

# Slatki pelin - ljekovita biljka iz Božje samoposluge

---

**Drvodelić, Damir**

*Source / Izvornik:* **Gospodarski list, 2022, 6, 68 - 69**

**Journal article, Published version**

**Rad u časopisu, Objavljeni verzija rada (izdavačev PDF)**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:108:006914>

*Rights / Prava:* [In copyright](#) / Zaštićeno autorskim pravom.

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-04-26**



*Repository / Repozitorij:*

[University of Zagreb Faculty of Forestry and Wood Technology](#)



# Slatki pelin – ljekovita biljka iz Božje samoposluge

Pelini pripadaju u jedne od najstarijih, najviše cijenjenih i upotrebljavanih ljekovitih biljaka. U svijetu raste oko 480 vrsta pelina dok ih je na našem području moguće pronaći tek 15 vrsta. *Artemisia annua L.*, slatki ili jednogodišnji pelin, aromatična biljka azijskog i istočnoeuropskog podrijetla naturalizirana je u cijelom svijetu i smatra se kao lijek protiv žučnih, želučanih i jetrenih tegoba.

Iz slatkog pelina se izolira aktivna tvar artemizinin koji se koristi za liječenje malarije u Africi i Latinskoj Americi te pokazuje aktivno djelovanje protiv parazita i virusnih infekcija. Danas je znanstveno dokazano da je učinkovit i u borbi protiv raka. Treba naglasiti da artemizinin ima antibakterijsko, antigelativno i antivirusno djelovanje i da uništava širok spektar parazita koji žive u organizmu pa se ujedno može koristiti i preventivno.

Slatki pelin se može uzgajati kao ukrašna, aromatična i ljekovita biljka u kamenjarama ili alpinetumima, vertikalnim zidovima, krovnim vrtovima i različitim posudama ili žardinjerama.



## Ljekovitost i uporaba

Poznato je kako je slatki pelin učinkovit i u liječenju želučanih i probavnih problema, temperature, žutice, psorijaze,



gubitka apetita, poremećaja krvnih žila, zatvora, problema sa žučnom nadutošću, bolnih menstruacija, boli u zglobovima (reumatizam), kao i kod raznih autoimunih poremećaja. Znanstveno je utvrđeno kako je slatki pelin koristan kod tegoba i poremećaja kao što su anoreksija, nesonica, bolovi u trbuhi i Chronova bolest. Slatki pelin se ponekad primjenjuje izravno na kožu zbog bakterijskih i gljivičnih infekcija, artritsa i drugih bolova u zglobovima, modrica, bolova u živcima i uguruća. U tijeku su brojna znanstvena istraživanja na temu učinkovitosti djelovanja slatkog pelina u liječenju koronavirusa.

Alkoholna pića od slatkog pelina u povijesti se nisu pripremala zbog njegove izuzetne gorčine. Osušene grančice slatkoga pelina mogu se staviti u vjenac i poslužiti kao prirodni osvježivač zraka u prostorijama. Eterično ulje pelina sadrži široki spektar bioaktivnih kemijskih spojeva koji imaju široku primjenu u prehrabrenoj i kemijskoj industriji, medicini i dr.

Gorčina slatkog pelina veća je od gorkog pelina pa se od njega ne može izraditi domaći pelinkovac ili absint.

Tijekom višegodišnje prakse u izradi likera autor članka osmislio je recept za domaći liker od gorkog pelina, ali s manje izraženom gorčinom, koja se dobije stavljanjem manje grančica, i unutar boce stavi se jedna grančica slatkog pelina duljine do maksimalno 20 cm, koja će vremenom ispuštit svoju gorčinu i tako poboljšavati boju, miris, okus i kvalitetu likera, a ujedno će poslužiti kao dekoracija u boci.

Na taj način uspješno su spojene ove dvije vrste pelina u jednu lijepu gastronomsku priču i iznenadenje za mnoge,

budući da je liker od čistog slatkog pelina previše gorak za piće. Autor je osmislio i kvalitetni i vrlo ljekoviti liker od lišća oraha (orahovac) sa slatkim pelinom te liker od slatkog pelina i koprive za jačanje imuniteta.

**Boja likera od gorkog pelina s grančicom slatkog pelina duljine oko 20 cm kojim se poboljšava boja, miris, okus i kvalitetu likera a ujedno služi kao dekoracija u boci**



Idealna boja domaćeg orahovca sa slatkim pelinom



Boja likera od slatkog pelina i koprive za jačanje imuniteta

Slatki pelin nije zamjena za medicinske lijekove već dopuna liječenju. Proizvodi slatkog pelina su 100% prirodni. Slatki pelin nema kontraindikacije, što znači kako se može koristiti u svim oblicima praktično u neograničenim količinama i praktično neograničeno dugo. Ipak je poželjno povremeno napraviti pauzu. Za intenzivno liječenje potrebno je 2 mg artemizinina iz slatkog pelina na kilogram tjelesne težine. Tijelo artemizininu jako brzo potroši i gotovo je neophodno tijekom dana unositi dodatne količine u različitim oblicima. Količina artemizinina se svakih 40 minuta prepolovi što znači da dva sata nakon konzumiranja u tijelu nema više korisnih sastojaka slatkog pelina. Intenzivno liječenje traje 10 tijedana. Od slatkog pelina mogu se napraviti mnogi ljekoviti proizvodi poput: kapsula, čaja od suhog lišća, cvjetova ili cvjetnog praha kao dodatka hrani, alkoholne tinkture, uljnog macerata, hidrolata, eteričnog ulja, čistog esencijalnog ulja i melema.



