

## Konwalia majowa

Nazywana łzami Ewy, jest symbolem wiedzy i sztuki medycznej.

Jej historia jako leku rozpoczęła się w roku 1881. Nadworny lekarz Romanowów, carów Rosji, Siergiej Botkin, uznał konwalię za roślinę godną wprowadzenia do medycyny naukowej.

Autor: dr Jadwiga Jurkjan

Nazywano ją *Lilium Convalium*, czyli lilia z doliny. Do dziś ta nazwa przetrwała w angielskim, gdzie na konwalię mówi się *Lily of the Valley*. Wiedza o leczniczych właściwościach tej rośliny była częścią medycyny tradycyjnej. W celu leczenia „kołatania serca” polecał konwalię już w roku 1568 włoski przyrodnik i lekarz przyboczny arcyksięcia Ferdynanda I Pietro Andrea Mattioli (*Matthiolus*). Choć występuje w niemal całej strefie klimatu umiarkowanego, to najwcześniejsze opisy jej stosowania pochodzą z Chin. Konwalię stosowano tam do łagodzenia bólów, objawów padaczki i w chorobach serca. Wiedzę o skuteczności jej działania zdobywano w tych czasach metodą wielowiekowych prób i błędów.

### Siła gładysza

Tak też mówiono kiedyś na konwalię majową. Są w niej bardzo cenne glikozydy nasercowe z grupy glikozydów kardenolidowych: konwalatoksyna, konwalozyd, konwalatoksol i lokundiozyd.

Najwięcej, bo blisko 40 proc. jest konwalatoksyny. To właśnie ten glikozyd oraz lokundiozyd mają najsilniejsze działanie. Ale też są najbardziej trujące. Konwalia, kwiatek, który jest symbolem prostoty, skromności

i dziewczęcości ma dużą moc wykorzystywaną w lekach nasercowych. Nieodłącznymi składnikami ziela konwalii

są też saponiny o podobnych nazwach – konwalaryna

i konwalamaryna. Zespół substancji czynnych uzupełniają kwasy organiczne,

a zwłaszcza fenolokwasy

oraz olejek lotny. Jego główny składnik – farnesol – jest sprawcą charakterystycznego intensywnego i urzekającego wielu zapachu konwalii.

W średniowiecznej Europie wyciągi winne z konwalii były tak cenione, że nazywano je złotą wodą. Służyły między innymi do leczenia stanów zapalnych oczu. Młode Rosjanki nacierały sobie policzki kłaczem konwalii, by były różowe. Ale silne właściwości tej rośliny najlepiej wykorzystuje dopiero współczesna medycyna.

### Krople i nalewki

tylko z apteki

Surowcem leczniczym

z konwalii są kwiaty i ziele

w początkowym stadium kwitnienia. I choć w poradnikach oraz w Internecie można znaleźć wiele rad

dotyczących sporządzania nalewek oraz zalecenia jak

je dawkować, na własną rękę nie należy niczego z konwalii przygotowywać! Preparaty zawierające wyciągi z niej są dostępne w aptekach

w postaci nalewek, mikstur

i kropli. Konwalia występuje samodzielnie lub w mieszankach z innymi ziołami

o uzupełniającym się działaniu, np. w kroplach nasercowych. Zalecane są w początkowych stadiach niewydolności krążenia oraz u tych pacjentów z niewydolnością krążenia pochodzenia sercowego,

którzy powinni stosować glikozydy naparstnicy, ale są na nie uczuleni. Glikozydy konwalii

wzmacniają

siłę skurczu mięśnia sercowego, nie zwalniając częstości jego uderzeń. Od glikozydów naparstnicy

różnią się tym, że nie kumulują się w organizmie i dlatego mogą być stosowane z powodzeniem przez dłuższy czas. Mają też działanie moczopędne, co jest bardzo pożądane w przypadku leczenia chorób układu krążenia, a szczególnie nadciśnienia.

Z konwalia

nie ma żartów

Mówi się, że nawet woda

z wazonika z konwaliami jest trująca. Dlatego tak ważne, dla wykorzystania tej rośliny w leczeniu, stało się wprowadzenie konwalii do oficjalnej medycyny. Oznaczało bowiem m.in. rozpoczęcie sporządzania z jej ziela wyciągów o ściśle określonych parametrach biologicznych. Dzięki temu możliwe stało się precyzyjne dawkowanie zawartych w niej glikozydów nasercowych. To z kolei oznaczało znaczący wzrost bezpieczeństwa ich stosowania. Wiadomo bowiem, że nieumiejętne dawkowanie przetworów konwalii może być przyczyną poważnych zatruć. Ich najczęstsze objawy to nudności, wymioty, biegunka, zawroty i bóle głowy oraz nieprawidłowe widzenie barw. Ale najniebezpieczniejsze są zaburzenia pracy serca, które nieumiejętnie stosowane glikozydy

z konwalii mogą wywołać. Objawiają się obniżeniem częstotliwości tętna, trzepotaniem i migotaniem przedsionków, spadkiem ciśnienia krwi, zapaścią, a nawet zatrzymaniem akcji serca w rozkurczu.

Majowe pola

Dziś ziele konwalii pozyskuje się częściowo z upraw, częściowo z zagospodarowanych stanowisk w lasach. Przyszłością są jednak kontrolowane uprawy, gwarantujące surowce powtarzalnej jakości. Pojawia się więc pola konwaliowe.