

Ziołolecznictwo

Leki roślinne są uzyskiwane z roślin lub z ich części, które są uznawane za lecznicze. Inne stosowane nazwy to preparaty ziołowe, leki botaniczne lub fitoleki.

Preparaty ziołowe stanowiły podstawę leczenia przez setki lat, a w XXI wieku nadal są szeroko stosowane. Można je uznać za wyraz pierwotnego, roślinnego podejścia do medycyny.

Leki ziołowe można stosować w przypadku różnych dolegliwości, zarówno ostrych, jak i przewlekłych. Terapie ziołowe są na ogół postrzegane jako medycyna alternatywna, ponieważ ziołolecznictwo praktyczne nie polega całkowicie na dowodach naukowych. Ziołolecznictwo służy głównie jako terapia uzupełniająca.

Jednak leki ziołowe mogą oddziaływać z innymi lekami, a ponadto mogą mieć działanie uboczne. Na przykład *jeżówka* może zmieniać rozkład pewnych leków w organizmie, a przyjmowanie leków zawierających tę roślinę jednocześnie z innymi (w tym z antybiotykami) może wzmacniać lub osłabiać działanie i skutki uboczne.

Duża część populacji w rozwijającym się świecie nadal polega na tradycyjnych preparatach ziołowych jako podstawowych środkach w opiece zdrowotnej – główną przyczyną jest brak infrastruktury niezbędnej dla nowoczesnej medycyny.



From left to right: Echinacea purpurea, St. John's wort,
and Ginkgo bilboa.

Składniki leków ziołowych można wyodrębnić z roślin na kilka sposobów: używając alkoholu do wytwarzania ekstraktów określanych jako nalewki, octu do wytwarzania octowych kwaśnych ekstraktów, gorącej wody (herbatki ziołowe), długo gotowanej wody (zwykle w przypadku twardych korzeni i kory do przygotowywania wywarów) lub namaczając rośliny w zimnej wodzie (maceraty). Właściwości leków ziołowych mogą różnić się zależnie od partii i producenta, ponieważ techniki ekstrakcji nie są wystandaryzowane.

W Unii Europejskiej (UE) leki ziołowe podlegają Dyrektywie Rady Europejskiej dotyczącej tradycyjnych leczniczych produktów ziołowe (Dyrektywa Rady 2004/24/WE). Zgodnie z tymi przepisami firma produkująca leki ziołowe musi udowodnić, że dany produkt był używany przez co najmniej 15 lat w UE i 30 lat poza UE, a zezwolenie dotyczące leków ziołowych opiera się na głównych kryteriach kwalifikacji. Za monitorowanie bezpieczeństwa stosowania i przyznawanie zezwoleń na wprowadzenie do obrotu leków ziołowych odpowiada krajowy organ nadzorujący.

Wykorzystany artykuł

1. Benzie, I.F.F., & Wachtel-Galor, S. (2011). Herbal medicine: An introduction to its history, usage, regulation, current trends, and research needs. In *Herbal medicine: Bimolecular and clinical aspects* (2nd ed.). Boca Raton: CRC Press.

A2-1.06.7-V1.3