

Ovoce a zelenina používané k léčbě onemocnění u potkanů

Název	Kde pomáhá	Popis
ananas	diety při nadváze, průjem, otoky	Ananas má vysoký obsah enzymů (hlavně bromelínu), které pomáhají při uzdravování, zmírňují různé záněty a zlepšují trávení. Odvodňuje organismus a zmírňuje otoky, pomáhá při střevních potížích a průjmu. Zvyšuje hladinu bílkovin v celém těle. Je známý také tím, že urychluje spalování tuků a zabraňuje tvorbě tukové tkáně. Je proto vhodným doplňkem při redukci dietě.
brambory	dieta při nadváze, trávicí potíže, záněty	Brambory jsou velmi bohatým zdrojem vitamínů B a C, obsahují také draslík, hořčík, fosfor a železo. Díky nízkému počtu kalorií jsou stejně jako rajčata vhodná při redukční dietě. Používají se na trávicí problémy, gastritidy, poruchy žaludku a žlučové kameny. Syrová bramborová šťáva utišuje záněty a podporuje hojení kožních infekcí a poranění. Plátky syrového bramboru jsou vynikajícím obkladem na opary a omrzliny.
brokolice	trávení, tvorba krve	Obsahuje vysoké množství vápníku, vitamínu C a betakarotenů, kyselinu listovou (důležitá pro tvorbu krve a celkový růst zvířete). Zlepšuje trávení, odbourává volné radikály.
brusinky	záněty močových cest, močového měchýře a ledvin	Brusinky obsahují cukry, kyselinu citronovou, jablečnou, v menším množství kyselinu šťavelovou a benzoovou. Dále karotenoidy, vitamín C, flavonoidy, třísloviny, glykosidy, antokyany, pektina mnoho minerálních látek a solí. Působí proti průjmům a jsou antisklerotické a také se využívají se i v potravinářském průmyslu. Jsou osvědčeným domácím lékem na záněty a jiné choroby ledvin a močového ústrojí, působí totiž příznivě na kyselost močových cest a obsahují látky, které zamezují bakteriím uchytit se v buněčné výstelce a podporují jejich vyplavování. Používají se sušené, zavařované, ve formě tablet nebo džusu.
cibule kuchyňská	záněty, astma, snižování hladiny krevního cukru	Má protizánětlivé a protirakovinotvorné účinky. Kyselina, která způsobuje slzení, se používá jako antiastmatikum. Cibule snižuje obsah cukru v krvi, posiluje imunitní systém, obsahuje hodně zinku, vit. A, B, C a E.
česnek kuchyňský	snižení hladiny krevního cukru, posílení imunity, záněty dýchacích cest	Česnek se používá hlavně ve formě tablet a je dobrý na posílení imunity, zpomaluje růst nádorových buněk, též pomáhá při vysokém krevním tlaku a usnadňuje dýchání tím, že rozšiřuje plíce a průdušnici při zánětech.
goji (kustovnice čínská)	sexuální potence, imunita, rakovina, protizánětlivé účinky	Goji obsahuje 18 druhů aminokyselin (včetně všech 8 esenciálních aminokyselin, např. tryptofanu a isoleucinu) a 21 stopových prvků (železo, vápník, fosfor, zinek, selen, měď, germanium aj.). Kromě toho je goji ze všech známých rostlin nejbohatším zdrojem karotenoidů na světě (což naznačuje už jejich jasně červená barva, která zůstává zachována i po usušení). Na betakaroten je bohatší než mrkev. Obsahuje vitaminy jako C, B1, B2, B6 a E, betasiterol, který působí protizánětlivě a skupinu lycium polysacharidů, které odstraňují volné radikály a tím zpomalují proces stárnutí, posilují imunitní systém a stimuluji hypofýzu k produkci a vylučování regenerativního růstového hormonu. V tradiční čínské medicíně je goji považováno za rostlinu podporující dlouhověkost, sílu a sexuální potenci. Výzkumy dokázaly, že je též schopné udržovat a podporovat harmonický růst buněk a obnovovat a opravovat DNA ("antiperoxidaci" volných radikálů vrací elektrické parametry do normálního rozsahu). Také bylo dokázáno, že lycium polysacharidy mají pozoruhodné antioxidační a imunitu podporující vlastnosti.

