



napisao: dr.sc. Stribor Marković

www.centarcedrus.hr www.centarcedrus.com

Botanički podaci



Pasiflora je zeljasta puzavica, gole, tanke, slabo izbrazdane stabljike duge do 9 metara, s izmjenično poredanim listovima. Listovi su duboko dlanasto razdijeljeni, liske su jajasto suličaste, na vrhu sitno pilaste. Na dugim lisnim peteljkaama se nalaze po dvije nektarijske žlijezde. Cvjetovi su pojedinačni, u promjeru 3-8 cm, latice su blijedoljubičaste, a iz njihove baze izrasta niz nitastih ružičastih do purpurnih članova krunice, tako da se prividno čini da su latice dvovrsne. Pasiflora je samonikla u

istočnim i južnim dijelovima Sjeverne Amerike, a kao ukrasna biljka sadi se u cijelom svijetu. Upotrebljava se cijeli nadzemni dio biljke. Pasifloru ne treba brkati s voćem *passionfruit*, vrstom *Passiflora edulis* Sims. čiji se listovi katkad koriste za patvorenje droge. Također treba paziti da se ne koriste druge ukrasne vrste roda *Passiflora*.

Dijelovi biljke koji se koriste

Prema europskoj regulativi, službeno je ljekovit nadzemni dio (zelen) biljke, uključujući cvjetove i listove. Detaljna monografija biljne droge pasiflore nalazi se i u Europskoj farmakopeji (knjizi propisa o lijekovima).

Kemijski sastav

U kemijskom sastavu ističu se mahom flavonoidi, uglavnom šećerni spojevi luteolina i apigenina. Ta skupina spojeva, koju čine izoviteksin, izoorijentin, šaftozid i drugi, jako varira u sastavu ovisno u mjestu rasta biljke. Droga sadrži i vrlo male količine eteričnog ulja koje nije aktivna komponenta biljke. Spojevi poput harmola, harmalola i harmana su alkaloidi, kojih ima u vrlo maloj količini. Premda se općenito alkaloidi smatraju skupinom spojeva jakog, često i opasnog djelovanja, ovih alkaloida u pasiflori ima vrlo malo (često znaju biti i odsutni). Neovisno o tome što alkaloida nalazimo u tako maloj koncentraciji, moguće je da su oni jedni od djelatnih spojeva. U većini proizvoda na europskom tržištu ti se alkaloidi često ne mogu dokazati. Znanstvenici se, kao što to biva u kemiji ljekovitog bilja, iznimno spore koja je skupina spojeva odgovorna za ljekovito djelovanje. Jesu li to flavonoidi, ili neke druge molekule topive u vodi, ili alkaloidi? Čini se da je za djelovanje u biti potreban cijeli niz spojeva, stoga treba paziti da se koristi što kvalitetniji ekstrakt.

Indikacije

Pasiflora je našla primjenu u najčešćim boljkama modernog užurbanog života: nervozi, nemiru, nesanici, ali i težim poremećajima kao što su anksioznosti, ovisnostima svih vrsta (uključujući i ovisnosti o lijekovima koji djeluju na živčani sustav, cigaretama te nekim vrstama lakših droga). Pogotovo dobro djeluje kod nesanica kada dolazi do buđenja «u sred noći». Francuski liječnici su davno, još nakon prvog i drugog svjetskog rata, koristili pasifloru kao pomoć u liječenju postraumatskog stres sindroma (PTSP). U svakom slučaju, svaka od navedenih indikacija zahtijeva i psihoterapijsku obradu ljudi a ne samo farmakološki tretman (bio on biljni ili sintetsko-kemijski lijek).

Poseban izazov u primjeni pasiflore čini paralelna upotreba lijekova. Premda pasiflora iskazuje znatno manju interakciju s lijekovima, za razliku od notorno poznate gospine trave, ipak je potrebno konzultirati stručnu osobu koja poznaje farmakologiju kako pasiflore tako i lijekova koji djeluju na živčani sustav. Gospina trava, popularna kao antidepresiv, djeluje na metabolizam mnogih lijekova, pa je pasiflora dobra zamjena za

gospinu travu kod ljudi koji uzimaju druge lijekove (antidepresivi, lijekovi koji djeluju na ritam srca, lijekovi protiv HIV-a...).

S obzirom na ovakve indikacije, gotovo je nevjerojatno koliko je pasiflora kod nas nepoznata kao ljekovita biljka: nemoguće je nabaviti drogu (sušenu biljku), a do sada se na tržištu nalazi jedan (srećom kvalitetan) pripravak pasiflore.

Način primjene i doze.

Infuz se priprema tako da se 2-3 grama suhog lista prelije s 200 mL kipuće vode, ostavi stajati 10 minuta i procijedi. Ta količina se priprema tri puta na dan i pije između obroka. Budući da se radi o sigurnom ljekovitom obliku primjene pasiflore, u slučaju nesаницe moguće je uzeti duplu dozu čaja.

Tinktura koju kupujete mora biti spravljena od 1 dijela suhe biljke na 8 dijelova 45-60 % etanola. Pije se u dozi od 1-4 mL u pola čaše mlake vode, tri puta na dan.

SIPF ekstrakt (integralna suspenzija ljekovitog bilja) idealan je pripravak jer sadrži i u vodi topive spojeve i lipofilnije (u masti topljivije) spojeve poput alkaloida i flavonoida. Koristi se u dozi od 3-5 mL dva do tri puta dnevno, u pola čaše vode između obroka.

Pasiflora je dozvoljena i za pedijatrijsku upotrebu, a doza se računa na osnovu indeksa tjelesne mase. Savjetujte se adekvatno obrazovanom osobom oko upotrebe pasiflore kod djece.

Vrijeme terapije traje do poboljšanja simptoma, uz konzultacije s liječnikom, a još jednom treba naglasiti da je svako liječenje dubljih psihičkih tegoba farmakološki aktivnim tvarima tek polovično rješenje ukoliko izostane smisljena psihoterapija.

S čime se kombinira pasiflora?

Pasiflora pripada grupi osnovnih biljaka koje djeluju smirujuće na živčani sustav. Tu grupu čine svima poznati odoljen (valerijana), matičnjak i glog (cvijet gloga). Stoga se pasiflora može kombinirati s tim ljekovitim biljkama. Primjerice, jednostavna kombinacija kod nervoza koje su praćene i s «osjećajem grča u želucu» spravljaju se tako da se izmiješa 100 mL SIPF ekstrakta matičnjaka i pasiflore, a potom se takva smjesa uzima u navedenoj dozi (3-5 mL dva do tri puta dnevno, u pola čaše vode između

obroka). Kod izrazite iritabilnosti i agresivnosti pasiflora se koristi s odoljenom, a kod «nervoznog srca» s cvijetom gloga.

Kontraindikacije i nuspojave

Pasiflora je iznimno sigurna, netoksična biljka. Ne postoje ograničenja i upozorenja za njegovu upotrebu. Upotrebom kod psihičkih tegoba ne razvija se ni tolerancija niti ovisnost, a dapače može pomoći kod odvikavanja od drugih lakših oblika ovisnosti. Treba biti oprezan kod uzimanja pasiflore prije vožnje jer katkad može izazvati blaži osjećaj pospanosti, no sama biljka nema oznaku da se obavezno izbjegava prije vožnje ili upravljanja strojevima. Iznimno rijetko, može se javiti bradikardija (smanjen broj otkucaja srca) te preosjetljivost ili alergijske reakcije.