

\*Arkadiusz Ciołkowski, Renata Stono-Ciołkowska

## Pomocnicze stosowanie ziół w chorobach trzustki

Gabinet Porad Zielarskich, Pracownia Zielarska w Praszce

---

### SUMMARY

*In the treatment and therapy of pancreatic diseases, next to synthetic drugs or hospital treatment, herbal preparations and dietary recommendations are also found.*

*Herbal therapies can be implemented only after having previously diagnosed the disease, but this does not change the fact that they are used in the treatment of both chronic pancreatitis and convalescence of acute pancreatitis. What's more, encouraged by information in various publications, patients reach for herbal preparations also in such diseases as pancreatic cancer and cystic fibrosis (which for the needs of the article was classified as pancreatic diseases).*

*According to the author's conversations with patients of the Herb Advice Cabinet, herbs and herbal preparations are often and willingly used as primary therapy and supportive therapy for basic pharmacological or hospital treatment. The article presents herbal recipes and selected opinions on the effects of their use, collected on the basis of conversations with patients of the Herb Advice Cabinet in Praszka.*

---

**Keywords:** pancreatic diseases, phytotherapy, herbal preparations

---

### STRESZCZENIE

*W chorobach trzustki obok leków syntetycznych, odpowiedniej diety i leczenia szpitalnego znajdują również zastosowanie preparaty ziołowe.*

*Mogą być one polecane wyłącznie po wcześniejszym zdiagnozowaniu schorzenia przez lekarza, zarówno w przewlekłym zapaleniu trzustki, jak i w okresie rekonwalescencji po ostrym zapaleniu trzustki. Niewydolność enzymatyczna trzustki z zaburzeniami trawienia i wchłaniania towarzyszy też mukowiscydozie, będącej przewlekłą chorobą oskrzelowo-płucną. Jak wynika z rozmów z pacjentami, preparaty ziołowe są chętnie stosowane zarówno w leczeniu podstawowym, jak i wspomagająco do terapii farmakologicznej czy leczenia szpitalnego. W artykule przedstawiono receptury zielarskie oraz wybrane opinie dotyczące efektów ich stosowania zebrane na podstawie rozmów przeprowadzonych z pacjentami Gabinetu Porad Zielarskich w Praszce.*

---

**Słowa kluczowe:** choroby trzustki, fitoterapia, preparaty ziołowe

---

Trzustka jest narządem gruczołowym o wadze 70-100 g i wydłużonym, spłaszczonym, nieregularnym kształcie, zbudowanym z mięszu o charakterze zrazikowym. Wyróżnia się część zewnątrzwydzielniczą, produkującą sok trzustkowy, oraz część wewnątrzwydzielniczą odpowiedzialną za wytwarzanie hormonów (1).

Do enzymów obecnych w soku trawiennym zalicza się m.in.: amylazę trzustkową, elastazę, lipazę trzustkową, fosfolipazę A2, natomiast z substancji dokrewnych (produkowanych przez wyspy trzustkowe) należy wymienić: glukagon, insulinę, proinsulinę, amylinę, somatostatynę oraz polipeptyd trzustkowy (2).

Pacjenci zgłaszali się do Gabinetu Porad Zielarskich w celu konsultacji dotyczących możliwości stosowania ziół w ostrym lub przewlekłym zapaleniu trzustki oraz

mukowiscydozie (dawniej: zwłóknienie torbielowate trzustki) (1).

Mukowiscydoza jest wieloukładową chorobą genetyczną objawiającą się nadprodukcją gęstego i lepkiego śluzu, blokującego m.in. przewody trzustkowe, co prowadzi do zaburzeń odżywiania i nawracającego zapalenia trzustki.

