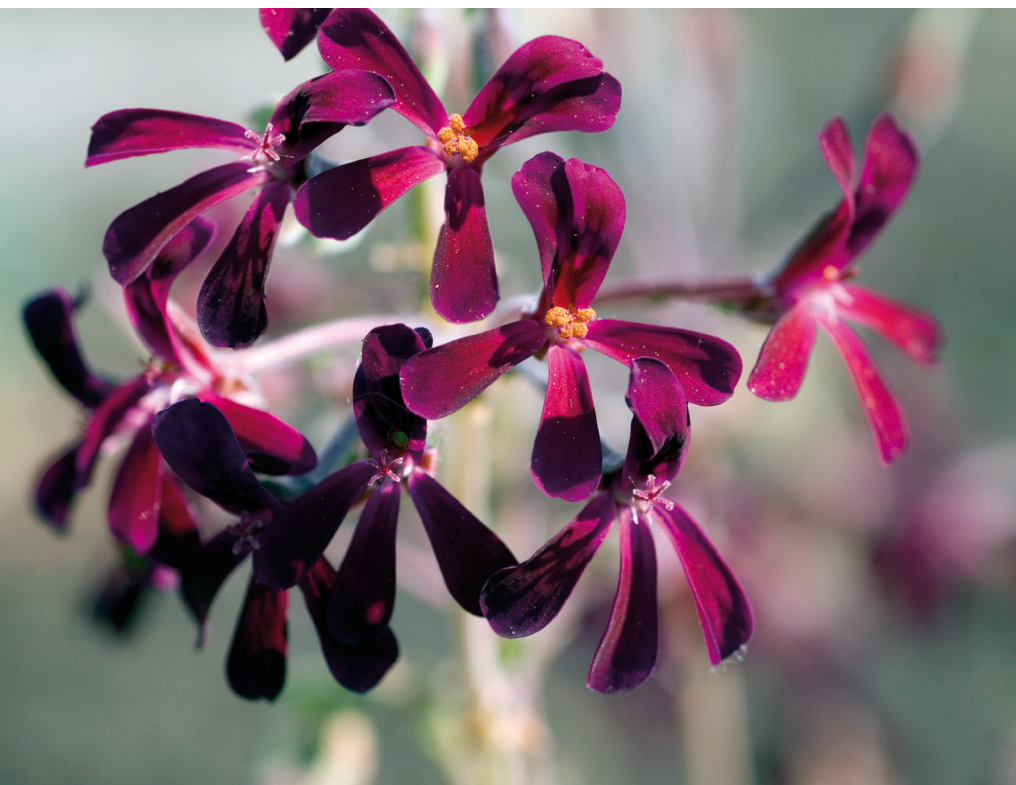
2. Dotyczy synergii działania ksylometazolinyl i deksametazonu. Mäsges R. et al. Dexampanthenol: An Overview of its Contribution to Symptom Relief in Acute Rhinitis Treated with Decongestant Nasal Sprays. Ad Ther. 2017 Aug;34(8):1850-1858.

3. W drogach oddechowych.

nasic[®]: (0,1 mg + 5,0 mg)/dawkę, aerozol do nosa, roztwór. Jedna dawka aerozolu do nosa (0,1 ml roztworu, co odpowiada 0,10 g) zawiera 0,1 mg ksylometazolinyl chlorowodoru (Xylometazolinyl hydrochloridum) i 5,0 mg deksametazonu (Dexpanthenolum). Wskazania: Produkt leczniczy nasic[®] jest wskazany w objawowym leczeniu niedrożności przewodów nosowych w przebiegu przeziębienia oraz po przebytej operacji nosa - dla pobudzenia gojenia się błony śluzowej i poprawy drożności nosa. Produkt leczniczy nasic[®] jest wskazany do stosowania u dorosłych i dzieci w wieku powyżej 6 lat. Przeciwwskazania: Nadwrażliwość na substancje czynne lub na którąkolwiek substancję pomocniczą. Suche zapalenie błony śluzowej nosa, po przekłiniowym usunięciu przysadki mózgowej lub innych operacjach przebiegających z odświeżeniem opony twardej. U dzieci w wieku poniżej 6 lat. Produkt leczniczy nasic[®] zawiera chlorek benzalkoniowy dlatego nie powinien być stosowany przez osoby ze stwierdzoną nadwrażliwością na tę substancję konserwującą. Podmiot odpowiedzialny: M.C.M. Klosterfrau Healthcare sp. z o.o. **Soledum[®] forte**, kapsułki dojelitowe, miękkie. Jedna kapsułka dojelitowa, miękka zawiera 200 mg cymetelolu (Cineololum). Wskazania do stosowania: Jako środek wykrztuśny w produktywnym kaszlu. Leczenie wspomagające ostrego, nieropnego zapalenia zatok. Przeciwwskazania: Nie należy stosować Soledum[®] forte u osób ze stwierdzoną nadwrażliwością na cymetelol lub którąkolwiek substancję pomocniczą, w przypadku występowania krztusca lub pseudo-krztusca, u niemowląt i dzieci w wieku poniżej 12 lat. Podmiot odpowiedzialny: M.C.M. Klosterfrau Healthcare sp. z o.o.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

