

16 dalších důvodů, proč je černý kmín „lékem na všechno kromě smrti“

 badatel.net/16-dalsich-dovodov-preco-je-cierna-rasca-liekom-na-vsetko-okrem-smrti

redakce

22. marca 2020

Známa od dávných dob jako „lék na všechno kromě smrti“. Stále větší množství vědeckých výzkumů prozrazuje, že jde opravdu o jeden z nejsilnějších a nejvšestrannějších léčivých přírodních prostředků.

Před nějakým časem jsme napsali [článek](#) o rostlině *Nigelle sativa* (tedy kmínu černé; známé také jako černuška setá), nazývané „lékem na všechno kromě smrti“.

Popisoval výzkum na téma mnoha způsobů, jakými je černý kmín (*Nigella sativa*) potenciálně život zachraňující léčivou potravinou.

Je to jeden z našich nejpopulárnějších článků, s více než 3500 sdíleními na sociálních sítích.



Léčivé účinky černého kmínu

Slovy „*Toto skromné, ale nesmírně mocné semínko zabíjí MRSA, léčí tělo otrávené chemickými bojovými látkami, stimuluje regeneraci hynoucích beta buněk ve slinivce břišní diabetika a přesto příliš málo lidí ví, že existuje,*“ sumarizoval odborný a publikovaný výzkum o 10 pozoruhodných :

1. Diabetes 2. typu: dva gramy černého kmínu denně vedly u lidských objektů ke snížení hladiny glukózy v krvi nalačno, ke snížené inzulinové rezistenci, zvýšené činnosti beta buněk a snížení

glykovaného hemoglobinu (HbA1c).

2. Infekce *Helicobacterem pylori*: černý kmín má klinicky užitečnou aktivitu proti *Helicobacteru pylori*, srovnatelnou s trojitou eradikační terapií.

3. Epilepsie: o černém kmínu bylo tradičně známo, že má antikonvulzivní vlastnosti. Studie z roku 2007, zaměřená na děti s epilepsií, jejichž stav vzdoroval konvenční léčbě léky zjistila, že vodní extrakt výrazně snížil záchvatovou činnost.

4. Vysoký krevní tlak: bylo zjištěno, že každodenní užívání 100 a 200 mg extraktu černého kmínu dvakrát denně po dobu 2 měsíců, má za účinek snížení krevního tlaku u pacientů s mírnou hypertenzí.

5. Astma: tymochinon, jedna z hlavních aktivních složek *Nigelly sativa*, je u pokusného zvířete na astma lepší, než přípravek Fluticasone (u nás Flixonel). Další studie, tentokrát na lidech, zjistila, že vodní vývar černého kmínu má poměrně silný protiastmatický účinek na astmatické dýchací cesty.

6. Akutní tonzilofaryngytida: charakterizovaná zánětem mandlí nebo hltanu (tedy bolavým hrdlem), většinou virového původu. Bylo zjištěno, že kapsle černého kmínu (v kombinaci s *Phyllanthus niruri*) u lidí výrazně zmírňují bolest v krku a snižují potřebu léků proti bolesti.

7. Poranění chemickými zbraněmi: náhodná, placebem kontrolovaná studie na lidských pacientech, zraněných chemickými zbraněmi, zjistila, že převařené extrakty černého kmínu zmírňovaly respirační syndromy, sípání v hrudi a testované hodnoty plicních funkcí a také snižovaly potřebu léčby léky.

8. Rakovina tlustého střeva: buněčné studie zjistily, že extrakt černého kmínu vychází příznivě vůči chemickému prostředku 5-fluorouracil v potlačování růstu rakoviny tlustého střeva, ale je

mnohem bezpečnější. Výzkum na zvířatech zjistil, že olej z černého kmínu má výrazně potlačující účinky proti rakovině tlustého střeva u potkanů, bez pozorovatelných vedlejších účinků.

9. MRSA: černý kmín má antibakteriální účinky vůči klinickým izolátům vůči meticilin-rezistentnímu zlatému stafylokoku.

10. Závislost na opiátech/odvykací léčba: studie provedená na 35 závislých na opiátech zjistila, že černý kmín je účinnou terapií v dlouhodobé léčbě závislosti na opiátech.

Další léčivé účinky černého kmínu

Od té doby biochemický výzkum černého kmínu dále úspěšně pokračoval, jen za uplynulých 11 měsíců bylo zveřejněno a citováno v biomedicínské databázi Národní knihovny medicíny MEDLINE 78 dalších studií.

Toto je 16 dalších potenciálních zdravotních přínosů, které si můžete přidat rozrůstajícího se seznamu:

1. Předchází poškození ozářením: olej *Nigelly sativa* (NSO) a jeho aktivní složka tymochinon chrání mozkovou tkáň před ozařováním vyvolaným nitrosativním stresem.

2. Chrání před poškozením infarktem: tymochinonový extrakt z *Nigelly sativa* má ochranný účinek před poškozením souvisejícím s experimentálním infarktem.

3. Předchází závislosti na morfiu/toxicitě: alkoholový extrakt *Nigelly sativa* zmírňuje s morfinem spojený podmíněný stav preference místa, indikaci intoxikace, závislosti a tolerance morfinu.

4. Předchází poškození ledvin cukrovkou: tymochinonový extrakt z *Nigelly sativa* má ochranné účinky při experimentální diabetické nefropatii.

5. Předchází pooperačním adhezím: překrytí peritoneálních povrchů olejem *Nigelly sativa* (NSO) po peritoneálním traumatu je u experimentálního pokusného objektu účinné ke snížení tvorby peritoneální adheze.

