

OBSAH

Predhovor	7
Úvod	9
1 Liečivé rastliny – rastlinné látky (drogy) – rastlinné lieky (fytofarmaká)	11
1.1 Rastlinný liek, rastlinné látky a rastlinné prípravky	12
1.2 Výbor pre rastlinné lieky	13
1.3 Definícia a charakteristika liečivých rastlín	15
1.4 Koreniny ako liečivé rastliny, ich účinky a použitie	15
2 Rastlinné obsahové látky, ich klasifikácia, účinnok a účinnosť	18
2.1 Rozdelenie obsahových látok rastlinných extraktov z hľadiska ich účinku	24
2.2 Postupy extrakcie	26
2.3 Rastlinné prípravky (extrakty) s odpovedajúcou kvalitou	28
3 Rastlinné obsahové látky v prevencii a terapii	31
3.1 Rozdelenie rastlinných polyfenolov	31
3.2 Polyfenolové antioxidanty – terminológia a kritické úvahy	32
3.3 Antokyány a ich význam pre zdravie	41
3.4 Proantokyanidíny a ich význam pre zdravie	45
3.5 Flavanóny a ich význam pre zdravie	49
3.6 Izoflavóny a ich význam pre zdravie	51
3.7 Elagotaníny a ich význam pre zdravie	55
3.8 Resveratrol a jeho význam pre zdravie	60
3.9 Indol-3-karbinol a jeho význam pre zdravie	63
4 Zdraviu prospešné potraviny	67
4.1 Bobuľovité ovocie	67
4.2 Kapustovitá zelenina	72
4.3 Repa obyčajná cviklová (cvikla)	77
4.4 Zdravie a víno	81
5 Starnutie a s ním spojené procesy	85
5.1 Prírodné polyfenoly ako prevencia starnutia	88
5.2 Rastlinné zdroje pri starnutí a neurodegeneratívnych ochoreniach	97
5.3 Rastlinné zdroje v liečbe bolesti	112

5.4 Možnosti ovplyvnenia nádorových chorôb fytoterapiou	118
5.4.1 Vybrané liečivé rastliny a ich obsahové látky s predpokladaným protinádorovým účinkom	122
5.4.2 Prírodné liečivá ako senzibilizátory štandardnej protinádorovej liečby	127
5.4.3 Prírodné liečivá ako ochrana pred nežiaducimi účinkami štandardnej protinádorovej liečby	128
6 Nežiaduce a vedľajšie účinky liečivých rastlín, ich interakcie a kontraindikácie	135
6.1 Alergické reakcie na liečivé rastliny	135
6.2 Fototoxické a fotoalergické reakcie na koži	139
6.3 Interakcie liečivých rastlín s chemicky definovanými liečivami	143
6.4 Užívanie liečivých rastlín počas gravidity a dojčenia	149
7 Hranica medzi rastlinným liekom a potravinou	154
7.1 Rastlinné lieky verzus výživové doplnky	154
7.2 Funkčné potraviny a nutraceutika	157
8 Geriatrická lieková terapia verzus fytoterapia	160
9 Vybrané liečivé rastliny, riasy a huby	163
9.1 Liečivé rastliny od A po E	165
9.2 Liečivé rastliny od F po L	207
9.3 Liečivé rastliny od M po S	255
9.4 Liečivé rastliny od T po Z	323
9.5 Prehľad indikácií vybraných liečivých rastlín	341
9.6 Literatúra	357
10 Prílohy	360
10.1 Zoznam slovenských botanických názvov	360
10.2 Zoznam latinských botanických názvov	365
10.3 Zoznam odborných termínov	370
10.4 Zoznam použitých skratiek	374
10.5 Register	377