

Eleuterokok kolczysty – alternatywa dla żeń-szenia? Eleuthero – an alternative to ginseng?

Katarzyna Bączek

Katedra Roślin Warzywnych i Leczniczych, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie,
ul. Nowoursynowska 166, 02-787 Warszawa

Słowa kluczowe: *Eleutherococcus senticosus*, surowiec zielarski, eleuterozydy B i E, adaptogeny
Key words: *Eleutherococcus senticosus*, herbal raw material, eleutherosides B and E, adaptogens

Streszczenie

Eleuterokok kolczysty jest krzewem pochodzącym z dalekowschodniej Azji. Organy podziemne (kłącza z korzeniami) tej rośliny pozyskiwane są jako surowiec farmakopealny. Są one bogate w związki glikozydowe, głównie pochodne fenylopropanu, lignany oraz kumaryny, potocznie nazywane są eleuterozydami. Surowiec standaryzowany jest na zawartość sumy eleuterozydów B i E (min. 0,08%). W medycynie ludowej korzenie eleuterokoka wykorzystywane są od ponad 4000 lat. Obecnie są one zalecane jako środek tonizujący w stanach fizycznego i psychicznego wyczerpania organizmu, w chorobach reumatycznych, zaburzeniach snu, pomocniczo w leczeniu cukrzycy, osteoporozy, chorób układu krążenia, a także u osób cierpiących na zaburzenia koncentracji, depresje oraz w profilaktyce nowotworowej.

Summary

Eleuthero is a shrub originating from Far East Asia. Underground organs (rhizomes with roots) are collected from this plant as a pharmacopoeial raw material. They are rich in glycosides, mainly phenylpropanoids, lignans and coumarins, commonly known as eleutherosides. The raw material is standardized for the sum of eleutherosides B and E (min. 0.08%). In folk medicine, Eleuthero roots has been used for over 4,000 years. Nowadays they are recommended as a tonic in the states of physical and mental exhaustion, in rheumatic diseases, sleeping disorders, in the adjunctive treatment of diabetes, osteoporosis, cardiovascular disease, and in patients suffering from concentration disorders, depression, and in cancer prevention.