### Opisy przypadków konsultowanych w Gabinetecie Porad Zielarskich

#### Przypadek 1

Do Gabinetu zgłosił się 57-letni pacjent ze zdiagnozowanym przewlekłym zapaleniem trzustki. Wdrożono zalecenia dietetyczne (3) oraz ze względu na częste

występowanie u pacjenta zaparcie – mieszankę ziołową według Ożarowskiego (4):

korzeń goryczki	50 g
ziele glistnika	50 g
korzeń arcydzięgla	25 g
liść senesu	25 g
kwiat nagietka	25 g
kwiat lawendy	25 g.

Zalecony sposób użycia: półtorej łyżki stołowej dokładnie zmieszanych ziół zalać 2 szklankami wrzącej wody, odstawić pod przykryciem na pół godziny i po przedczeniu pić 2/3 szklanki ciepłego naparu na czczo rano i wieczorem.

Ze względu na występujące u pacjenta podwyższone ciśnienie w gałce ocznej (zagrożenie jaskrą) z mieszanki wycofano ziele glistnika (dla którego przeciwwskazaniem jest jaskra). Zastąpiono je ziele macierzanki w ilości 50 g. Po zużyciu porcji ziół pacjent zgłosił się ponownie do Gabinetu. Z powodu występujących w składzie mieszanki składników, których stosowanie przez dłuższy czas nie jest korzystne, mianowicie: liść senesu, zawierający przeczyszczające antrachinony oraz korzeń goryczki, który, jak wynika z naszych obserwacji oraz z relacji pacjentów – długotrwale stosowany (podobnie jak stosowany w zbyt dużych dawkach) – powoduje nudności i podrażnienie błon śluzowych żołądka, zaordynowano mieszankę opracowaną przez autorów w składzie:

korzeń arcydzięgla	50 g
kłącze perzu	50 g
owoc kopru	50 g
owoc anyżu	50 g.

Zalecony sposób użycia: zioła starannie wymieszać. Czubatą łyżkę stołową ziół zalać w termosie pół litrem wrzącej wody, odstawić na 20 minut i po przedczeniu wypić porcjami w ciągu dnia, najlepiej przed głównymi posiłkami.

Pacjent dobrze zareagował na obie mieszanki. Nastąpiła poprawa trawienia, skurcze jelit częściowo ustąpiły lub nie miały takiego nasilenia. Zaparcia występowały jedynie sporadycznie.

### Przypadek 2

Pięćdziesięciosześcioletnia pacjentka zgłosiła się z problemami trawiennymi, związanymi z niedostatecznym wydzielaniem soku trzustkowego. Poszukiwała alternatywy dla stosowanego na własną rękę i dostępnego tylko w aptekach leku bez recepty, preparatu Herbogastrin (Herbapol Pruszków, zawartość alkoholu 55-63%) zawierającego wyciągi płynne z:

koszyczka rumianku	22,5 g
ziela dziurawca	22,5 g
korzenia lukrecji	18 g

liście szalwii	18 g
liście mięty	9 g.

Zalecony sposób użycia: 1 łyżeczkę płynu rozcieńczyć w 1/4 szklanki wody. Pić 2-3 razy dziennie przed posiłkiem.

Ponieważ pacjentka nie wyraziła chęci stosowania naparów ziołowych, wdrożono dostępny w sklepach zielarsko-medycznych i aptekach preparat Gastrobonisol (BONIMED, zawartość alkoholu 50-60%) zawierający:

wyciąg z ziela bylicy	
boże drzewko	30 g
sok z korzenia mniszka	20 g
nalewkę z owocu	
ostropestu plamistego	15 g
sok z ziela krwawnika	15 g
wyciąg z ziela dziurawca	10 g
nalewkę z liści mięty	10 g.

Zalecony sposób użycia: po wstrząśnięciu preparatu 2,5 ml (1 łyżeczkę do herbaty) wlać do kieliszka wody i pić 1-3 razy dziennie w zależności od nasilenia objawów. Preparat w dawce 1,5 ml, 3 razy dziennie zalecany jest również dzieciom powyżej 1. roku życia.

