

„Zázračné antibiotikum“ obstálo při vědeckém zkoumání

- editor007 | 25. dubna 2024

SVĚT: Příspěvky na sociálních sítích s podivnými odvary a zvláštními přírodními způsoby léčby denně zaplavují internet a dávají naději těm, kteří hledají alternativu k zavedeným farmaceutickým postupům. Stále více lidí se snaží rozšířit své znalosti o bylinných léčích, samoaplikačních recepturách a domácích sloučeninách rostlinného původu, známých také jako fytofarmaka.

Ačkoli tento trend jistě rozšiřuje povědomí a odpovědnost za své zdraví, ne všechny zdravotní zprávy šířené na internetu jsou důvěryhodné.

S příchodem každého nového hnutí přicházejí ti, kteří chtějí zneužít nevinné duše k osobnímu prospěchu a moci. Proto je rozumné uplatňovat zásadu „caveat emptor“ – opatrnost, zdravý úsudek nebo prosté následování selského rozumu.

Nejnovější „antibiotický“ humbuk

Jedním ze „zázračných léků“, označovaných za nejsilnější antibiotikum, je směs pouhých čtyř složek: kurkumy, zázvoru, medu a překvapivé přísady vanilky.

Armen Adamjan, tvář TikToku, který stojí za iniciativou „*creative explained*“, radí svým divákům, aby si denně dávali jednu čajovou lžičku tohoto zlatého elixíru a pozorovali, jak se jejich tělo uzdravuje. Recept na tuto směs na jeho kanálu je následující:

- ½ šálku medu
- 1 lžička kurkumy
- ½ lžičky zázvoru
- 1 lžička vanilky

Jak jednoduché! Nicméně vydržte...

Zaměření na kritické detaily

Pokud by se vzorec osvědčil při vědeckém testování, mohl by být považován za mimořádně účinný. Podle časopisu [The Lancet](#) se globálně zvyšuje výskyt rezistence mikrobů na antimikrobiální léčiva, což představuje rostoucí hrozbu pro moderní zdravotní systémy.

Podle článku lze celosvětovou hrozbu antimikrobiální rezistence (AMR) zúžit na „šest hlavních patogenů, u nichž dochází k úmrtím spojeným s AMR: *Escherichia coli*, dále *Staphylococcus aureus*, *Klebsiella pneumoniae*, *Streptococcus pneumoniae*, *Acinetobacter baumannii* a *Pseudomonas aeruginosa*“.

AMR je problematická zejména v nemocnicích, na klinikách a v dalších zdravotnických zařízeních. [Podle zjištění](#) prezentovaných v článku *International Journal of Molecular Sciences* z roku 2019 je až 15 % hospitalizovaných pacientů postiženo infekcemi spojenými se zdravotní péčí.

Domácí léčba drobných infekcí je proto pro mnohé stále lákavější.

V tomto článku pečlivě prozkoumáme všechny složky, abychom zjistili, zda tento zázračný elixír, který se šíří po internetu, obstojí při vědeckém hodnocení.

Kurkuma jako alternativa antibiotik

Jedna z [in vitro studií](#) prokázala, že *Curcuma longa*, běžně známá jako kurkuma, je obzvláště užitečná v boji proti dvěma výše uvedeným patogenům. Výzkumníci se pokusili léčit *Escherichia coli* a *Staphylococcus aureus* pomocí surové kurkumové pasty a porovnali ji s vodným tekutým extraktem a běžnými antibiotiky. Během ročního zkoumání všechny tři metody zcela potlačily růst bakterií.

Další [studie](#) stejného charakteru z roku 2023 odhalila, že extrakt z oddenku kurkumy dokáže zlikvidovat *Proteus mirabilis* a multirezistentní bakterie *Klebsiella*.

Kurkuma a její antibiotické vlastnosti byly zkoumány i ve světě zvířat a podle publikace v časopise *Translational Animal Sciences* z roku [2023](#) byly považovány za „alternativu k antibiotikům ve výživě drůbeže“. Chov tisíců kuřat v uzavřených prostorách způsobil, že používání antibiotik je v nadměrně velkých drůbežárnách nezbytné, a podnítil volání po účinných alternativách pro infekční choroby odolné vůči antimikrobiálním látkám.