Název	Kde pomáhá	Popis
hroznové víno	detoxikace organismu, správná činnost střev, nevhodné pro potkany s nadváhou	Hroznové víno kromě jiného obsahuje kyselinu listovou, z minerálních látek má nejvyšší zastoupení draslík, který pomáhá organismu při odstraňování odpadových látek a při řízení srdečního rytmu (je proto velmi vhodným doplňkem stravy u potkanů se srdečními problémy), obsahuje vitamíny C, E a vitamíny skupiny B. Vlákny obsažené ve slupce podporují činnost střev. Dodává množství antioxidantů, takže pomáhá při prevenci rakoviny. Štáva se používá při léčení chorob, které vznikají hromaděním toxinů v těle. Působí močopudně, pomáhá tedy vyplavovat z těla škodlivé látky, a jako mírné laxativum. Pro vysokou energetickou hodnotu není vhodné pro potkany s nadváhou.
hruška	zlepšení přenosu nervových vzruchů, vysoký krevní tlak, proti kašli, průjmům a jiným poruchám trávení	Hrušky sice obsahují velmi málo vitamínu C, na druhou stranu jsou bohatým zdrojem vitamínu B, který se nachází hlavně pod slupkou. Hrušky obsahují kromě vitamínů navíc fosfor, vápník a lehko stravitelné cukry. Mají antibakteriální, močopudný a posilující účinek. Jejich plody nebo šťáva z nich se může použít při obezitě, močových kamenech, vysokém krevním tlaku. Vařené a pečené se používají proti kašli, odvar ze sušených hrušek proti průjmu. Pročišťují střeva, odstraňují zácpu a jiné poruchy trávení.
jablko	regenerace a detoxikace organismu, problémy se stolicí, zlepšení imunity, kašel	Průměrné čerstvé jablko sestává asi z 85 % z vody a obsahuje až 30 % vlákniny. Ve 100 g jablka se nachází 85 g vody, 0,4 g tuku, 144 mg draslíku, 7 mg vápníku, 6 mg hořčíku, 12 mg vitamínu C. Jablko téměř neobsahuje bílkoviny a je známé tím, že regeneruje a čistí organismus, snižuje hladinu cholesterolu a cukru v krvi. Díky vysokému obsahu vlákniny pomáhá při průjmu (sladké jablko) a zácpě (kyselé jablko). Je osvědčeným prostředkem při kloubních problémech. Podporuje imunitu. Ze slupky a dužniny, která chrání jádrovník, se uvolňují látky s léčivým i preventivním účinkem. Odvar z květů utiňuje a zmírňuje záchvaty kašle. Při chřipce a kašli je dobré potkanovi podat šťávu. Jemně nastrohané jablko i se slupkou konzumované večer váže v cévách toxické látky.
jahoda	dieta při nadvaze, dezinfekce trávicího traktu, snižování cholesterolu v krvi, antioxidant, při onemocněních genitálního traktu, zánětech kloubů	Díky kombinaci nízkého počtu kalorií a dostatku biolátek ničících tukové buňky se skvěle hodí v případě, že má váš potkan nadváhu. Vysoký obsah kyseliny citronové a jablečné má dezinfekční účinky na žaludek a střeva a zlepšuje též vsřebávání železa z jiných potravin. Jahody obsahují i vlákninu pektin, která snižuje hladinu cholesterolu v krvi, čímž má velmi dobrý vliv na kardiovaskulární systém. Nachází se v nich vitamíny B a C, karoten, flavonoidy, třísloviny, fosfor, železo, mangan a měď. Díky pigmentům polyfenolům (které dávají jahodám krásnou červenou barvu) patří jahody spolu s borůvkami a brusinkami mezi nejinější přírodní antioxidanty, které se vyskytují v našich zeměpisných šířkách. Díky tomu výborně chrání nervový systém a mozek, takže máte-li doma potkana např. s epilepsií, jahody jsou pro něj velmi vhodným doplňkem stravy. Jahody se dají použít i ve formě čaje, po odkvětu můžete sbírat jahodové listy a sušit je na čaj. Listy mají vysoký obsah tříslovin, vitamínu C (až 380 mg/100 g), éterických olejů, alkaloidů, glykozidu fragarinu, flavonoidů kvercetrinu a kvercitrinu, proto je možné je používat při vysokém krevním tlaku, onemocněních genitálního traktu, zánětlivých onemocněních kloubů, zánětech žludeční a střevní sliznice apod.
meruňka	krevní tlak, regenerace buněk, zlepšení střevní peristaltiky	Meruňky mají vysoký obsah rozpustné vlákniny, která příznivě působí na střevní peristaltiku. Kromě toho obsahují kyselinu listovou, pantothenovou a betakaroten, které brzdí procesy stárnutí a ulehčují regeneraci buněk. Navíc podporují imunitní systém buněk a urychlují jejich tvorbu, chrání je před vlivem volných radikálů. Pomáhají též regulovat krevní tlak. Jsou výborným zdrojem železa a obsahují velké množství mědi. Pecky obsahují amygdalin, který je toxický, protože v žádném případě nedávejte potkanům meruňky i s peckami. Pro vysoký obsah mědi není meruňka vhodná pro těhotné a kojící samice.

Název	Kde pomáhá	Popis
mrkev	snižování cholesterolu, regenerace	Mrkev pomáhá při snižování hladiny cholesterolu, prevenci zácpy, kožních chorobách, nedokrevnosti a oslabení organismu. Díky obsahu betakarotenů chrání zrak. Je výborná jako regenerační potravina, například po těžké chorobě nebo po operaci. Je bohatá na vitamíny A, B a C, železo, vápník, draslík a sodík.
rajče	dieta při nadvaze, prevence před infekčními chorobami, snížení krevního tlaku	Rajčata mají vysoký obsah vitamínů A a C. Pro nízký obsah kalorií jsou též vhodným jídlem při redukční dietě. Pomáhají v boji proti rakovině a pro vysoký obsah betakarotenu slouží jako prevence před infekčními chorobami. Draslík snižuje krevní tlak. Poslední výzkumy prokázaly, že chrání plíce a oči před nepříznivými vlivy okolí.
řepa	infekce dýchacích cest, snižování hladiny cholesterolu, dieta při nadvaze	Řepa se používá při infekcích dýchacích cest, reguluje krevní oběh, léčí ekzémy, pomáhá při zácpě. Vařená řepa obsahuje látky, které pomáhají snižovat hladinu cholesterolu v krvi. Obsahuje i protirakovinné látky, vitamíny skupiny B, minerály a lipotropní látky. Je výživná, posiluje organismus a pomáhá při léčbě chřipky a nachlazení.
třešeň	pročišťování organismu, zlepšení přenosu nervových vzruchů	Třešně obsahují vitamín C a draslík, který je známý tím, že pomáhá udržovat zdravou pokožku a pravidelný rytmus srdce. Třešně odvádějí z těla toxické látky a čistí ledviny. Mají močopudné účinky a pomáhají pročistit organismus. Díky kyselině křemičité působí pozitivně na zpevnění vaziva. Kromě toho obsahují i fosfor, který uklidňuje nervovou soustavu a pomáhá při přenosu vzruchů.