Oba preparaty skutecznie eliminowały u pacjentki wzdęcia, bóle brzucha oraz uporczywe odbijanie.

Ze względu na zawartość alkoholu pacjentka stosowała wymiennie preparaty w naprzemiennych, samodzielnie ustalonych cyklach: 5 dni kuracji/2 dni przerwy przez miesiąc; co drugi dzień przez kolejny miesiąc.

### Przypadek 3

Do Gabinetu zgłosili się rodzice 7-letniego chłopca cierpiącego na zdiagnozowane przez lekarza przewlekłe zapalenie trzustki, spowodowane jej wrodzoną wadą rozwojową. Chłopiec przyjmował preparaty zawierające enzymy trzustkowe, zalecone przez lekarza prowadzącego, co obok suplementacji witaminami i leków o działaniu przeciwbólowym i rozkurczowym stanowi element klasycznego postępowania zachowawczego (5). Chorobie towarzyszyły: bóle brzucha, skurcze jelit, wzdęcia oraz okresowe biegunki, stąd rodzice zwrócili się o poradę dotyczącą możliwości włączenia ziół.

W oparciu o publikacje Ożarowskiego (4) oraz Olechnowicz-Stępień i Lamer-Zarawska (7) zaproponowano naprzemienne stosowanie naparów z pojedynczych surowców:

- kopru włoskiego: płaską łyżkę stołową owoców zalać szklanką wrzącej wody i odstawić pod przykryciem na 20 minut i przedzić. Pić porcjami w ciągu dnia po 1/3 szklanki ciepłego naparu,
- owoców kminku: łyżkę stołową owoców zalać szklanką wrzącej wody, parzyć pod przykryciem

30 minut, przecedzić i pić po 1-3 łyżki naparu w ciągu dnia.

Chłopiec ze względu na smak powyższych naparów odmawiał ich picia, dlatego po konsultacji z dietetykiem zastosowano syrop kminkowy z miodem (6): czubatą łyżkę owoców kminku zmiksować i dokładnie wymieszać (najlepiej zblendować) ze szklanką gorącej wody. Mieszaninę odstawić na 30 minut i przecedzić. Otrzymany płyn połączyć z taką samą ilością miodu. Podawać kilka razy dziennie po łyżeczce preparatu.

Chłopiec dobrze tolerował smak mikstury, która regularnie podawana, po kilku dniach spowodowała widoczne zmniejszenie objawów, choć nie wyeliminowała ich całkowicie. Warto jednak podkreślić, że po odstawieniu mikstury objawy ponownie nasilały się.

#### Przypadek 4

Czterdziestotrzyletnia pacjentka zgłosiła się do Gabinetu z powodu złego samopoczucia oraz obrzęków, które pojawiły się po samodzielnym zastosowaniu mieszanki polecanej przy przewlekłym zapaleniu trzustki przez Górnicką (8).

Autorka zalecała tam łączenie ze sobą dwóch granulatów: Nervogranu oraz Gastrogranu (oba produkcji Herbapolu Pruszków) oraz następujący sposób dawkowania: granulaty wymieszać; stosować 2 razy dziennie po 1 łyżeczce do herbaty, popijając wodą.

Ponieważ mieszanki te nie są obecnie produkowane, pacjentka samodzielnie sporządziła mieszankę ziołową w oparciu o składy granulatów, stosując następujące proporcje surowców:

liść mięty pieprzowej	100 g
liść bobrka	50 g
ziele dziurawca	50 g
nasiona kozieradki	50 g
korzeń kozłka	50 g
ziele krwawnika	50 g
korzeń lubczyka	50 g
korzeń lukrecji	50 g
liść melisy	50 g
koszyczek rumianku	50 g
ziele rzepiku	50 g
liść szalwii	50 g.

Sposób użycia stosowany przez pacjentkę: czubatą łyżkę stołową zmieszanych ziół zalać w termosie szklanką wrzątku i odstawić na 3 godziny. Pić 3 razy dziennie po szklance ciepłego naparu.