Kurkumin, účinná látka kurkumy, působí proti široké škále rezistentních bakterií a vykazuje antimikrobiální účinky.

Kurkuma je tak trochu všuměl, protože tento žlutooranžový kořen má ještě více zdraví prospěšných účinků než jen antibiotické vlastnosti.

„Kurkumin má protizánětlivý, antioxidační, antinociceptivní, antiparazitární a antimalarický účinek a používá se jako prostředek k hojení ran,“ píše se ve studii [z roku 2022](#) publikované v časopise *Antibiotics*.

V přehledu se uvádí, že někdy je problém s „biologickou dostupností kurkuminu u člověka“, což je způsobeno „špatnou absorpcí kurkuminu v tenkém střevě, rychlým metabolismem a rychlou systémovou eliminací“. To by však nemělo být překážkou, protože kurkumou se nelze předávkovat. [Testy ukázaly](#), že vysoké dávky kurkumy můžeme tolerovat bez vedlejších účinků.

Další [výzkum publikovaný v časopise *Molecular Pharmaceutics*](#) tato zjištění potvrdil a zjistil, že kurkumin má široké využití proti rakovině, kardiovaskulárním onemocněním, cukrovce, artritidě, neurologickým onemocněním a Crohnově chorobě.

Zázvor - další zázračná přísada

Dalším fytofarmakem, které se používá jako alternativní antibiotikum u drůbeže, je zázvor. [Přehled](#) z roku 2020 publikovaný v časopise *Animals* vyhodnotil řadu studií a zjistil, že zázvor potlačuje a kontroluje střevní patogeny a je slibnou alternativou k antibiotikům.

[Výzkum publikovaný v časopise *Molecules*](#) zkoumal esenciální olej ze zázvoru ve studii prováděné in vitro. Ukázalo se, že je účinný proti dvěma bakteriálním kmenům odolným vůči antibiotikům: *Staphylococcus aureus* a *Escherichia coli*. Účinnými antimikrobiálními složkami se zdají být [zejména složky](#) zázvoru zingiberen a alfa-kurkumen.

Podle odborníků má zázvor potenciál jako nutraceutikum, tedy potravinu, která má léčivé účinky.

Význam léčivých rostlin jako alternativy ke konvenčním antibiotikům byl zdůrazněn v [nigerijské publikaci](#) v časopise *Scientific World Journal*. Zázvor, jako jedna z mnoha léčivých rostlin tradičně pěstovaných v Nigérii, je v přehledu označen za vhodnou doplňkovou terapii v boji proti multirezistentním patogenům. Článek dokonce zmiňuje, že zázvor je nejen skvělou alternativou antibiotik, ale také postrádá toxické vedlejší účinky, které pravidelně provázejí konvenční medicínu.

Dalším významným druhem, který se často používá v tradiční asijské medicíně, je *Zingiber officinale* var. *rubrum* neboli jednoduše červený zázvor, který má mnoho zdraví prospěšných a bioaktivních složek. [Přehled z roku 2022](#) uvádí, že rostlina má „imunomodulační, antihypertenzní, antihyperlipidemické, antihyperurikemické, antimikrobiální a [vykazující] cytotoxické účinky“.

Med - víc než jen sladidlo

Většina lékařské literatury zdůrazňuje vlastnosti medu při [hojení ran](#), ale tato sladká pochoutka se osvědčila i vnitřně.

Studie in vitro z roku [2023](#) v časopise *Antibiotics* o antibiotických účincích medu nejen jako lokální léčby kůže zjistila, že zejména med obohacený zázvorem má léčivé vlastnosti, které „oslabují faktory virulence QS [quorum sensing] a tvorbu biofilmu u *P. aeruginosa*,“ jedné z problematických rezistentních bakterií.