6. Zabraňuje neurotoxicitě související s

Alzheimerovou chorobou:

tymochinonový extrakt z *Nigelly sativa* má ochranné účinky na experimentálního diabetika, předchází neurotoxicitě a A β 1-40 vyvolané apoptóze v buněčném modelu.



7. Potlačuje růst rakoviny

prsu: tymochinonový extrakt z *Nigelly sativa* potlačuje růst nádoru a vyvolává programovanou buněčnou smrt (apoptózu) u xenograftového myšího modelu rakoviny prsu.

8. Prejavuje antipsoriatické vlastnosti: alkoholový extrakt zo semien *Nigelly sativa* prejavuje antipsoriatickú aktivitu, konzistentnú s jej liečivým využitím v tradičnej medicíne.

9. Prechádza patológií mozgu, súvisiacej s Parkinsonovou chorobou: tymochinonový extrakt z *Nigelly sativa* chráni kultivované neuróny pred α SN-vyvolanou synaptickou toxicitou, patológiou pozorovanou v mozgoch pacientov s Parkinsonovou chorobou a demenciou s Lewyho telieskami.

10. Zabíja vysoko agresívne glioblastómové bunky rakoviny mozgu: tymochinonový extrakt z *Nigelly sativa* vykazuje aktivitu pri zabíjaní glioblastómových buniek.

11. Zabíja bunky leukémie: tymochinón z *Nigelly sativa* vyvoláva mitochondriami sprostredkovanú apoptózu pri akútnej lymfoblastickej leukémii *in vitro*.

12. Potláča rast rakoviny pečene: tymochinónový extrakt z *Nigelly sativa* predchádza u pokusných potkanov chemicky vyvolanej rakovine.

13. Predchádza diabetickým patológiám: voda a alkoholový extrakt z *Nigelly sativa* v nízkych dávkach majú účinok na zníženie krvného cukru a zlepšujúci účinok na regeneráciu pankreatických ostrovčekov, čo naznačuje jej cenu ako liečebného prostriedku v manažmente *diabetes mellitus*.

14. Potláča rast buniek rakoviny krčka maternice: tymochinónový extrakt z *Nigelly sativa* prejavuje antiproliferatívne, apoptické a antinvazívne vlastnosti v bunkovej línii rakoviny krčka maternice.

15. Predchádza olovom spôsobenému poškodeniu mozgu: u Sprague-Dawleyho potkanov zlepšuje tymochinónový extrakt z *Nigelly sativa* olovom spôsobené poškodenie mozgu.

16. Zabíja bunky rakoviny úst: tymochinónový extrakt z *Nigelly sativa* vyvoláva programovanú bunkovú smrť (apoptózu) u buniek rakoviny úst.

Prečo také účinné semeno ešte nie je na radare väčšiny zdravotníckych a výživových komunít?

Vieme, že semeno sezamu dokáže prekonať paracetamol v zmiernení bolesti artritídy.

Dokáže tiež znížiť rizikové faktory kardiovaskulárneho ochorenia spôsobom, pri ktorom by statínové lieky bledli závisťou a vieme, že ľanové semeno znižuje nádory prsníka a prostaty, no prínosy semena čiernej rasce sú stále pomerne neznáme a nevyužitú.

Zaujímavé je, že aj napriek tomuto hluchému miestu, a akoby na potvrdenie nesmierneho potenciálu čiernej rasce ako liečebného prostriedku, globálny švajčiarsky potravinársky gigant Nestlé podal v roku 2010 žiadosť o patent na využitie *Nigelly sativa* ako „prevencie proti potravinovými alergiami“ (medzinárodný patent Nestlé, prihláška WO2010133574).

Tento zrejmy pokus privlastniť si tradičné vedomosti a využitie tvrdil, že pri použití vo forme potravinovej prísady či lieku by mali byť semená alebo extrakt rastliny duševným vlastníctvom spoločnosti Nestlé.

Podľa **Third World Network Briefing Paper** z júla 2012:

*„Tvrdenie švajčiarskeho giganta sa zdá byť neplatné, keďže tradičné využitia *Nigelly sativa* jasne predbiehajú využitie patentu Nestlé a veda rozvojových krajín už tieto tradičné použitia potvrdila a súčasnými vedeckými pojmami bližšie opísala samotné liečivé vlastnosti čiernej rasce, ktoré sa Nestlé snaží vydávať za svoj vlastný „vynález“.*

*„Nestlé si uplatňuje nárok na akékoľvek využitie zložky stimulujúcej opiátové receptory na liečbu či prevenciu alergií, konkrétne tymochinónu a, konkrétnejšie, podávanie tymochinónu vo forme rastlinného materiálu (semien) *Nigelly sativa*.*

Druh potravinovej alergie, na ktorý sa najviac zameriava, je podráždený žalúdok a hnačka.“

Záver

Dobrou správou je, že žiadny taký patent ešte nezískal súhlas a táto potravina je nateraz stále voľne dostupná.

Pre informácie o aktuálnom ďalšom výskume stačí navštíviť stránku Pubmed.gov a objednať si automatickú emailovú aktualizáciu pre kľúčové slová „*nigella sativa*“.

Ako jedni z prvých sa dozviete o novom výskume s touto úžasnou rastlinou priamo zo zdroja biochemického výskumu.

Zdroj: greenmedinfo.com,
Spracoval: Badatel.net



Súvisiace články

- Čierna rasca: Drobné semienko s veľkou a všestrannou liečivou silou
- Vedci objavili v Číne bylinu, ktorá má schopnosť do 40 dní úplne vyhubiť rakovinu
- Doma nesmie chýbať: Najmocnejšie antivirálne ovocie známe ľudstvu
- 25 starovekých liečebných metód, na ktoré ste zabudli.