Mieszanka ziołowa powinna zawierać również olejek z mięty pieprzowej (wchodzący w skład granulatu Gastrogran), jednak pacjentka zrezygnowała z tego składnika, zwiększając jednocześnie ilość liścia mięty pieprzowej.

W trakcie wywiadu z pacjentką okazało się, że cierpi ona dodatkowo na nadciśnienie tętnicze, a mieszanka stosowana jest od 2 miesięcy.

Z dużym prawdopodobieństwem można więc założyć, że występujące u pacjentki obrzęki związane były z zatrzymaniem sodu (tzw. efekt mineralokortykoidowy) (4).

Objawy ustąpiły po rezygnacji z opisanej powyżej mieszanki, która została zamieniona na mieszankę bonifraterską, opisaną poniżej.

Sporą popularnością wśród klientów sklepów zielarsko-medycznych cieszy się mieszanka zalecana przez oo. Bonifratrów (9) o działaniu rozkurczającym oraz zwiększającym produkcję soku trzustkowego:

ziele macierzanki	100 g
ziele bylicy	
bożego drzewka	100 g
liść mięty pieprzowej	100 g
korzeń arcydzięgla	50 g
koszyczek rumianku	50 g
szyszki chmielu	50 g
kwiat nagietka	50 g
kwiat lawendy	20 g
liść rozmarynu	20 g.

Sposób użycia: dokładnie wymieszać zioła. Jedną łyżeczkę ziół zalać szklanką wrzącej wody, doprowadzić do wrzenia, a następnie odstawić pod przykryciem na 30 minut. Pić przed jedzeniem 3 razy dziennie.

Jak wynika z doświadczeń autorów, mieszanka przygotowana w ten sposób charakteryzuje się bardzo łagodnym (często wręcz niewyczuwalnym dla pacjenta) działaniem. Dlatego też opinie o jej skuteczności wśród pacjentów są bardzo różne i często skrajne. Należy jednak zaznaczyć, że mieszanka posiada bardzo dobrze dobrany skład, a zwiększenie ilości ziół na porcję z 1 łyżeczki na 1 łyżkę stołową znacząco wpływa na skuteczność jej działania.

Ponadto autorzy rozmawiali z osobami, które stosowały ww. mieszankę ziołową według zaleceń producenta w problemach trawiennych, związanych z ogólnymi zaburzeniami wydzielniczymi, i były one zadowolone z jej działania.

#### Przypadek 5

Żona 72-letniego pacjenta (niepijący alkoholik, aktywny uczestnik klubu AA) cierpiącego na zdiagnozowane poalkoholowe zapalenie trzustki oraz wątroby zgłosiła się do Gabinetu zainteresowana zastosowaniem ziół szwedzkich, według przepisu austriackiej zielarki Marii Treben (10). Autorka wśród licznych zaleceń dla tej mieszanki wymienia również dolegliwości trawienne związane z niedoborami enzymów

trzustkowych oraz przewlekłe stany zapalne trzustki.

Skład mieszanki:

ziele piołunu	10 g
korzeń arcydzięgla	10 g
kamfora	10 g
korzeń kurkumy	10 g
manna	10 g
korzeń rabarbaru	10 g
liść senesu	10 g
teriak	10 g
korzeń dziewięcisiłu	5 g
mirra	5 g
szafran	0,2 g.

Sposób przygotowania według Treben: zioła zalać 1,5 litra 38-40% żytniówki lub dobrej wódki owocowej w 2-litrowej butelce z szeroką szyjką i pozostawić na 14 dni w ciepłym miejscu, codziennie wstrząsając, również przed przecedzeniem części do małej butelki (przechowywać dobrze zamkniętą w chłodnym miejscu) i przed użyciem. Pozostała część ziół zalanych wódką może być przechowywana przez dowolny okres, nawet przez wiele lat – im dłużej stoi, tym jest skuteczniejsza.

