

# Může mrkev obecná fungovat jako antikoncepce?

Čekáte povídání o příznivém vlivu na oči a trávicí soustavu? Přestože je mrkev těmito účinky vyhlášená, dnes se zaměříme na její další použití. A to budete teprve mrkat!

Text: Kateřina Kadlecová

**M**rkev obecná (*Daucus carota*) patří spolu s mnoha dalšími druhy do půvabné čeledi miříkovitých. Jde o 30-120 cm vysoké graciézní rostliny, které nejčastěji kvetou typickými bílými složenými okolíky. Obsahují aromatické silice a mohou mít zdužnatělý kořen využívaný v kuchyni. Ovšem pozor. Zatímco v regálech supermarketu si mrkev, petržel nebo pastinák těžko s něčím spletete, ve volné přírodě si musíte být opravdu jisti tím, co sbíráte, abyste nezaměnili jedlý druh s jedovatým.

## **KRAJKA KRÁLOVNY ANNY**

Podle anglické legendy prý přijala královna Anna, manželka britského krále Jakuba I. a zdatná krajčářka, výzvu svých přátel, aby vytvořila krajku, která se svou krásou bude podobat kvě-



tině. Při práci se píchla do prstu a krůpěj krve skanula na rozdělanou práci. Proto je jedním z určovacích znaků mrkve obecné tmavý kvítek uprostřed bílých.

Méně romantické úsloví pak říká, že královna má chlupaté nohy. Tato určovací pomůcka je ještě důležitější než tmavý kvítek, který na některých rostlinách nemusíte najít. Stonek mrkve obecné musí být chlupatý. Pokud nemá chloupky, jde o prudce jedovatý bolehlav plamatý.

### PŘÍRODNÍ ANTIKONCEPCE

Tinktura nebo přímo semena mrkve obecné se v Evropě tradičně používala na kontrolu plodnosti, první psané zmínky pocházejí od Hippokrata a jde zřejmě o vůbec první postkoitální antikoncepci. Mimo Evropu je doloženo její antikoncepční použití také v Severní Americe a Indii.

Přestože existuje celá řada odborných studií, které dokládají vliv látek obsažených v mrkvi na reprodukci laboratorních potkanů, o tom, jak k tomu přesně dochází, mají vědci zatím jen mlhavou představu; s největší pravděpodobností působí jako endokrinní disruptory, takže narušují tvorbu a využití vlastních hormonů. Jak se konkrétně projeví, zřejmě ovlivňuje i fáze menstruačního cyklu, protože extrakty z mrkve dokážou jak oddálit ovulaci, takže ke splnutí vajíčka a spermie nedojde, tak zabránit zahnízdění oplozeného vajíčka nebo dokonce vypudit už

zahnízděný zárodek. Opakovaně se také u lidí i potkanů potvrdilo, že v případech, kdy antikoncepčně selžou, alespoň plodu neuškodí a potomci se narodí bez vad. Výsledky dobrovolnických pokusů ze Spojených států uvádějí účinnost okolo 94 %, je ale třeba vzít v potaz, že testovací skupina byla statisticky malá.

### VLIV NA TVORBU SPERMIÍ

Situace kolem účinných látek je ale ještě složitější; podle íránské tradice mrkev obecná podporuje plodnost u mužů. A pozitivní vliv na tvorbu spermií, hladinu testosteronu a stav varlat u samců potkanů íránské vědci skutečně prokázali. Mrkev setou lze tedy využít i opačně – k podpoře početí.

Bylinkáři vyzorovali, že je lepší neuzívat mrkev celý měsíc, aby si na ni tělo nezvyklo a nebylo potřeba dávky zvyšovat. Buď se polyká jedna čajová lžička rozžvýkaných nebo rozdrce-

ných semen, a to jednou denně před ovulací, při ní a ještě tři dny poté, nebo se stejné množství užívá sedm dní po nechráněném milování. V případě tinktury ze semen a květů se užívá třikrát 15-30 kapek v odstupu po osmi hodinách.

I když jsem přesvědčená, že bychom měli zachovávat lidovou moudrost a stavět na jejím poznání, není tento článek návodem, jak se chránit před nechtěným otěhotněním a pokud se rozhodnete mrkev obecnou takto použít, děláte to na vlastní riziko. Nesprávné dávkování může způsobit zdravotní poškození nebo vést k nechtěnému těhotenství. Mrkev obecná není vhodná pro ženy, které vysadily hormonální antikoncepci, pro těhotné a kojící, ani pro ženy, které mají problémy s vylučovacím nebo hormonálním systémem, tento výčet nemusí být úplný. Zde uvedené informace berte prosím jako zajímavosti. ♡

