

# Catuaba

## **přírodní afrodisiakum**

Jedná se o tropickou rostlinu *Erythroxylum Catuaba*, středně vysoký listnatý strom se silným, provazovitým kmenem a krásnými žlutými květy. Roste na severovýchodě Brazílie. Jeho vnitřní kůra se tradičně konzumuje ve formě čaje.

Současná brazilská fyto medicína považuje catuabu za významný stimulant centrálního nervového systému s afrodisiakálními účinky, které působí nejen na muže, ale i na ženy. První účinky se dostavují při pravidelné konzumaci 3-4 šálek čaje. Podstatné však je, že se ani při dlouhodobém užívání catuaby neprokázaly žádné vedlejší účinky.

### **Použití - účinky:**

- léčba impotence
- léčba nespavosti, ztráty paměti a dalších psychických poruch
- nedávno byly objeveny také významné antibakteriální a antivirové účinky catuaby, které jsou předmětem dalšího vědeckého zkoumání (např. u infekce *Escherichia coli* a viru HIV)
- obsahuje velké množství minerálů, především magnézium, kalium a calcium

### **Příprava:**

- Dávkování - 1 polévková lžice na litr vody
- Čaj se nasype do vroucí vody a nechá 5 minut povařit a poté 15 minut louhovat. K louhování použijte skleněnou, keramickou nebo porcelánovou nádobu - nedávejte do hliníkových nádob.
- Doporučená denní dávka je 3-4 šálky čaje.
- Catuaba se připravuje stejným způsobem jako další jihoamerická léčivá rostlina Lapacho, je proto možné Catuabu připravovat i v kombinaci s Lapachem.