

Vrste roda rabarbare: *Rheum officinale* Baill — *Rheum palmatum* L. — *Rheum palmatum* L. var. *tanguticum* Maxim. — *Rheum rhaponticum* L. i druge vrste koje se upotrebljavaju za liječenje, kao vrlo ukusno povrće i kao biljke za ukras.

Narodni nazivi: rabarbar — raved — ravent — rapontik — reobarbar — reventa — ruved.

{rokbox title=|Rabarbara| }images/stories/ljekovitobilje/123-rabarbara.jpg{/rokbox}

Opis biljke: pod "pravom" rabarbarom, od koje potječe droga u službenoj upotrebi, tj. podanak s korijenjem (*Rhizoma Rhei*), podrazumijeva se čitav niz vrsta rabarbare s malom botaničkom razlikom, ali s istim ljekovitim djelovanjem.

{rokbox title=|Rabarbara| }images/stories/ljekovitobilje/123-rabarbara2.jpg{/rokbox}

Općeniti opis zajedničkih svojstava: iz trajnog, mesnatog podanka izbijaju vrlo veliki krpasti listovi na mesnatoj peteljci. Između listova izdiže se šuplja stabljika s velikim, bijelim i vrlo razgranjenim cvatovima.

Miris i okus: podanak rabarbare ima odvratn, gorak i trpak okus i svojstven, gotovo odvratn miris.

Miris i okus podanka od vrste *Rheum rhaponticum* L. tj. *Radix Rhei Rhapontici* ili *Radix Rhei austriaca* znatno su slabiji. Od te vrste upotrebljavaju se i mesnate peteljke listova kao vrlo ukusno povrće koje nema neugodan miris, a okusa je ugodna i kiselkasta.

Vrijeme cvatnje: lipanj.

Stanište: "prave" vrste rabarbare, u koje se ubrajaju *Rheum officinale* Baill., *Rheum palmatum* L. i njezina odlika var. *tanguticum*, potječu prvobitno iz visokih predjela Azije i Sibirije. Još je starokineska medicina prije 5000 godina nazvala rabarbaru ta huang, kako se ona i danas zove u Kini, a bila je vrlo cijenjena ljekovita biljka. Te vrste rabarbare pojavile su se dijelom u Evropi, a i u SSSR-u u području Crnog mora. Podanak se tamo zvao "ra", a pošto su ga "barbari" donijeli u Rim, nastalo je otuda ime rabarbara. Tu i tamo se te vrste rabarbare sade u srednjoj Evropi i u vrtovima. Jedna ovim vrstama slična vrsta rabarbare je prvotno u južnoj Rusiji i u Sibiriji udomaćena, a to je *Rheum rhaponticum* L., koja se dosta sadi u Francuskoj, Njemačkoj, Austriji i Mađarskoj. Ona djeluje kao i ostale vrste rabarbare, samo znatno slabije ali je mnogo prikladnija za uzgoj u klimatskom području srednje Evrope. Obje vrste rabarbare ne podnose neposredno gnojenje, jer im se izravnim gnojenjem pogoršava kvalitet.

Sadnice rabarbare presađuju se svake druge godine u dobru vrtnu zemlju, koja je godinu dana prije toga dobro pognojena potpuno zrelim stajskim gnojem.

Ljekoviti dijelovi biljke: u službenoj je upotrebi podanak rabarbare (*Rhizoma Rhei*) i to ili u cijelim komadima ili pripravljen kao prah. Droga većinom potječe iz Kine, gdje se sabire u vrijeme cvatnje od divlje rastućih biljaka.

Ljekovite i djelotvorne tvari: korijen rabarbare sadrži razne antrahinonske derivate, koji postoje u obliku lako razgradivih spojeva sa šećerom. Osim toga, nalazi se tanin koji je također vezan

na tvari slične šećeru, te škrob (16 %!), oksalna kiselina, krizofanska kiselina, emodin i vitamin C. Pretpostavlja se da sadrži i ostale vitamine, ali do sada nisu još dokazani.

