



napisao: dr.sc. Stribor Marković

www.centarcedrus.hr www.centarcedrus.com

Rosopas - vaš tihi susjed



Skrivena uz rubove kuća i duž puteva, ova neugledna biljka skromnog žutog cvijeta rijetko kada privlači pozornost prolaznika. Rosopas (*Chelidonium maius* L.) vjerojatno bi bio potpuno nepoznat da ga nismo susreli kao djeca igrajući se i otkidajući biljke iz puke znatiželje. "Ona biljka koja pušta

žuti sok", kako ju često znaju nazivati i odrasli, zaintrigira tim neuobičajenim svojstvom. Kroz dječju igru najčešće i ostanu zapamćene riječi starijih koji znaju da se ta biljka odvajkada koristi za liječenje virusnih bradavica na koži. Relativno malen broj biljnih obitelji stvara takav oblik "sokova", a upravo rosopas pripada intrigantnoj obitelji Papaveraceae, onoj istoj kojoj pripada i silno poznati mak (*Papaver somniferum*) iz kojeg se dobiva još slaviji *opium*. Nitko ne zna tko je prvi shvatio da bi svježi, ljepljivi sok rosopasa mogao poslužiti za rješavanje dosadnih virusnih bradavica, no ljudi koji žive na obali Jadrana znaju kako to nije jedina biljka takve reputacije: svježi sok smokve stoljećima se koristi za istu svrhu.

Rosopas je zeljasta biljka, plavozelena, razgranjena i visoka 30-80 cm. Svi dijelovi biljke sadrže žuti mliječni sok. Listovi su izmjenični, donji su perasti, a gornji perasto izrezani.

Cvjetovi su zlatnožuti, s četiri latice i brojnim prašnicima, združeni u paštaste cvatove na vrhovima ogranaka. Plod je duga višesjemena komuška. Zanimljivo, sjemenke imaju privjeske koje mravi rado jedu, te sakupljajući sjemenke rasprostiru ovu vrstu.

Kontroverze oko upotrebe rosopasa

Smatra se da je žuta boja soka nagnala ljude da razmisle o upotrebi biljke kod problema s jetrom, odnosno "žuticom", i to vjerojatno znatno prije Paracelzusa koji je postavio teoretske temelje za takvu upotrebu. Budući da je biljka široko rasprostranjena u Europi i dijelovima Azije, počela se koristiti u mnogim čajnim smjesama. Brojne tradicionalne recepture čajnih smjesa za jetru i želudac sadržavaju rosopas.

Razvitkom znanosti upoznao se i kemijski sastav rosopasa. Pripadajući obitelji makova, poznatoj po stvaranju posebne skupine spojeva *alkaloida*, jakog i često otrovnog djelovanja, nije iznenadilo da i rosopas sadrži i do 1% alkaloida poput kelidonina, berberina, protopina i sličnih spojeva. Alkaloidi su skupina spojeva koji uvijek pozivaju na oprez, pa ne čudi što danas ova biljka ima ograničenu upotrebu. Obično se skuplja za vrijeme cvatnje, što je i opravdano jer tada sadrži najmanje alkaloida. Sok biljke sadrži enzime koji imaju sposobnost cijepanja proteina, no ne znamo je li to jedna od tajni djelovanja na bradavice.

Usprkos potencijalno opasnom kemijskom sastavu, službena medicina je relativno rijetko evidentirala veće toksične efekte u ljudi. Jedan od razloga je i način tradicionalne upotrebe rosopasa u obliku *infuza* (čajeva) koji, zbog njihove slabe topivosti, sadrže vrlo malo alkaloida. Prvi toksični efekti opisani su upotrebom modernijih i koncentriranijih ekstrakata. Rosopas u većoj dozi može uzrokovati oštećenje jetre, uz pojavu mučnine i slabosti.

Ovo je i razlog prvih kontroverzi oko upotrebe. Naime, premda se stoljećima koristi bez većih problema, službena farmakognozija ga je svrstala na listu opasnih biljaka za oralnu upotrebu upravo zbog sadržaja alkaloida. Tko je u pravu, pobornici ili protivnici njegove upotrebe? Točan odgovor je: obje strane.

Rosopas je biljka za znalce

Postoji nekoliko jednostavnih pravila za sigurnu upotrebu rosopasa:

1. biljka je sigurna ako se koristi na koži, npr. za liječenje virusnih bradavica
2. rosopas je biljka za profesionalce, odnosno za ljude koji znaju koristiti potencijalno opasne biljke. Laici ju ne bi smjeli olako koristiti za samoliječenje oralnim putem.
3. najsigurniji su preparati koji sadrže uz rosopas i druge ljekovite biljke. Najčešće se kombinira s biljkama koje međusobno pojačavaju uzajamno djelovanje (sinergijsko djelovanje).
4. ekstrakti za oralnu upotrebu bi trebali biti precizno spravljani, doza definirana, a razina kemijskih spojeva kontrolirana analitičkim tehnikama.

Poštujući takva pravila, ne trebamo se bojati upotrebe rosopasa čak niti oralnim putem.

Rosopas se koristi kao spazmolitik (smanjuje grčeve) i koleretik (pojačava protok žuči). Relativno je malen broj kliničkih studija s čistom biljkom, no zna se da kemijski spojevi iz rosopasa pokazuju izvrsno spazmolitičko djelovanje koje se može mjeriti s djelovanjem lijekova. Stoga je koristan kod tegoba s želucom (bol u želucu, dispepsije) te kod manjih tegoba s žuči.

Osim oralne upotrebe, ne treba zaboraviti već toliko spominjanu upotrebu kod virusnih bradavica. Za tu namjenu koristi se ili svježi sok ili tinktura, koja se nakapa direktno na bradavicu dva puta dnevno. Dobro se kombinira s eteričnim ulje ravnosare (*Cinnamomum camphora* kemotip cineol) koje se aplicira na područje bradavica nakon tinkture ili svježeg soka.

U Hrvatskoj, osim tinkture za lokalnu upotrebu, gotovo da nije bilo oralnog preparata rosopasa. Promjenom regulative i mogućnošću registracije biljnih lijekova, ova biljka je konačno našla mjesto u fitoterapiji. Tako već spominjani Iberogast sadrži rosopas, nepravedno zapostavljenu a toliko djelotvornu biljku, dajući mu dodatno ljekovito djelovanje za tegobe probave. Pomažući lučenju žuči i djelujući izrazito jako spazmolitično, možda je upravo rosopas jedan o ključnih faktora njegove djelotvornosti.