Čuvanje suhog lišća u hermetički zatvorenoj staklenoj posudi s brtvom (desno) i boja čaja od sušenog lišća (dole) slatkog pelina (lijevo)

## Eterično ulje od pelina

Najveći broj rijetkih plantažera slatkog pelina u Hrvatskoj i susjednim zemljama ima ekološku proizvodnju i destileriju s ciljem primarne proizvodnje eteričnog ulja slatkog pelina zbog njegove cijene i najbolje iskoristivosti. Najveća koncentracija artemizinina nalazi se u listovima

neposredno pred cvjetanje. Tada se lišće žanje srpom ili strojno, i od njega se radi eterično ulje. Prije žetve u plantaži, treba prekinuti s navodnjavanjem barem tjedan dana kako se sadržaj artemizinina ne bi smanjio. Kasnija žetva daje slabe rezultate s obzirom da sadržaj artemizinina i eteričnog ulja padaju. Vegetacijsko razdoblje slatkog pelina od sjemenke do žetve iznosi od 190 do 240 dana, ovisno o klimi i nadmorskoj visini proizvodne površine ili plantaže. Prinosi suhog lišća slatkog pelina u plantažama variraju u rasponu od 0,5 do 3,0 t/ha. Danas se na tržištu može pronaći i uljni macerat slatkog pelina u 100% hladno prešanom ulju crnog kima (*Nigella sativa L.*). Suha tvar predstavlja 20% volumnog udjela macerata, 1:5 volumnih udjela. Navedeni macerat pomaže kod karcinoma, tegoba s plućima i probavnim sustavom. Postoji i čisto esencijalno ulje, 100% prirodni parni destilat, sa staklenom pipetom koja se koristi u terapijskom liječenju. Eterično ulje je namijenjeno inhaliranju. Tinktura sadrži najveću koncentraciju korisnih sastojaka. U novije vrijeme na tržištu se može pronaći tinktura kao preventiva i za liječenje mnogih bolesti, te za zdravlje cijelog organizma. Radi se o kapima za oralnu uporabu kako bi najdjelotvornije i najbrže ušle u organizam. Tinktura je sastavljena od slatkog pelina, crnog kima, CBD (kanabidiola), željeza i ozona.



Veći dio od ukupnog sastava alkoholne koncentrirane tinkture sa slatkim pelinom u kombinaciji više od 60 vrsta drugih domaćih i stranih ljekovitih biljaka od dijelova korijena, lišća, cvjetova, plodova i sjemenki

Godine istraživanja djelovanja slatkog pelina u sinergiji s ostalim ljekovitim biljkama s ciljem dobivanja jedinstvene, snažne i djelotvorne esencije ili alkoholne tinkture za postizanje dobrog imuniteta, za opće zdravlje, dovele su autora do recepture za ljekovitu alkoholnu tinkturu pod nazivom „Zdravlje“. Tinktura je koncentracija ekstrakata slatkog pelina u kombinaciji više od 60 vrsta drugih domaćih i stranih ljekovitih biljaka od dijelova korijena, lišća, cvjetova, plodova i sjemenki. Služi za jačanje imuniteta, kao preventiva i liječenje svih bolesti, uključujući one zločudne.

izv. prof. dr. sc. Damir Drvodelić

## NOVA KNJIGA

U knjizi pod naslovom „Slatki pelin (*Artemisia annua L.*) i ostali pelini: važnost, uzgoj i uporaba“ prikazana je važnost pelina u prošlim i sadašnjim vremenima. Posebno poglavje govori o značajkama slatkog pelina, narodnim imenima, te kako razlikovati slatki pelin od gorskog. Knjiga obuhvaća uzgoj slatkog pelina od sjetve, presadnje do sadnje pri čemu se istražuje rasadnička klijavost i proizvodnja klijanaca te pikiranje klijanaca za uzgoj sadnica za sadnju u vrtove ili plantaže. Važno poglavje odnosi se na žetu i sušenje slatkog pelina. Piše se i o autovgetativnom razmnožavanju slatkog pelina te zakorjenjivanju zeljastim reznicama. Knjiga obrađuje različite načine uzgoja slatkog pelina u kamenjarama, vertikalnim zidovima, krovnim vrtovima i posudama. Vrlo je važno poglavje o uporabi poznatijeg gorskog i manje poznatog slatkog pelina. Autor knjige prikazuje svoje originalne recepte za izradu domaćeg likera od gorskog pelina iapsinta pri čemu se posebno ističe pozitivno djelovanje artemizinina na ljudsko zdravlje. Prikazani su recepti za izradu kapsula, čaja, cvjetova, tinktura, eteričnog ulja, melema, likera od slatkog pelina i koprive za jačanje imuniteta, domaćeg orahovca sa slatkim pelinom i tinkture od slatkog pelina i ostalih ljekovitih biljaka za dobar imunitet, zdravlje te preventivu i liječenje mnogih bolesti uključujući i pandemijsku bolest koronavirusa COVID-19. Zanimljivo je poglavje o protuupalnim, antikancerogenim, antivirusnim, hepatoprotективnim i ostalim svojstvima slatkog pelina. Knjigu po cijeni 150 kn + PDV može se naručiti na Zavodu za ekologiju i ugađanje šuma Fakulteta šumarstva i drvene tehnologije na mail tajnice Zavoda Darije Galić [dgalic@sumfak.hr](mailto:dgalic@sumfak.hr) ili na broj tel: 099 2182 915

