



# Vyzkoušený elixír mládí

**Obyvatelé horských oblastí jižní Číny jsou přesvědčeni, že rostlina jiaogulan má až zázračné vlastnosti. Užívají ji ve formě čaje již stovky let a věří, že jim významně prodlužuje život. Nejnovější vědecké výzkumy jim dávají za pravdu. Lidé, kteří pijí mok z usušených lístků pravidelně, se dožívají vyššího věku, jsou vitálnější a rakovina se u nich vyskytuje naprosto výjimečně.**

**P**rvní písemné informace o bylině jiaogulan (*Gynostemma pentaphyllum*) pocházejí z čínského rukopisu autora jménem Zhu Xiao z roku 1406. Zaznamenal, že tato rostlina je jedlá a lze ji úspěšně konzumovat v dobách hladomorů. O léčebných účincích se ale ještě nezmiňoval. Obrat přišel až v roce 1578, kdy tehdy existující herbáře začal doplňovat jistý Li Shi Zen. Ten již podrobně popsal její pozitivní účinky při léčbě poranění, otoků, horeček nebo při odstraňování úniku krve do moči. Nikdo ji však ještě v té době nepěstoval cíleně.

Jiaogulan rostl v horách na jihu země a tam ho také zájemci museli hledat. Přesto se lékaři v nadcházejících staletích utvrdili v tom, že výtažky z rostliny pomáhají

při nejrůznějších infekcích, zánětech a zvyšují celkovou odolnost organismu. Mnohdy těžce pracující obyvatelstvo pilo životodárný nápoj ráno pro posílení fyzické kondice a večer zase pro jeho uklidňující účinky. Celé generace prostých lidí si navíc na zá-



kladě vlastních zkušeností všimly, že je-dinci pravidelně užívající čaj z jiaogulanu se dožívají vyššího věku než ostatní, často i stáří až sto let.

## DRUHÝ ŽEN-ŠEN

Skutečně vědecký výzkum rostliny se zázračnými vlastnostmi přišel až v sedm-desátých letech 20. století. A začali s ním Číňané ve středisku kombinované tradiční a západní medicíny ve městě Qujing. Odborníci tehdy studovali stav 537 lidí se zá-nětem průdušnice. Nebylo pochyb o tom, že výtažky a čaj z jiaogulanu na ně působily extrémně příznivě.

Tou dobou již svá vlastní bádání orga-nizovali i japoňští farmaceuti z Hirošimské univerzity, kteří bylinu znali už delší do-bu pod názvem amachazuru. Na její léčivé účinky přišli vlastně náhodou. Vědci hle-dali umělá sladidla jako možnou náhradu cukru. A do oka jim padli hned dva kandidá-ti: stévie sladká (*Stevia rebaudiana*, jinak též medové lístky) a právě jiaogulan.

Prvně jmenovaná se již jako náhraž-ka cukru používá a je běžně v prodeji, u té druhé pak výzkumníci Masahiro Nagai a Osama Tanaka objevili ještě něco mno-hem zajímavějšího než fakt, že je sladká. Poprvé se ukázalo, že rostlina obsahuje mnoho stejných látek jako vzácný a uctí-vaný žen-šen (*Panax ginseng*). Nicméně ja-ko sladidlo slouží rovněž – především pro



**Nejjednodušší možností, jak dostat léčivé látky z jiaogulanu do těla, je příprava bylinného čaje**

**Sklizení jiaogulanu v jihovýchodní Asii. Doby, kdy tento „elixír mládí“ rostl jen divoce v jihočínských horách, jsou již minulostí.**



**Rostlina původem z horských oblastí jižní Číny pomáhá i sportovcům. Po požití čaje se cítí energičtí, vitální a čilí.**

**Tak vypadají usušené lístky magické byliny, z nichž se připravuje léčivý čaj. Repró z [www.dobrecaje.cz](http://www.dobrecaje.cz)**



cukrovkáře. Vyšlo najevo, že *Gynostemma pentaphyllum* zlepšuje jejich zdravotní stav. Závěry svého bádání vědci publikovali v roce 1976.

### BOJ S RAKOVINOU

Od té doby bylo jasné, že využívat *jiaogulan* jen jako umělé sladidlo by bylo nesmyslné plýtvání. Na rostlinu se zaměřil jiný japonský vědec, Tsunematsu Takemoto. Jeho hlavní zájem představoval boj s rakovinou a v potírání této zákeřné nemoci sáhl po léčivých bylinách.

Ukázalo se, že *jiaogulan* obsahuje nejméně čtyři saponiny (*látky patřící do skupiny glykosidů, které mimo jiné pomáhají čistit organismus – pozn. red.*) jako žen-šen a sedmnáct dalších, které jsou jim podobné. Během dalších deseti let Takemoto objevil, že tato rostlina obsahuje celkem 82

saponinů. Zjistilo se, že pacientům s onkologickými onemocněními dokáže pomáhat a průběh nemoci přinejmenším zpomalovat. Odstraňovala také nežádoucí účinky hormonální léčby. A nemocným, kteří jako hlavní léčbu zvolili chemoterapii, pomáhala zvyšovat produkci bílých krvinek a na buněčné úrovni pomáhala posilovat imunitu.

***Jiaogulan* je v Česku možné pěstovat například v závěsném květináči. Jakmile udeří silné mrazy je nutné rostlinu uklidit do tepla.**



### DUNWICKSKÁ HRŮZA

Mnozí říkají, že nenajdete lepší místo na Zemi pro temné uctívání neznámých sil, než je americký dunwickský okres. Jak jinak si vysvětlit následující velmi stručné vyjádření, které nalezete hned na prvních stránkách publikace o dějích ve zmíněném okrese: „Nikdo, dokonce ani ti, kdo znají pravdu o nedávných hrůzách, nedokáže říci, co to vlastně s tím Dunwichelem je. Staré pověsti vyprávějí o hříšných rituálech a konkláve, během nichž indiáni vyvolávali z okolních homolovitých kopců zakázané stíny, a na jejich divoké orgiastické modlitby odpovídalo hlasité praskání o dunění v podzemí.“

Tajemné a současně děsivé dílo hororové literatury *Dunwickská hrůza* je klasikou pro všechny milovníky tohoto žánru. Wilbur Whateley, předčasně vyvinutý, obludný syn jedné z osamělých dunwickských rodin uchovává část úděsného tajemství zakázané knihy *Nekronomikonu*. Tajemství, jež bezpochyby nesmí být vyjeveno lidem: armády zla přežívají a mohou být přivolány na zem. Jakmile by byly jednou vypuštěny, na světě by vypukla apokalypsa.

Autorem je potomek britských kolonistů ze 17. století H. P. Lovecraft, který v dětství často stonal a vzdělával se převážně sám. Na svůj věk byl velmi pokročilý. Ve třech letech již uměl číst a v sedmi začal psát. Celý život se věnoval svým zálibám. Po Poeovi byl jedním z velkých novátorů v oblasti hrůzy. Půvabná knížka s ilustracemi Santiaga Carusa patří mezi nejlepší grafická díla zpodobňující svět H. P. Lovecrafta.

(Nakladatelství B4U Publishing)