Uwagi: w sklepach zielarskich dostępna jest gotowa mieszanka o powyższych proporcjach (Bitterer Schwedentropfen) do samodzielnego sporządzenia nalewki.

Pod pojęciem „teriak” należy rozumieć zmieloną mieszankę cynamonu, kurkumy, kardamonu, mirry oraz korzeni arcydzięgla, kozłka (waleriany) i pluskwicy (11).

Kuracja została odradzona, bowiem pomimo zapewnień autorki o bezpieczeństwie stosowania nalewki z ziół szwedzkich należy pamiętać, że w przypadku przewlekłego zapalenia trzustki, spowodowanego nadużywaniem alkoholu, zawsze należy konsultować z lekarzem prowadzącym wprowadzanie jakichkolwiek terapii na bazie preparatów zawierających alkohol. Może się to przyczynić m.in. do nasilenia zmian degeneracyjnych, a stosowanie preparatów na bazie alkoholu (nie tylko ziół szwedzkich, ale również np. kropli żołądkowych, walerianowych) u osób cierpiących na chorobę alkoholową zwiększa ryzyko powrotu do nałogu.

W związku z powyższym kobieta zrezygnowała z przeprowadzenia u męża kuracji przy użyciu ziół szwedzkich i zdecydowała się na kurację na bazie opisaną już wcześniej mieszanki ojców Bonifratrów, przy zachowaniu polecanej przez nich proporcji. Kuracja przyniosła umiarkowane efekty (niewielka poprawa trawienia, nie ustąpiły bóle brzucha, a dalsze badania diagnostyczne wykazały u pacjenta wrzody dwunastnicy oraz marskość wątroby).

Uwaga: zalecenie dotyczące rezygnacji z preparatów zawierających alkohol obejmuje również inne preparaty zwyczajowo stosowane przez pacjentów z problemami trawiennymi wynikającymi z zaburzeń wydzielniczych trzustki; m.in.:

- Guttae stomachicae (Hasco-lek), na bazie m.in.: korzenia kozłka, liścia mięty pieprzowej i ziela dziurawca, Gastrobonisol (BONIMED), opisany we wcześniejszej części artykułu,
- krople żołądkowe z papaweryną (Fortestomachicae, HERBAPOL Kraków), Artecholin N (Phytopharm Kłęka) na bazie m.in. ziela bylicy boże drzewko, owocu ostropestu plamistego oraz liścia mięty pieprzowej.

Należy pamiętać, że przy braku przeciwwskazań wymienione preparaty cechują się dużą skutecznością w łagodzeniu dolegliwości trawiennych nie tylko związanych z zaburzeniami pracy trzustki, ale również w zaburzeniach wydzielania żółci oraz soku żołądkowego.

#### Przypadek 6

Córka 44-letniego pacjenta po epizodzie ostrego zapalenia trzustki zgłosiła się do Gabinetu z prośbą o przygotowanie zestawu ziół dla jej ojca przebywającego w szpitalu. Ponieważ u pacjenta nie było już stosowane żywienie za pomocą zgłębnika, zapisana została (z zaznaczeniem obowiązkowego uzyskania zgody na jej wprowadzenie przez lekarza prowadzącego) mieszanka działająca ściągająco, przeciwzapalnie i rozkurczowo, oparta na zaleceniach dietetycznych Ciborowskiej i Rudnickiej (3):

kwiat rumianku	100 g
herbata czarna	50 g.

Sposób użycia: czubatą łyżeczkę suszu zalać szklanką wrzątku, odstawić pod przykryciem na 15 min i przecedzić. Podawać porcjami (2-3 łyżki) w ciągu dnia, letnie, ale nie gorące.

Mieszanka została wprowadzona do diety chorego za zgodą lekarza prowadzącego z pozytywnym efektem częściowego złagodzenia dolegliwości bólowych.