mul.072021.03



W badaniach wykazano również hamujący wpływ ekstraktu z korzeni pelargonii przyławkowej na wzrost niektórych szczepów bakterii, między innymi: pałeczki zapalenia płuc, pałeczki ropy błękitnej, czy gronkowca złocistego.

wirusa do wnętrza organizmu. Ostatnie badania sugerują także bezpośrednie działanie przeciwko niektórym wirusom, na przykład wirusom grypy. Złożony mechanizm działania przeciwwirusowego ekstraktu z korzenia pelargonii można także zobrazować na przykładzie wirusa opryszczki. Popularnym i często stosowanym lekiem w przypadku zakażeń opryszczkowych jest acyklowir. Działa on jednak jedynie na etapie replikacji wirusa, czyli po jego wnikięciu do komórki człowieka, zapobiegając dalszemu namnażaniu. Stwierdzono, że substancje zawarte w pelargonii hamują nie tylko namnażanie się wirusa, ale blokują także jego wnikanie do komórek.

W badaniach wykazano również hamujący wpływ ekstraktu z korzeni pelargonii przyławkowej na wzrost niektórych szcze-

pów bakterii, między innymi: pałeczki zapalenia płuc, pałeczki ropy błękitnej, czy gronkowca złocistego. Działanie to jest bardzo istotne w kontekście obserwowanego w ostatnich latach wzrostu oporności bakterii na antybiotyki. Efekt przeciwbakteryjny pelargonii można powiązać z modulacją układu odpornościowego, w tym pobudzeniu makrofagów. Te są inaczej nazywane jako komórki żerne, a ich głównym zadaniem jest pochłanianie i niszczenie drobnoustrojów chorobotwórczych czy nieprawidłowych komórek. Wspomniane już proantocyjanidyny, zawarte w korzeniu pelargonii, także uczestniczą w działaniu przeciwbakteryjnym tego surowca. Zapobiegają one wiązaniu się bakterii z białkami znajdującymi się na powierzchni ludzkich komórek, tym samym uniemożliwiają ich wnikanie do wnętrza organizmu.

Na powierzchni komórek dróg oddechowych znajduje się śluz oraz system rzęsek. Śluz w warunkach fizjologicznych odpowiada za wychwytywanie patogenów, w tym bakterii i wirusów. Rzęski dzięki naprzemiennym ruchom w przód i w tył przesuwają następnie śluz z zanieczyszczeniami, oczyszczając w ten sposób drogi oddechowe. Mechanizm ten jest prostą, ale skuteczną linią obrony organizmu przed zanieczyszczeniami z powietrza. W badaniach laboratoryjnych wykazano, że ekstrakt z korzenia pelargonii afrykańskiej przyspiesza ruchy rzęsek, ułatwiając tym samym oczyszczenie dróg oddechowych.

