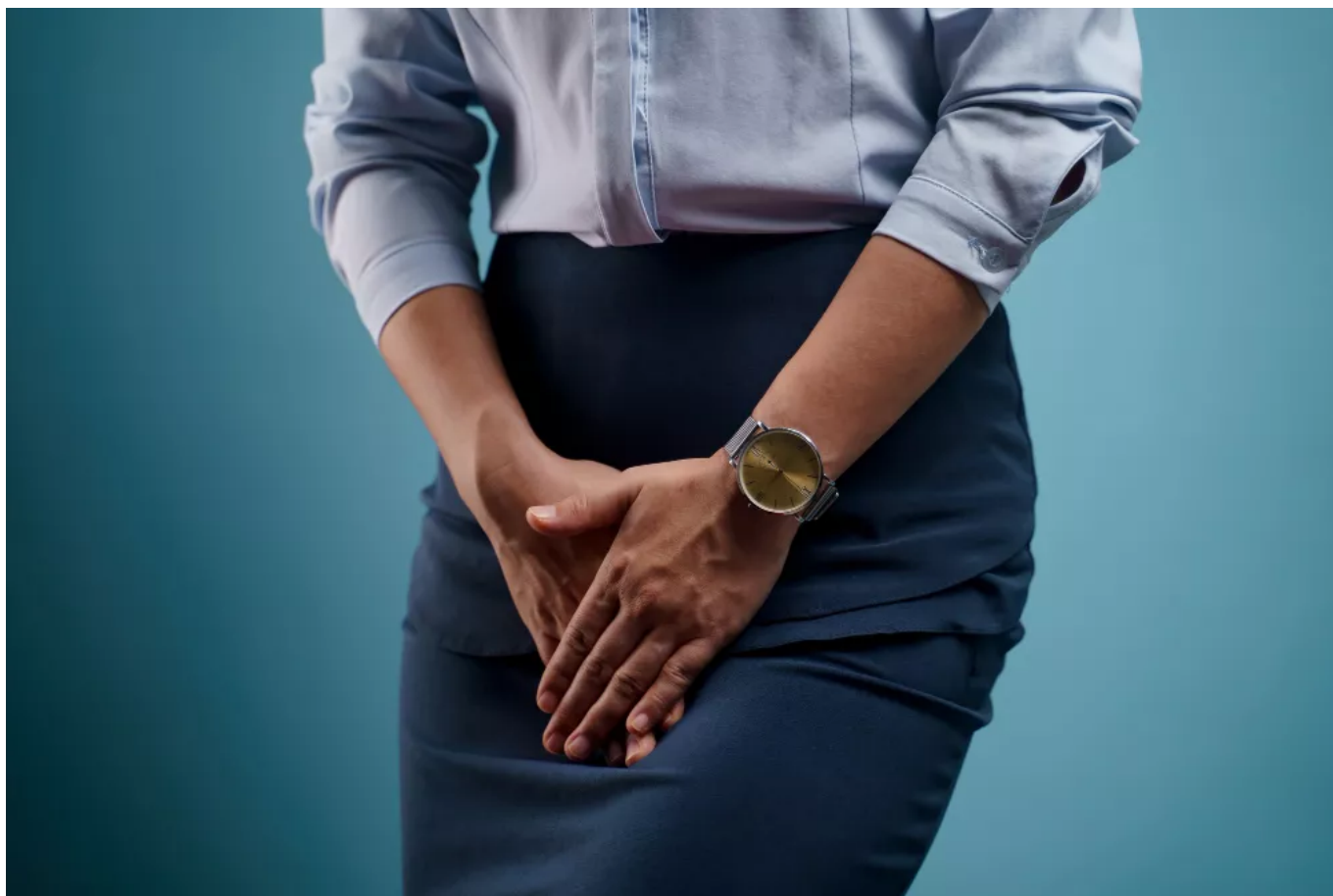




ZDRAVÍ A KRÁSA 06. 12. 2021

Prochladli jste? Zánět močového měchýře pomohou vyléčit aquauretika

Zánět močového měchýře není v tomto období vůbec ničím výjimečným. Ale také rozhodně nejde o nic, po čem bychom toužili. Někoho tato zdravotní komplikace nepotká nikdy, jiný zase trpí na zánět močového měchýře opakovaně. Co nám v takové chvíli může pomoci?

