

Ostropestřec mariánský – olej

Jedná se o panenský olej lisovaný za studena ze semen bodláku ostropestřce mariánského (lat.: *Silybrum marianum*). Má hořkou jemnou chuť, podporuje tvorbu žluče a **pozitivně působí na játra a ledviny**.

Charakteristika:

Tento olej obsahuje silici hořčinu a biogenní aminy.

Účinky:

- je vynikající na trávicí a vylučovací systém
 - zejména při zánětech jater, cirhóze jater, na tuky v játrech a na regeneraci jaterních buněk
 - při špatné funkci žlučníku
 - při onemocnění dvanácterníku a sleziny
 - při léčbě žloutenky
 - jako prevence proti vzniku žaludečních vředů
- jako jediný je účinný při problémech s **nízkým tlakem**
- je vhodný k léčbě hemeroidů
- jako mazání působí **na křečové žíly a bérkové vředy**

Použití:

Vnitřně - dospělí užívají pět kapek třikrát denně, děti dvě až tři kapky třikrát denně.

Zevně - při léčbě hemoroidů se maže na vnitřní stranu stehen a do okolí análního otvoru. Při křečových žilách se maže od zdola směrem k srdci, nikdy obráceně. Při bérkových vředech pouze v okolí postiženého místa, ne přímo na vředy. Při jaterních, žlučnickových s žaludečních obtížích je vhodné kombinovat vnitřní užívání oleje s masáží a mazáním okolo žaludku a pod žebry.

Použitelnost:

Trvanlivost tohoto oleje je při teplotě od 5° do 15 °C šest měsíců až jeden rok, po otevření uchovávejte v lednici a užívejte až do vypotřebování (v rámci trvanlivosti). Před použitím olej protřepejte, případná usazenina není závadou. Nesmí se vařit. Musí se ukládat do tmy a chránit před světlem.