

Zioła mogą być niebezpieczne podczas ciąży

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: środa, 31, lipiec 2019 12:58

Patrycja Grebla-Tarasek

Odsłony: 1019

Lekarze Porozumienia Zielonogórskiego ostrzegają przed niebezpieczeństwami jakie niesie za sobą spożywanie ziół, nawet pozornie nieszkodliwych np. rumianek, w ciąży. Samo zdrowie, bo z natury i bez chemii, no a jeśli nawet nie pomoże, to i nie zaszkodzi. Ilu z nas tak właśnie myśli o ziołach, tych naturalnych lekach, stosowanych przez nasze babcie i prababcie? Owszem, czasem herbatka z lipy lepiej się sprawdzi niż antybiotyk, ale z ziołami - tak jak ze wszystkim - nie należy przesadzać. Zwłaszcza dotyczy to kobiet w ciąży, które powinny je stosować wyjątkowo ostrożnie, albo najlepiej wcale.

Wiele ziół zostało przebadanych pod kątem bezpieczeństwa ciężarnej i płodu. Badania te Wykazały cały szereg zagrożeń. Pamiętajmy jednak, że spora część roślin leczniczych nie została poddana takim badaniom, więc nie wiadomo jak wpływają na organizm ciężarnej. Dlatego należy ich unikać tak samo jak tych, których szkodliwe działanie zostało naukowo potwierdzone.

Niebezpieczeństw ze strony świata roślin dla oczekujących dziecka jest bez liku. Dla przykładu wykazano że imbir, stosowany czasem na początku ciąży jako środek przeciwwymiotny, zwiększa częstość wchłonięcia się zarodka. Wydawałoby się niewinny rumianek, jeśli jest stosowany regularnie, może spowodować wady rozwojowe dziecka. Senes, aloes, kruszyna, rzewień - powodują ryzyko wad genetycznych.

Niebezpieczna może być nawet malina, której liście zwiększają ryzyko krwawienia, a ponadto mogą także być powodem wad rozwojowych dziecka, zwłaszcza wad serca. Tymianek czy rozmaryn mogą nawet doprowadzić do poronienia. Badania nad lukrecją wykazały, że spożywanie jej przez kobiety w ciąży może być przyczyną późniejszych problemów psychicznych dzieci.

Większość ludzi nie ma specjalistycznej wiedzy na temat ziół, a przecież podczas ciąży niebezpieczeństwo jest podwójne, bo dotyczy i matki, i dziecka. Dlatego w takiej sytuacji zawsze trzeba zapytać lekarza, czy nasza „niewinna” herbatka nie będzie szkodliwa,

Źródło: [PZ](#)