Opisane działania wpływają na wysoką skuteczność preparatów z pelargonii afrykańską w leczeniu zakażeń górnych dróg oddechowych, począwszy od popularnego przeziębienia, na ostrym zapaleniu oskrzeli kończąc. Wczesne włączenie ekstraktu z korzenia pelargonii do terapii powoduje zmniejszenie nasilenia objawów, z jednoczesnym skróceniem czasu ich trwania. Redukuje to także konieczność zastosowania leków przeciwgorączkowych, przeciwbólowych, a także obniża prawdopodobieństwo wystąpienia nadkażenia bakteryjnego. Co szczególnie istotne, preparaty te mogą być z powodzeniem stosowane także w grupie pediatrycznej, a to ze względu na ich wysoki profil bezpieczeństwa. Wśród przeciwwskazań można wymienić reakcje alergiczne, a do działań niepożądanych zaliczymy rzadko występujące zaburzenia układu pokarmowego. W stosunku do leków chemicznych, korzeń pelargonii afrykańskiej charakteryzuje się więc z całą pewnością mniejszą liczbą działań niepożądanych, jak i przeciwwskazań. Mając na uwadze te informacje, być może tej jesieni zdecydujemy się poznać działanie lecznicze opisywanej pelargonii na własnej skórze.

SZYMON SIUDAK

Pracownik Apteki

Febrisan® Kompleksowo

na objawy przeziębienia i grypy:



katar



gorączkę



ból głowy



ból gardła



Copyright© 2020 Takeda Pharmaceutical Company Limited. Wszystkie prawa zastrzeżone. Wszystkie znaki handlowe są własnościami ich prawowitych właścicieli.

C-APROM/PL/FEBN/0003, 11/2020

Nazwa produktu leczniczego: Febrisan, (750 mg + 60 mg + 10 mg)/5 g, proszek musujący. **Skład i postać farmaceutyczna:** 1 saszetka (5 g proszku musującego) zawiera 750 mg paracetamolu (*Paracetamolum*), 60 mg kwasu askorbowego (*Acidum ascorbicum*) i 10 mg fenylefryny chlorowodoru (*Phenylephrini hydrochloridum*). Substancje pomocnicze o znanym działaniu: 1 saszetka zawiera 2456 mg sacharozy, aspartam (E 951) oraz 164 mg sodu w postaci sodu wodorowęglanu. **Wskazanie do stosowania:** Krótkotrwale leczenie objawów przeziębienia i grypy, takich jak: gorączka, dreszcze, bóle głowy, bóle mięśniowe, bóle gardła, katar, bóle zatok. **Przeciwwskazania:** Nadwrażliwość na substancję czynną lub na którąkolwiek substancję pomocniczą. Nadciśnienie tętnicze, tętniaki, nadczynność tarczycy, choroby serca. Ciężka niewydolność nerek, niewydolność wątroby. Cukrzyca. Wrodzony niedobór enzymu dehydrogenazy glukozy-6-fosforanowej. Leczenie inhibitorami MAO oraz okres do 2 tygodni po ich odstawieniu, β-adrenolitykami, trójpiersienionowymi lekami przeciwdepresyjnymi. Jaskra z wąskim kątem przesączania. Ciąża i okres karmienia piersią. Fenylketonuria. Choroba alkoholowa. Dzieci w wieku poniżej 12 lat. **Podmiot odpowiedzialny:** Takeda Pharma sp. z o.o., ul. Prosta 68, 00-838 Warszawa, tel.: +48 22 608 13 00.

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

„Dzienna wartość spożycia (DWS) oraz ilość każdego suplementu diety zalecanych do spożycia w ciągu dnia można znaleźć na opakowaniach poszczególnych preparatów. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Dla utrzymania prawidłowego stanu zdrowia należy stosować zróżnicowaną dietę i prowadzić zdrowy tryb życia. Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety”



VITRUM® D3 forte

Vitaminum D3 2000 j.m. Suplement diety



CZAS NA ODPORNOŚĆ* W OPAKOWANIU ZE SŁOŃCEM.

* Witamina D pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego



Producent: Takeda Pharma sp. z o.o. ul. Prosta 68, 00-838 Warszawa, Telefon: + 48 22 608 13 00
Copyright © 2020 Takeda Pharmaceutical Company Limited. Wszystkie prawa zastrzeżone.
Wszystkie znaki handlowe są własnościami ich prawowitych właścicieli.

C-APROM/PL/VITD3/0009, 9/2020

suplement diety