

MAGYAR AFRIKA TÁRSASÁG
AFRICAN–HUNGARIAN UNION



AHU MAGYAR AFRIKA–TUDÁS TÁR
AHU HUNGARIAN AFRICA–KNOWLEDGE DATABASE

ANON

Az afrikai szilvafa kérge a prosztatata megbetegedéseire / The African plum tree bark for the prostate disease

Eredeti közlés/Original publication:

Gyógyszer nélkül – A természetes gyógymódok magazinja

Elektronikus újraközlés/Electronic republication:

AHU MAGYAR AFRIKA-TUDÁS TÁR – 000.003.511

Dátum/Date: 2019. április / April

filename: anon_nd_AfrSzilvafa

Az elektronikus újraközlést előkészítette

/The electronic republication prepared by:

B. WALLNER, Erika és/and BIERNACZKY, Szilárd

Hivatkozás erre a dokumentumra/Cite this document

ANON: Az afrikai szilvafa kérge a prosztatata megbetegedéseire / The African plum tree bark for the prostate disease, *AHU MATT*, 2019, **pp. 1–5. old.**, No. 000.003.511, <http://afrikatudastar.hu>

Eredeti forrás megtalálható/The original source is available:

Az interneten / At the Internet

Megjegyzés / Note:

ellenőrzött és szerkesztett szöveg / controlled and edited text

Kulcsszavak/Key words

magyar Afrika-kutatás, az afrikai szilvafa kérge mint természetes gyógyszer a prosztatata megbetegedéseire

African research in Hungary, the African plum tree bark as natural medicine for the prostate disease

AZ ELSŐ MAGYAR, SZABAD FELHASZNÁLÁSÚ, ELEKTRONIKUS,
ÁGAZATI SZAKMAI KÖNYV-, TANULMÁNY-, CIKK- DOKUMEN-
TUM- és ADAT-TÁR/THE FIRST HUNGARIAN FREE ELECTRONIC
SECTORAL PROFESSIONAL DATABASE FOR BOOKS, STUDIES,
COMMUNICATIONS, DOCUMENTS AND INFORMATIONS

* magyar és idegen – angol, francia, német, orosz, spanyol, olasz és szükség szerint más – nyelveken készült publikációk elektronikus könyvtára/
writings in Hungarian and foreign – English, French, German, Russian,
Spanish, Italian and other – languages

* az adattárban elhelyezett tartalmak szabad megközelítésűek, de olvasásuk vagy letöltésük regisztrációhoz kötött/the materials in the database are free but access or downloading are subject to registration

* Az Afrikai Magyar Egyesület non-profit civil szervezet, amely az oktatók, kutatók, diákok és érdeklődők számára hozta létre ezt az elektronikus adattári szolgáltatását, amelynek célja kettős, mindenekelőtt sokoldalú és gazdag anyagú ismeretekkel elősegíteni a magyar afrikanisztikai kutatásokat, illetve ismeret-igényt, másrészt feltárni az afrikai témájú hazai publikációs tevékenységet teljes dimenziójában a kezdetektől máig./The African-Hungarian Union is a non-profit organisation that has created this electronic database for lecturers, researchers, students and for those interested. The purpose of this database is twofold; on the one hand, we want to enrich the research of Hungarian Africa studies with versatile and plentiful information, on the other hand, we are planning to discover Hungarian publications with African themes in its entirety from the beginning until the present day.

Az afrikai szilvafa kérge a prosztatata megbetegedéseire 3

AZ AFRIKAI SZILVAFÁ KÉRGE A PROSZTATA MEGBETEGEDÉSEIRE

ANON

Gyógyszer nélkül – A természetes gyógymódok magazinja



Az afrikai szilva (*Pygeum africana*) őshazája Dél-Afrikában található, de Közép-Afrikában is találkozhatunk vele, elsősorban hegységekben és folyók mentén. Az afrikai szilvafa a rózsafélék családjába tartozó örökzöld növény.

A népgyógyászat a fatörzs kérgét már évszázadok óta alkalmazza gyógyításra. A kéreg főbb hatóanyagai: szterolok, zsírsavak és triterpének. Hatóanyagai miatt az egyik leghatásosabb gyógynövény a prosztatabetegségek és -problémák gyógyításában, kezelésében.

Az afrikai szilvafa egy örökzöld fa, melynek magassága a 35 métert, míg a törzse akár az egyméteres vastagságot is elérheti. A fa levelei elérhetik a 15 centimétert, virágai világosak, krémszínűek, a csonthéjas termés pedig kerek formájú, piros, bíbor vagy vörösesbarna színű, íze kesernyés, fanyar.

Milyen betegségeket gyógyítanak az afrikai szilvafa kérgével és levelével az Afrikában élő emberek? Elsősorban mellkasi fájdalomknál vagy gyulladással megbetegedéseknél alkalmazzák. A kéregben lévő hatóanyagok csökkentik a lázat, így a maláriás betegek gyógyítása során is hasznát veszik.

Használják még vese- és húgyúti megbetegedésekre, illetve prostata-problémák esetén is. A levélből és a kéregből készült forrázatot gyomorhurut esetén fogyasztják.

Az afrikai szilvafa kérgéből és leveléből készült főzet és kivonat rendszeres használata, fogyasztása a ciszták kialakulásának megelőzésében játszik kiemelkedő szerepet.

De alkalmas az éjszakai vizelet megakadályozására és segítséget nyújt a jóindulatú prostata-megnagyobbodás tüneteinek enyhítésében is. Éppen ezért a fitoterápiához értő szakemberek a kéregből készült főzet vagy kivonat fogyasztását a prostata-megnagyobbodásakor kifejezetten javasolni szokták. A kivonat a vérzsír-szintet is eredményesen csökkenti.

Sem a kéregből, sem a levélből készült kivonatok fogyasztását nem szabad túlzásba vinni, hiszen ebben az esetben kellemetlen mellékhatások jelentkezhetnek. Ezek a következők: székrekedés, hasmenés, hányinger és emésztési problémák.

Gyermekeknek, kismamáknak és magas vérnyomásban szenvedőknek pedig tilos az afrikai szilvafa kérgéből vagy leveléből készült bármilyen gyógytermék fogyasztása.

Hogyan készíthetünk a kéregből főzetet, gyógyteát? Főzzön fel két deciliternyi vizet, majd tegyen bele egy teáskanálnyi gyógynövényt. Főzze további 3-4 percig, majd hagyja 15 percig állni a főzetet, ezután szűrje le és ízesítse mézzel. Naponta akár két alkalommal is fogyasztható.