#### Przypadek 7

Do Gabinetu zgłosiła się mama 12-letniej dziewczynki po przebytych epizodzie ostrego zapalenia trzustki o nieustalonej przyczynie, co jest częste u dzieci i stanowi nawet 40% ogółu przypadków (5). Dziewczynka zakończyła hospitalizację, nadal uskarżała się jednak na dolegliwości ze strony układu pokarmowego (silne skurcze jelit, ciągłe wzdęcia).

Wdrożono pojedyncze surowce zielarskie (owoc kopru ogrodowego, owoc kminku) opisane we wcześniejszej części artykułu. Nastąpiło zmniejszenie natężenia

objawów (szczególnie skurczów jelitowych), które po kilku tygodniach całkowicie ustąpiły.

### Podsumowanie

W przypadku zdiagnozowania przez lekarza chorób trzustki pacjenci chętnie sięgają po preparaty ziołowe, poszukując takich rozwiązań nawet w przypadkach, w których fitoterapia nie znajduje zastosowania (rak trzustki).

Preparaty ziołowe, jak wynika z doświadczeń autorów, są szczególnie przydatne i skuteczne w terapiach przewlekłego zapalenia trzustki. W tym przypadku

zastosowanie znajdują surowce o działaniu rozkurczowym, przeciwzapalnym oraz poprawiającym czynności wydzielnicze trzustki (4).

Preparaty ziołowe znajdują również zastosowanie w terapii ostrego zapalenia trzustki, gdzie wykorzystuje się ich działanie przeciwzapalne, dzięki czemu są doskonałym uzupełnieniem terapii w okresie przechodzenia na odżywianie doustne (3).

Duże znaczenie ma fakt, że odpowiednio dobrane dawki preparatów ziołowych pozwalają na ich stosowanie zarówno u dorosłych (w tym osób starszych), jak i u dzieci (7).

### Piśmiennictwo

1. Gomułka W, Rewerski W (red.): Encyklopedia zdrowia. Tom I. Wyd. Nauk PWN, Warszawa 1997.
2. Poprzęcki W. Ziołolecznictwo. Wyd. Spółdzielnia Pracy Dziennikarzy, Warszawa 1989.
3. Ciborowska H, Rudnicka A. Dietetyka – żywienie zdrowego i chorego człowieka. Wyd. Lek PZWL, Warszawa 2010.
4. Ożarowski A. Ziołolecznictwo – Poradnik dla lekarzy. Wyd. PZWL, Warszawa 1982.
5. Stawarski A. Diagnostyka i leczenie ostrego zapalenia trzustki u dzieci. Nowa Pediatria 2002; 3:163-7.
6. Ożarowski A, Jaroniewski W. Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Wyd. IWZZ, Warszawa 1989.
7. Olechnowicz-Stępień W, Lamer-Zarawska E. Rośliny lecznicze stosowane u dzieci. Wyd. PZWL, Warszawa 1992.
8. Górnicka J. Apteka natury. Wyd. Agencja wyd. MOREX, Warszawa 1988.
9. Książkiewicz T. Ziołolecznictwo Ojców Bonifratrów. Oficyna Wyd. RYTM, Warszawa 2000; 36.
10. Treben M. Apteka Pana Boga. Wyd. Ex Libris, Warszawa 2013.
11. Stawarski A. Diagnostyka i leczenie przewlekłego zapalenia trzustki u dzieci. Nowa Pediatria 2002; 3:168-73.

### Konflikt interesów

#### Conflict of interest

Brak konfliktu interesów

None

otrzymano/received: 21.09.2022

zaakceptowano/accepted: 01.10.2022

Adres/address:  
\*mgr Arkadiusz Ciołkowski  
Gabinet Porad Zielarskich  
ul. Kopernika 6, 46-320 Praszka  
tel.: 697 110 620

e-mail: zielarzpolskipraszka@gmail.com