



GORKA OGNJICA

Iberis amara L., Brassicaceae

napisao: dr.sc. Stribor Marković

www.centarcedrus.hr www.centarcedrus.com



Postoji puno ljekovitih biljaka u europskoj tradicionalnoj i kliničkoj fitoterapiji. Neke od njih su svima poznate, poput nevena, gospine trave ili sljeza. Neke su biljke pak sakrivene iza vela potpune anonimnosti, premda zaslužuju punu pažnju ne samo ljudi koji koriste ljekovito bilje, već i profesionalaca u zdravstvu, poput liječnika i farmaceuta. Gorka ognjica upravo je takva biljka, gotovo nepoznata usprkos tome što se lijek na bazi ove biljke već skoro 50 godina uspješno koristi u medicini. Zanimljivo, francuska i engleska literatura vrlo malo spominju ovu biljku koja je proizašla iz njemačke škole fitoterapije gdje ona odvajkada poznata.

Botanički podaci

Gorka ognjica je mala jednogodišnja biljka koja voli vapnenačka tla. Visoka je 10-30 cm, ima malene listove razdijeljene na nekoliko lobusa blago nazubljenih rubova. Cvate od travnja do kraja rujna malenim, grozdastim bijelim do blago purpurnim cvjetovima. Plodovi su mali, veličine 3-5 mm.

Dijelovi biljke koji se koriste

Koristi se zelen (nadzemni dio), najčešće svježe biljke, s formiranim plodovima.

Kemijski sastav

Biljka sadrži amine, kukurbitacine, flavonoglikozide, te sumporne spojeve glukozinolate srodne nekim spojevima u goruščici. Sadrži i lektine.

Indikacije

Lijekovi na bazi gorke ognjice registrirani su za tegobe tzv. funkcionalne dispepsije, te kod iritabilnog kolona i gastritisa. U pretkliničkim ispitivanjima utvrđeno je da se ekstrakt gorke ognjice veže za cijeli niz funkcionalno važnih receptora u probavnom sustavu, od serotoninских, opioidnih i muskarinskiх receptora. To djelovanje u eksperimentalnih životinja i ljudi iskazuje se regulacijom lučenja probavnih sokova želuca. Zanimljivo, ekstrakt ove biljke ima svojstvo da smanjuje pretjerano stvaranje kiseline u želucu, dok istovremeno olakšava probavu u slučaju nedostatnog lučenja. Zbog toga je "tonik za želudac" možda zastarjeli, ali sasvim opravdani naziv za njeno djelovanje. U kliničkim, placebo kontroliranim opitima, standardizirani ekstrakti pokazali su se djelotvorni kod navedenih indikacija. Dobro spazmolitičko djelovanje (protiv grčeva) umanjuje simptome boli te tipične simptome iritabilnog kolona. Odsustvo djelovanja na središnji živčani sustav i vrlo mali profil nuspojava, pogotovo u živčanom sustavu, čini ju jednim od lijekova u ovim vrlo čestim bolestima današnjice. Motilitet probavnog sustava već je godinama u samoj žiži znanstvenog interesa kod raznih bolesti probavnog sustava. Stoga je vrijeme i da se otkrije ova vrlo vrijedna biljka koja pomaže uravnoteženju motiliteta.

Način primjene i doze.

Biljka se vrlo rijetko koristi u obliku infuza. Najčešće se koristi tinktura u 50% etanolu (1:1,5-2,5 w/v). Sama biljka je dosta gorka, što joj govori i ime. Dnevna doza je 3-4 mL raspodijeljena na tri manje doze, odnosno 20 kapi u malo vode, 3x dnevno, najčešće nakon obroka.

Koje su druge biljke sličnog djelovanja?

Problem dispepsije (loše probave) boljka je koja prati ljude od kad postoje. Stoga postoji cijeli niz biljaka, najčešće gorkih, koje su se koristile za slične namjene. Njih dijelimo u četiri grupe:

1. biljke koje djeluju na regulaciju lučenja probavnih sokova u želucu, poput gorkog pelina (*Artemisia absinthium*), srčanika (*Gentiana lutea*) i kičice (*Centaureum erythraea*). Ove biljke poznatije su u kao aperitivi koji pospješuju probavu.
2. Biljke koje pospješuju rad žuči, poput listova artičoke (*Cynara scolimus*) i korijena maslačka (*Taraxacum officinale*). Koriste se kod ljudi s nedostatnim stvaranjem žuči potrebnih za normalno odvijanje probave masti.
3. Spazmolitičke biljke, poput svima poznate kamilice (*Chamomila recutita*), stolisnika (*Achilea millefolium*) i matičnjaka (*Melissa officinalis*) koje smanjuju bol nastalu zbog grča mišića probavnog kanala.
4. Protuupalne biljke poput korijena sladića (*Glycyrrhiza glabra*), koji smanjuju upalne procese nastale dugotrajnim tegobama probavnog sustava (npr. gastritisa).

Postoje biljke koje iskazuju i više oblika djelovanja, poput ljekovite anđelike (*Angelica archangelica*), olakšavajući stvaranje probavnih sokova i djelujući spazmolitično. Gorka ognjica pripada ovoj grupi biljaka koje djelujući na više načina maksimalno olakšavaju tegobe u probavnom sustavu.

Ovoj klasi biljaka katkad se pribrajaju i tipično karminativne biljke (smanjuju nadutost), poput kima (*Carum carvi*), anisa (*Pimpinella anisum*) i komorača (*Foeniculum vulgare*).

Gorka ognjica se u tzv. fiksnim preparatima često nalazi u smjesama upravo u kombinaciji s navedenim biljkama.

Kontraindikacije i nuspojave

Sigurna je biljka, no oprez je potreban kod težih upalnih problema želuca te ulceracija u probavnom sustavu. Vrlo rijetko, može se javiti preosjetljivost na kemijske tvari iz biljke. Ne sugerira se upotreba u djece predškolske dobi.