Ljekovito djelovanje: sastav ljekovitih tvari pokazuje da podanak rabarbare djeluje u dva smjera i to: prema uzimanim količinama ili djeluje na pospješene stolice ili na zatvaranje. U većoj količini, ako se uzme 1 čajna žlica sitno izrezanog ili u prah stučenog podanka na 1 šalicu vode kao dnevnu količinu, djeluje podanak kao lagano sredstvo za otvaranje. Uzme li se, naprotiv, samo 1/4 navedene količine, tj. 1 čajna žlica na 4 šalice vode i od toga samo 1 šalica kao dnevna količina, podanak djeluje na zatvaranje.

Prvi način upotrebe će se poduzeti kod začepljenja ili kod opće tromosti crijeva, dok će se za drugi način upotrebe odlučiti kad se javi proljev: kod katara želuca i crijeva. Blagi i bez nadražaja način djelovanja čini podanak rabarbare naročito prikladnim za primjenu kod djece ili slabijih osoba. Za dulju upotrebu podanak rabarbare nije prikladan, jer kroz naglašavanje jednog ili drugog ljekovitog učinka može nastupiti ili suprotno od željenog uspjeha liječenja ili nepovoljne popratne pojave. U tom slučaju bit će prikladna promjena s odgovarajućim drugim ljekovitim biljkama.

Žene u drugom stanju ne trebaju upotrebljavati podanak rabarbare, ni na jedan navedeni način, a isto tako i majke koje doje ne trebaju uzimati rabarbaru ni u kom obliku, jer majčino mlijeko može kod dojenčadi uzrokovati proljev. Postoje osobe koje prema rabarbari imaju izrazitu nenaklonost (idiosinkrazija), pa takve osobe trebaju rabarbaru u svakom obliku izbjegavati. Sok od rabarbare ima još jedno nepoznato svojstvo koje štiti zube. Osobe s vrlo osjetljivom ili vrlo tankom zubnom caklinom, trebaju uzimati sok od rabarbare, a izbjegavati druge voćne sokove zbog voćne kiseline.

Primjena u pučkoj medicini: pučka medicina primjenjuje onu vrstu rabarbare, kod koje se više upotrebljava mesnata lisna peteljka, a manje podanak. Crvenkasto-zelene mesnate lisne peteljke velikih listova mogu se dva puta sabirati i to prvi puta između početka lipnja i sredine srpnja, a drugi puta u rujnu, ponekad čak i u prvoj polovini mjeseca listopada. Kiselkasti okus mesnatih peteljki listova uzrokuje oksalna kiselina, koja se u peteljka nalazi u podnošljivoj količini. Sami listovi, međutim, sadrže znatno veće količine oksalne kiseline, te se ne smiju upotrebljavati ni za pripremu kompota, ni za pripremu kao povrće. Prevelike količine oksalne kiseline bit će u crijevima usisane te će zajedno s kalcijem stvoriti netopiv kalcijev oksalat. Posljedica toga su krvarenje bubrega i druga ozbiljna oboljenja tijela. U peteljka sadržana oksalna kiselina djeluje lagano na otvaranje, odnosno, pospješuje stolicu, nadalje lagano na izlučivanje mokraće tako da se vrlo preporučaju svi razni načini pripreme lisnih peteljki od vrste *Rheum rhaponticum*. Kod tromosti crijeva, koja se rado pojavljuje kod duže bolesti, treba često uzimati kompot, marmeladu ili sok od rabarbare.

Kod bolesti s povišenom tjelesnom toplinom, uzima se sok od rabarbare, jer on naročito djeluje na gašenje žeđi.

Kompot od rabarbare, pomiješan s medom, jača rekonvalescente. Blago djelovanje lisnih peteljki rabarbare očituje se u boljem izlučivanju mokraće.

Primjena u liječenju životinja: u veterinarskoj medicini rabarbara se upotrebljava kod tromosti crijeva.



Ovdje može biti Vaša reklama