

Výroba třezalkového oleje:

Třezalka tečkovaná (*Hypericum perforatum*) je jedna z nejoblíbenějších léčivých rostlin. Sbíranou částí je nať, v případě výroby oleje upřednostňujeme jen květy. Třezalka působí jako antibiotikum, čistí krev – tedy podporuje látkovou výměnu, má silné protizánětlivé účinky, léčí velkou řadu ekzémů, včetně těžkých forem, léčí poškozenou tkáň po úrazech hlavy a odstraňuje otoky. Bývá součástí ledvinových čajových směsí, léčí hemeroidy, žaludek a dvanáctník, vředové choroby. Pomáhá při těžkých, srdce ohrožujících chřipkách s arytmiemi, fibrilacemi. Je bylinou první volby při úzkosti, neklidu, psychickém napětí, neurastenii, depresi atd. Třezalku obvykle sbíráme po rozkvětu, hned ráno, obvykle na Svatojánský den, tj. 24. 6. (červenému barvivu v květech – hypericinu se lidově říká krev svatého Jana). V „tělo nápravných“ oborech má své nezastupitelné místo třezalkový olej. Jednak mimořádně příznivě působí na pokožku, kterou hojí, zvláčňuje a doplňuje některé vitamíny (provit. A), jednak má mimořádný vliv na meziobratlové ploténky, chrupavky a klouby vůbec. Třezalkový olej je používán v Breussově masáži, kdy v kombinaci s velmi jemnými masážními tahy dochází k „nabobtnání“ meziobratlových plotének, tím pádem oddálení obratlů a uvolnění nervů. Ploténka se zvětší do své původní velikosti a opět začne plnit svoji původní funkci – odpružení a rotace páteře.

Velmi dobré zkušenosti jsem získal s účinkem na artritické otoky kolene, kdy již za 3 dny otok ustoupil, a bolestivost kolenního klouby klesla na minimum.

Upozornění: Třezalka je foto toxická – tj. po aplikaci na pokožku by dotyčný neměl natřená místa vystavovat přímému slunečnímu záření.

Třezalkový olej vyrobíme prostým macerováním květů v oleji. Pro masážní účely je vhodný olej v BIO kvalitě, olivový či slunečnicový. Mimořádně kvalitní a pro pokožku blahodárný, i když dražší je olej mandlový. Z natě třezalky otrháme nebo ostříháme květy a necháme je 2 – 3 dny na suchém místě zavadnout. (macerováním čerstvých květů se v oleji vytváří sice neškodný, ale poněkud nepříjemný sliz). Naplníme uzavíratelnou sklenici do 2/3 květy a zalejeme olejem. Sklenici uzavřeme a necháme v teplém místě – nejlépe na slunci – 4 – 6 týdnů macerovat. Každý den promícháme. V případě použití slunečnicového oleje vznikne sytě červená tekutina.

Rád bych z vlastní zkušenosti upozornil, že třezalkové oleje z lékáren bývají podřadné kvality, tedy s minimálním léčebným účinkem. Barva kupovaného třezalkového oleje bývá světle žlutá, což svědčí o velmi nízké koncentraci účinných látek. Některé kupované oleje sice mají tmavou červenou barvu, avšak toho je docíleno přidávkem barviva – vitamínu E.

Barva třezalkového oleje by měla být červená na světle opaleskující.

Na první pohled je patrný rozdíl mezi kvalitním doma vyrobeným a v lékárnách prodávaným olejem.