

# Berberys właściwości i zastosowanie

Ewa Kozioł



**SŁOWIAŃSKA ZIELARKA**

**Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w DARMOWYM herbarium wejdź na [www.słowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać swój dostęp i zacząć skutecznie używać ziół**

Berberys powszechnie występuje na terenie całej europy. Lecznicze właściwości berberysu znane były starożytnym Babilończykom i Hindusom, w Azji berberys był używany od ponad 3000 lat. Berberys ze względu na kwaśność owoców zwany jest polska cytryną, dlatego często nazywany był kwaśnicą pospolitą czy też kwaśnicem.

## **Surowce lecznicze:**

Obecnie zbiera się dobrze wykształcone i zdrowe liście w maju lub czerwcu (przed kwitnieniem) oraz dojrzałe jaskrawo-czerwone owoce na przełomie sierpnia i września. Dawniej sięgano również po korzeni i kory z korzeni (kora z gałązek jest toksyczna).

## **Podstawowe substancje lecznicze**

Główną substancją leczniczą są zawarte w berberysie alkaloidy, do której zaliczamy protoberberyny do której należą: berberyna. Ponadto owoce zawierają 1,5 % kwasu askorbowego (witamina C), sole mineralne, pektyny, oraz cukry

## **Działanie:**

Kora i kora z korzenia zawierają alkaloidy, a wśród nich duże ilości berberyny substancji o właściwościach bakteriobójczych i żółciopędnych. Dlatego używano jej w kamienicy żółciowej czy stanach cukrzycowych dróg moczowych. Jednakże berberyna pozyskiwana z korzeni i kory której odnajdziemy około 1.6–4.3 % i warto wiedzieć, że odkłada się ona w sercu, wątrobie i trzustce dlatego nie wolno go stosować przez długie okresy. Współczesne badania wykazują również że berberyna w mniejszej ilości, odnaleźć w owocach ma również działanie antywirusowe, przeciwzapalne, antydepresyjne czy też antybakteryjne (Mohammadzadeh i inni, 2017). Owoce berberysu posiadają łatwo przyswajalne witaminy jak witaminę A i C, podnoszą one ogólną odporność organizmu, dlatego owoce są chociażby pomocniczym lekiem w różnego rodzaju infekcjach. Przetwory z berberysu w których jest duża ilość berberyny stosowana jest w walce z cholerą i pełzakowicą.



## **Berberysowy środek wzmacniający**

Berberys rośnie wszędzie,  
a mało kto wie jak wspaniałe  
ma właściwości

## **Stosowanie:**

### *Berberysowy środek witaminizujący*

1 łyżkę rozdrobnionych owoców berberysu zalać szklanka wrzącej wody. Po czym podgrzewać do wrzenia i gotować pod przykryciem na niewielkim ogniu przez 3 minuty. Po tym czasie odstawiamy wszystko na 15 minut i przecedzamy. Aby poprawić smak wywaru możemy dodać miodu do smaku kiedy ten będzie letni. Wywar pijemy po posiłku 2 do 3 razy dziennie i przechowujemy w ciemnym i chłodnym miejscu.

## **Przeciwwskazania:**

Przetwory z berberysu, zawierające wspomnianą uprzednio berberynę, stosowane w prawidłowych dawkach jednak nie wywołują szkodliwego działania ubocznego u dorosłych. Jednakże u małych dzieci mogą się pojawić przejściowe nudności.

UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim ©Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez kontaktu z autorem na stronie [www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl)