

Wrotycz pospolity *Tanacetum vulgare* Linne

Opis botaniczny

Roślina wieloletnia, dorastająca do 120 cm wys., silnie pachnąca, gorzka, nieco kamforowa gorzka w smaku. Liście pierzastosieczne; odcinki (listki) podłużnie lancetowate; liście z ogonkami o odcinkach pierzastowrębnym; górne liście o odcinkach wrębno-piłkowanych. Koszyczki kwiatowe zebrane w szczytowy, gęsty baldachokształtny kwiatostan; kwiaty żółte, miseczkowate. Owoc - niełupka. Kwitnie od lipca do września. Rośnie na przydrożach, przy budowach, na usypiskach i przy wykopach, na łąkach, na polach, ugorach i polanach leśnych, w ziołoroślach, nad brzegami wód. Roślina ruderalna i pospolita. Występuje najczęściej masowo. Do celów leczniczych uprawiany.



Wrotycz pospolity *Tanacetum vulgare* L.

Surowiec zielarski

Surowcem jest ziele, kwiat, liść i owoc wrotyczu - *Herba, Flos, Folium et Fructus Tanacetii*. Ziele i liście zbiera się przed i w czasie kwitnienia. Kwiaty należy pozyskiwać w czasie kwitnienia. Owoce zbiera się w czasie dojrzewania. Surowce trzeba wysuszyć w ciemnym miejscu, gdzie temperatura nie przekracza 50° C. Z owoców sporządza się te same przetwory co z ziele. Zdaniem niektórych zielarzy owoce są skuteczne w zwalczaniu pasożytów (wyciągi lub sproszkowane). Surowce można zażywać doustnie po sproszkowaniu - *Pulves Tanacetii* w dawce 3-5 g (owoce - 3-4 g) rano i wieczorem. Przed spożyciem dobrze wymieszać sproszkowany surowiec z miodem.

Składniki biologicznie czynne

Kwitnące ziele i liść wrotyczu - *Herba et Folium Tanacetii* zawierają olejek eteryczny (1,5-2%), lakton seskwiterpenowy - tanacetynę (tanacetin) C₁₁H₁₆O₄, lakton seskwiterpenowy arbusculin, lakton epi-ludowicina, kwas jabłkowy, winowy, walerianowy, flawonoidy (jaceidyna - jaceidine, jaceozydyna - jaceosidin, kwercetyna, apigenina, diosmetyna, diosmina - działają przeciwalergiczenie, hamują działanie histaminy, mają wpływ przeciwwysiękowy, przeciwzapalny, hamują odtwarzanie noradrenaliny, tonizują naczynia krwionośne), kwas chlorogenowy, kwas taninowy, lakton - artemoryna (artemorin), elemen (elemene) o działaniu przeciwrakowym (anticancer, antitumor; wzbudza apoptozę działa cytotoksycznie), kwas kawowy, eupatylinę (eupatiline - flawon = 5,7-dihydroxy-3,4,6-trimethoxyflavon wzbudzający apoptozę; hamuje rozwój nowotworów; stosowany w fitoterapii do leczenia niektórych białaczek); seskwiterpen - germakren = germacrene, partenolid (parthenolide) - seskwiterpen o silnym wpływie przeciwzapalnym, inhibitor lipooksygenazy i syntetazy prostaglandynowej, wywiera działanie przeciwnowotworowe, rozkurczowe, przeciwbakteryjne i przeciwgrzybicze; fitosterole, piperyton C₁₀H₁₆O (piperitone, 3-methyl-6-(1-methylethyl)-2-cyclohexen-1-one, p-menth-1-en-3-one), lakton seskwiterpenowy rejnozyna (reynosin) o działaniu przeciwzapalnym; santamarynę = santamarine (działa rozkurczowo, przeciwzapalnie i przeciwrakowo).

Głównym składnikiem olejku eterycznego *Oleum Tanacetii* jest tujon (thujon) - do 70%, nazywany także tanacetone (tanacetone), ponadto: chamazulen, tymol, kamfora (w tym kamfolenol), borneol, octan borneolu, tujolowy alkohol, 1,8-cyneol, wulgaron A i B (vulgarone-A, vulgarone-B), lyratrol, octan lyratrylu, bergamoten, alfa-pinen, alfa-terpinen, kariofilen, chryzantenol, octan chryzantenyli, seskwiterpen - dawanon (davanone) o działaniu przeciwnowotworowym, stymulującym układ dokrewny i przeciwważnym oraz immunostymulującym; kadinen, sabinen.

Właściwości lecznicze

Wyciągi z wrotyczu są silne i pewne w działaniu. Specjaliści fitochemicy weryfikując skład chemiczny *Tanacetum* szybko dochodzą do wniosku, że sporo składników wrotyczu jest stosowanych w lecznictwie w formie nowoczesnych preparatów, przy czym wiele z nich jest uzyskiwanych z egzotycznych roślin, przez co leki te są bardzo drogie.

Preparaty wrotyczowe pobudzają akcje serca, zwiększają siłę skurczu mięśnia sercowego, pobudzają oddychanie, wzmagają wydzielanie hormonów. Regulują miesiączkowanie. Zwiększają ukrwienie narządów płciowych i nasilają odczuwanie wrażeń seksualnych. Przedłużają efekt doznań płciowych. Znoszą bóle głowy, bóle miesiączkowe, kolki.

Wrotycz zawiera sporo substancji przeciwzapalnych, odkażających przeciwalergicznymi (przeciwwysiękowych, przeciwhistaminowych), przeciwbólowych (inhibitory syntetazy prostaglandyn), uspokajających, przeciwerpesyjnych, rozkurczowych, żółciopędnych, żółciotwórczych, regulujących przemianę materii i odtruwających („czyszczących krew”). Składniki wrotyczu pobudzają gruczoły dokrewne do wydzielania hormonów. Fitonocydy wrotyczu niszczą i hamują rozwój bakterii, grzybów, wirusów, pierwotniaków i roztoczy.

Stosowane doustnie i na skórę działają hamująco na procesy autoagresji immunologicznej, dzięki czemu mogą być z powodzeniem stosowane w fitoterapii chorób autoimmunologicznych typu łuszczyca, reumatyzm, toczeń.

Od dawna wiadomo, że wrotycz zwiększa odporność organizmu na zakażenia za sprawą wielu laktonów i terpenów. Wodny wyciąg z ziela przyspiesza też wyleczenie z chorób zakaźnych, np. odry, grypy, przeziębienia, anginy, płonicy. Wrotycz niszczy większość pasożytniczych obleńców, płazińców i owadów. Od dawna ocet wrotyczowy jest stosowany do zwalczania wszawicy. Wrotycz działa silnie napotnie i przeciwgorączkowo.

Nie zaobserwowano objawów zatrucia przy przyjmowaniu dawki 200-220 ml naparu i odwaru 4 razy dziennie (3 łyżki suszonego ziela na 2 szklanki wrzącej wody).

Tujon zawarty we wrotyczu i bylicach posiada strukturę zbliżoną do kanabinoli zawartych w konopiach, jednak dawki wodnych i alkoholowych wyciągów wrotyczowych stosowane w ziołolecznictwie nie mają narkotycznego wpływu. Istnieją doniesienia, że tujon przyłącza się do tych samych receptorów w układzie nerwowym co kanabinole.

Wrotycz jest alternatywą dla sterydowych i niesterydowych leków przeciwzapalnych. Jest też alternatywą dla antybiotykowych stymulatorów wzrostu i kokcydiostatyków. Hamuje odczyny zapalne bowiem jest inhibitorem dla histaminy, tromboksanu, leukotrienów i prostaglandyn. Działa antyagregacyjnie. Zapobiega zastojom krwi, odkładaniu blaszek miażdżycowych w tętnicach i powstawaniu zakrzepów.

Hamuje działanie następujących substancji endogennych w organizmie: acetylocholinę, norepinefryny (noradrenaliny), serotoniny, bradykininy. Działa moczopędnie i przeciwobrzękowo. Tonizuje mięśnie szkieletowe.

Wyciągi alkoholowe i maści wrotyczowe oraz ekstrakty octowe z wrotyczu hamują objawy łuszczycy, zmniejszając proliferację komórek naskórkowych oraz odczyny autoagresji w skórze.