Na úvod je třeba také rozhodně uvést, že **zánět močového měchýře** rozhodně není banalita. A pokud se vám jej v prvních dnech nepodaří zvládat doma, pak je na místě rozhodně návštěva lékaře. Ten pak již většinou nasadí **antibiotickou léčbu**.

Jak vzniká zánět močového měchýře?

Zánět močových cest a zánět močového měchýře je nejčastějším **onemocněním močových cest**. Velmi úzce ale s touto oblastí souvisí rovněž výskyt písku či kamínků v močovém měchýři nebo v

ledvinách. Zde už platí dvojnásob, že se nevyplatí spoléhat výhradně jen na **přírodní léčbu**. A to zvláště v případě, kdy objevíme krev moči, budeme mít horečky nebo budeme pociťovat bodavou bolest v boku. Takové stavy pak už patří výhradně do rukou lékaře. Přírodní prostředky zde tedy slouží nejlépe **jako prevence, podpůrná léčba nebo jako prostředek, který napomůže doléčení**.

Zánět močového měchýře a nezbytné tekutiny

Většina onemocnění močového měchýře bývá spojena buď **s hromaděním krystalů v podobě písku nebo kamenů** nebo s rozvojem koliformních bakterií, které se do měchýře dostanou prostřednictvím močových cest ze střev. Rozhodně je tedy nutné dodržovat pitný režim, a to **v případě akutních i chronických onemocnění**. „Proplachové“ metody jsou založeny na příjmu většího množství vhodných tekutin, kterými se bakterie nebo i další látky jednoduše vyplavují z měchýře. Tímto způsobem se odstraní i velká část bakterií, ovšem některé se stále budou zachycovat na stěnách měchýře, proto se nelze na tuto metodu zcela spoléhat. Je ovšem účinná v tom, že **množství těchto škodlivých organismů** redukuje a usnadňuje tak celkovou léčbu. Vhodnými tekutinami se rozumí především **čistá voda, případně bylinné čaje**.

Zánět močového měchýře a strava

Jestliže vás trápí zánět močového měchýře, pak je v každém případě nutné upravit i jídelníček. Rozhodně je nutné omezit konzumaci slaných a tučných jídel. Omezte také konzumaci živočišných bílkovin. A jídelníček celkově odlehčete. Zařadte více čerstvé zeleniny a ovoce. Při zánětu močových cest a měchýře se doporučuje rovněž užívání čerstvých ovocných šťáv, které okyselují moč.

Aquauretika na zánět močového měchýře

Trápí-li nás [zánět močového měchýře](#), pak zde mají své pevné místo rozhodně i byliny se specifickým účinkem tzv. **aquauretika**. Do bylinných směsí zařadte třeba mladé listy břízy bělokoré, listy ještě **nekvetoucích kopřiv** a kvetoucí nař zlatobýlu. Tyto byliny účinně povzbuzují činnost ledvin. Navíc jsou bohaté především na flavonoidy, které působí protizánětlivě, takže účinně urychlují celou léčbu. Stejně tak můžete vyzkoušet **kořen pampelišky, čekanky nebo list libečku**, obojí se hojně využívá na celkovou očistu organismu. Pampeliška navíc obsahuje i **vyšoký obsah hořčin** povzbuzuje činnost ledvin.



Další možností je pak **využít bylin například k obkladům**. Zde se využívá služeb například obyčejné kopřivy. Ta bohatá především na **flavonoidy**, ale stejně tak hraje důležitou roli při léčbě zánětu také **vyšoký obsah draslíku**, který má odvodňující účinky. Dále je možné vyzkoušet křen, který se vyznačuje skvělými dezinfekčními vlastnostmi a lze ho zařadit mezi přírodní antibiotika. Užívat jej ale můžete pochopitelně i vnitřně. A skvělá jsou i **dýňová semínka**, která ukrývají hodně draslíku a zinku. Drcená semena se rovněž užívají **po dobu 3 měsíců v množství 2 polévkových lžic ráno a večer**. Za urologickou bylinu lze považovat také lichořeřišnici větší, má silné antibakteriální účinky,

Autor článku: [Monika Poledníková](#)