

Brahmi Bacopa

Brahmi(Bacopa Monniera)-Jedná se o populární indickou ajurvédskou bylinu, známou pod názvem Brahmi. Je též jednou z nejvíce používaných bylin v japonské medicíně.

V obou případech je primárně Brahmi používáno jako nervové tonikum, především k léčbě nespavosti a nervového napětí.

Užívá se k účinnému ovlivnění aktivity mozku. Brahmi je považována za důležitou bylinu, je podobná svými léčivými vlastnostmi jako další bylina nazývaná Gotu kola (pupečník asijský) a léky z obou rostlin jsou užívány podobně.

Používá se jako lék proti astmatu, epilepsii a duševním chorobám. Brahmi revitalizuje nervy a mozkové bunky, podporuje průtok krve mozkem, zlepšuje krátkodobou a dlouhodobou paměť. Zvyšuje inteligenci, působí proti senilitě a stárnutí a tím zmírňuje projevy Alzheimerovy a Parkinsonovy choroby.

Brahmi se doporučuje všem, kdo potřebují zlepšit koncentraci, schopnost učení a znovuvybavování naučené látky - studentům, duševně pracujícím, lidem starším 40 let.

Tonizace nervového systému, zmírnování stresu a navození klidového spánku může být přínosem pro lidi s poruchami koncentrace, postižené mrtvicí a psychicky vyčerpané.

Pěstování - Rostlina vyžaduje větší závlaku - 2*3 týdně. Stanoviště pro tuto rostlinu zvolte polostín.

Použití - Jako běžná, tradiční dávka je doporučováno 5-15 gramů Brahmi denně, ve formě čajového odvaru. První známky zlepšení se začnou projevovat během následujících 4 týdnů nepřetržitého aplikování.