Wyciągi alkoholowe i octowe leczą zmiany trądzikowe na skórze. Niekiedy następuje poprawa w ciągu doby po zastosowaniu. Regularnie stosowane dają dobre efekty lecznicze porównywalne do skuteczności siarczku selenu, erytromycyny, czy betuliny.

Okłady szybko cofają duże bolesne ropnie. Okłady z rozcieńczonego octu wrotyczowego cofają stłuczenia, obrzęki po kontuzjach, obrzęki kończyn, wybroczyny i siniaki.

Płukanki, częste przemywanie i okłady leczą stany zapalne błon śluzowych, w tym odbytu, narządów płciowych, gardła, jamy nosowo-gardłowej, jamy ustnej, zatok obocznych nosa. Krople wrotyczowe likwidują ropnie zapalenie zatok nosowych.

Zastosowanie

Choroby zakaźne. Osłabienie i wyczerpanie nerwowe. Depresja. Niedobór soków trawiennych (pepsyny, kwasu żołądkowego), choroby pęcherzyka żółciowego, dróg żółciowych i wątroby, kolki, bóle brzucha i podbrzusza, zaparcia. Spowolniona przemiana materii. Zaburzenia procesów odtruwania. Przewlekłe choroby skórne o podłożu troficznym, wirusowym, bakteryjnym, roztoczym i grzybiczym (trądzik pospolity, trądzik różowaty, trądziki zawodowe, zaskórniki, wyprysk, ropnie, czyraki, liszaje, liszajce, opryszczka, owrzodzenia, *demodexis*, świerzb). Bóle głowy. Bóle miesiączkowe, zespół napięcia

przedmiesiączkowego. Zaburzenia krążenia mózgowego, wieńcowego i w kończynach. Zespół zimnych dłoni i stóp. Częste omdlenia. Choroby alergiczne. Choroby nowotworowe. Bezsenność, koszmary nocne. Gorączka, przeziębienie, katar, kaszel, nieżyt układu oddechowego. Choroby autoimmunologiczne (np. łuszczyca, toczeń, cukrzyca, reumatoidalne zapalenie stawów). Stany zapalne i zakażenia bakteryjne, grzybicze i roztoczowe oczu (np. nużyca oczu, ropne zapalenie powiek). Niemoc płciowa. Obrzęki. Zakażenia przewodu pokarmowego pasożytami (np. owsiki, glisty, włosogłówka).

Właściwości toksykologiczne i przeciwwskazania

Przedawkowanie przetworów wrotycznych objawia się nudnościami, wymiotami, odbijaniem, biegunką, zaczerwienieniem twarzy, kichaniem, zawrotami głowy, wzdęciami, poceniem się (lejący się pot), częstomoczem i charakterystycznym biciem serca. Po godzinie od spożycia nadmiernej dawki wodnego wyciągu i po 20 minutach od spożycia alkoholowego wyciągu rozwijają się halucynacje (omamy). W moczu pojawia się białko i krew. Objawem jest też częstomocz. Osoby wrażliwe zapadają w śpiączkę z objawami drgawek. Zaburzenia akcji serca mogą być niebezpieczne. Nalewka wrotyczowa może spowodować uzależnienie. Mleko, potrawy tłuste i olej rycynowy przyspieszają wchłanianie składników terpenowych wrotyczu.

Nie podawać kobietom ciężarnym i kobietom karmiącym (laktacja). Wrotycz powoduje poronienie. Składniki czynne wrotyczu przechodzą do mleka.