Výzkumný [přehled](#) zveřejněný v časopise *Journal of Medicinal Food* vysvětluje zdravé účinky požití medu. Snižuje hladinu hormonům podobných lipidů zvaných prostaglandiny a působí v našem těle prebioticky. To je dobré, protože tyto faktory regulují záněty, podporují hojivé procesy a podporují mikrobiální kontrolu.

Ačkoli se med zdá být skvělou alternativou antibiotik, v posledním desetiletí bylo [zjištěno](#), že tento zlatý elixír je kontaminován pesticidy, těžkými kovy a dalšími látkami, jak uvádí přehled v časopise *World Scientific Journal*. Z tohoto důvodu je důležité, abyste si pořizovali med z místního důvěryhodného zdroje a měli se na pozoru před levným medem z dovozu.

Běžné techniky zahřívání používané k pasterizaci medu mohou rovněž ovlivnit jeho léčivé vlastnosti. Studie z roku 2023 [zjistila](#), že tyto techniky mohou dokonce vytvářet toxické sloučeniny. Výzkumníci představili ultrazvuk jako metodu konzervace, ale poznamenali, že je zapotřebí dalšího výzkumu v této oblasti. Jako alternativu můžete zakoupit nepasterizovaný, syrový med.

Stejně jako u všech složek je třeba dbát na kvalitu. Přinejmenším zkontrolujte na etiketě potraviny zemi původu a složení medu, abyste se ujistili, že neobsahuje přídavné látky.

Nehledě na tyto problémy věda ověřila, že med má antibakteriální účinky.

Vanilka - překvapivá přísada

Další ingrediencí s extrémně různorodým uplatněním je vanilka.

Čistý vanilkový extrakt je jednou z nejoblíbenějších esencí a může být finančně nákladný. Napodobeniny vanilkových aromat jsou snadno dostupné, ale nemají stejné léčivé vlastnosti jako čistý rostlinný produkt. Podle [recenze](#) v časopise *International Journal of Food Sciences and Nutrition* se vanilin, hlavní složka vanilkových lusků, často komerčně míchá nebo upravuje. Dávejte si proto pozor na kvalitu výrobků, které kupujete.

Zdá se, že veškerý výzkum vanilky jako léčivé látky byl proveden v nedávných letech. Studie

naznačují, že vanilka představuje „novou léčebnou strategii“ proti některým bakteriím a ve vztahu k bakteriím rezistentním vůči více lékům.

V přehledu [výzkumu z roku 2022](#) zveřejněném v časopise *European Journal for Microbiology and Immunology* se uvádí, že „vanilkové složky poskytují nové možnosti léčby infekcí způsobených multirezistentními bakteriemi“.

Vanilka už dávno není jen ochucovadlem. Vanilin neboli kyselina vanilinová, účinná složka vanilky, má za sebou historii jako zdraví prospěšná složka s antimikrobiálními účinky.

Přehled výzkumu z roku [2021](#) potvrzuje, že vanilka má antibakteriální a antibiotické vlastnosti, a naznačuje, že „vanilin má potenciál být v budoucnu používán jako antibiotická pomocná látka“.

Uplatňování zásady „riziko nese kupující“

U všech čtyř složek bylo prokázáno, že jsou alternativními antibiotickými složkami.

Přesto, stejně jako u všech inzerovaných doplňků nebo zdravotních přípravků, buďte při nákupu nebo požití čehokoli opatrní a používejte zdravý rozum.

Stejně jako u všech jiných léčebných prostředků dávejte pozor na dávkování a sledujte, zda vaše tělo nevykazuje případné nežádoucí účinky, zejména pokud něco užíváte delší dobu. Veškeré individuální rady ohledně léčby konzultujte s místním bylinkářem, naturopatickým lékařem nebo jiným zdravotnickým pracovníkem.

AUTOR: Alexandra Roach

Překlad: epochtimesCz

ZDROJ:

<https://www.theepochtimes.com/health/internets-miracle-antibiotic-withstands-scientific-investigation-5568135>