Preparaty, dawkowanie i stosowanie

1. **Napar wrotyczowy** - *Infusum Tanacetii*: 3 łyżki świeżego lub suchego rozdrobnionego ziała, albo kwiatów zalać 2 szklankami wrzącej wody. Odstawić na 30 minut pod przykryciem. Przecedzić. Pić 2-4 razy dziennie po 1 szklance. Przy zakażeniu pasożytami wypić na czczo. Warto skojarzyć z lewatywą.
2. **Odwar wrotyczowy** - *Decoctum Tanacetii*: sporządzić jak napar, lecz gotować 5 minut; odstawić na 30 minut pod przykryciem, przecedzić. Pić po 200 ml 2-4 razy dziennie. Stosować do lewatyw (100-200 ml doodbytniczo), okładów na skórę, płukanek, przemywania, okładów na oczy i do nosa (przelać do buteleczki ze spryskiwaczem, wprowadzać do obu otworów nosowych 2-3 dawki, położyć się na 5 minut). Donosowo i do płukanek można również stosować napar wrotyczowy.
3. **Nalewka wrotyczowa** - *Tinctura Tanacetii*: do 1 szklanki świeżego lub suchego i zmielonego ziała wlać 250-300 ml alkoholu 40-70%; macerować 7 dni w szczelnie zamkniętym słoju i w ciemnym miejscu. Przefiltrować. Zażywać 2-3 razy dziennie po 10 ml w 100 ml wody.
Ponadto do płukania (1 łyżka nalewki na pół szklanki wody), okładów, przemywania skóry i pędzlowania skórnych zmian chorobowych (nierozcieńczona).
Nalewka sporządzona na 70% alkoholu działa rozgrzewająco, przeciwbólowo i przeciwreumatycznie.
Nierozcieńczoną nalewkę można wcierać w obolałe kończyny dolne i w stawy.
4. **Ocet wrotyczowy** - *Acetum Tanacetii*: pół szklanki świeżego ziała (liści i kwiatów lub samych liści) zalać 250 ml octu 10%, odstawić w zamkniętym słoju na 7 dni, przefiltrować. Stosować do płukania, okładów, przemywania, pędzlowania w stanie rozcieńczonym (1 łyżka octu na 150-200 ml wody) lub nierozcieńczonym (pędzlowanie). Ponadto do płukania włosów. Przy wszawicy wcierać starannie ocet

we włosy na 3 godziny, przykryć folią. Potem umyć szamponem i wypłukać w wodzie z dodatkiem octu lub nalewki wrotyczowej. Powtórzyć co 3 dni (3-4-krotnie).

5. Aceton wrotyczowy - *Acetinum Tanaceti*: 1 część świeżego mielonego ziela wrotyczu zalać 3 cz. 50% acetonu (aceton rozcieńczyć wodą w stosunku 1:1), wytrawiać 7 dni w szczelnym słoju; przefiltrować. Stosować do przemywania skóry zakażonej pasożytami (np. demodex, świerzby). Preparat silny. Lek weterynaryjny.

6. Nafta wrotyczowa - *Naphtha Tanaceti*: pół szklanki świeżego mielonego ziela wrotyczu zalać 200 ml czystej nafty; macerować w szczelnym słoju 7 dni; przefiltrować. Przecedzić. Stosować do leczenia pasożytniczych chorób skóry i włosów.

7. Maść do leczenia stanów zapalnych i infekcji skóry:

Rp.

Nafta wrotyczowa - 30 ml

Nalewka wrotyczowa - 20 ml

Maść propolisowa - 2 łyżki

Maść ichtiolowa lub dziegciowa - 3 łyżki

Pasta cynkowa - 1 łyżka

Maść siarkowa - 2 łyżki

Składniki wymieszać. Chore miejsca smarować 2 razy dziennie. Można stosować do opatrunku.

8. Mikstura przeciwdepresyjna, poprawiająca samopoczucie, ułatwiająca uczenie, wzmacniająca serce:

Rp.

Nalewka wrotyczowa - 100 ml

Nalewka dziurawcowa - 50 ml

Nalewka z miłorzębu Ginkgo - 50 ml]

Nalewka arnikowa lub nostrykowa - 25 ml

Cardiol C lub nalewka z Coli - krople - 25 ml

Płyny wymieszać. Zażywać 1-3 razy dziennie po 10 ml. Następnie spożyć 3 łyżki miodu. U wielu osób mikstura likwiduje bóle głowy.

9. Mieszanka ziołowa żółciopędna, rozkurczowa, przeciwbólowa, wzmacniająca i przeciwdepresyjna:

Rp.

Ziele lub kwiat wrotyczu - 1 część

Ziele glistnika jaskółczego ziela - 1 cz.

Ziele dziurawca - 1 część

Zioła wymieszać. 2 łyżki mieszanki zaparzać w 1 szklance wrzącej wody. Odstawić na 30 minut, przecedzić. Pić 2 razy dziennie po 1 szklance.