



Čas podzimu, čas sklizně a zpracování úrody

Konopí je využitelné od semínka až po kořeny. V těchto dnech rostliny dozrávají a tak se pojdme podívat, jak s nimi nejlépe naložit, abyste nakonec měli k dispozici zdravý a dobrý materiál použitelný nejen k uzdravování.

text: MUDr. Jana Budařová foto: archiv autorky, Shutterstock.com

Ve chvíli, kdy se začíná zkracovat den, rostlina konopí se pomalu začne připravovat na svoji reprodukční fázi. Nejdříve ukazují své květy samečci, poupata vypadají jako malé bobulky v rozvětveních stonku a postupně se zvětšují, je tedy pár dní čas rostlinku sklídit, než se kvítka otevrou a do širokého okolí (až 2 km) se z nich vysype žlutý pyl. Tuto fázi máme všichni jistě úspěšně za sebou. Samečky sklízíme tak, že ze stonku obereme všechnu zelenou hmotu a usušíme na suchém, tep-

lém nebo dobře větraném místě (síta nad kamny, plátna ve stodole...). Rostlinu nebo její jednotlivé větve můžeme také zavěsit a stonky obrát až po usušení. Materiál pak podrtime do sklenic a máme k dispozici „čajovou“ směs, o jejímž využití si ještě napíšeme později.

Samečky nakvétají asi o dva týdny později a jejich květy vypadají nejdříve jako řídké bílé chloupky, které se postupně množí a zahušťují v chlupaté paličky. U jednotlivých odrůd i rostlin se liší ten čas, kdy za-

čínají kvést a liší se také délka doby, než je rostlina úplně zralá. V přirozeném prostředí se zralostí myslí dokončené, reprodukceschopné, opylené květenství, tedy semínka.

V našem případě se zralostí myslí optimální složení konopné pryskyřice, která se v průběhu zrání tvoří hojně na povrchu květových „palic“.

Správný okamžik sklizně lze orientačně poznat podle vzhledu květových chloupků, které jsou ze začátku bílé a postupně rezavějí a sesychají. Ve chvíli,

kdy je asi 60 % chloupků na vrchních palicích takto změněno, je vhodné rostlinu sklídit.

V konopné pryskyřici probíhá během zrání, sušení i zpracování několik důležitých chemických procesů, které ovlivňují výsledné složení a tedy i účinek produktu. Jedním je proces, kdy z kanabidiolu (CBD) vzniká tetrahydrokanabidiol (THC) a později, pokud už rostlina přezrává, THC postupně degraduje na kanabinol (CBN), který už není k léčbě tolik vhodný.

Nejlépe bude když úrodu postupně s láskou zpracujete a využijete pro sebe a pro ty, kterým uleví od mnohých nepříjemností.

Poměr těchto hlavních léčebných látek je tedy dán jednak genetickou odrůdou a pak správným časem sklizně.

Dalším procesem je tzv. dekarboxylace. THC a CBD se ve zrající rostlině nacházejí ve formě karboxylových kyselin (tetrahydrokanabinolová – THCA a kanabidiolová – CBDA), které mají v lidském organismu trochu jiné účinnky, než samotné THC a CBD.

Pokud při sklizni sníte čerstvou paličku, psychedelický účinek bude méně výrazný, než když stejnou velkou paličku necháte schnout nebo si ji tepelně upravíte. Dekarboxylace se při správném skladování děje přirozeně a samovolně cca do 3 měsíců po sklizni. Nebo se tento proces děje při zahřívání materiálu na asi 108 °C. Ve své praxi jsem nejdříve slyšela, že na dekarboxylaci stačí 10 minut času, později jsem se od svých zahraničních kolegů dozvěděla, že na přeměnu veškerého CBDA v materiálu mohou být potřeba i 3 hodiny času, u THCA o trochu méně.

Před sklizní a při ní

V průběhu zrání můžete rostlině pomoci tím, že postupně obíráte (odlamujete, stříháte) největší listy, tak aby se sluneční paprsky dostaly ke všem částem rostlinky, rostlinka bude také méně náchylná na plíseň. V podzimním vlhku na některých listech a květech můžete objevit šedohnědé chlupaté části, takové vždy včas ustříhnete, aby se plíseň nešířila dál.

Čas samotné sklizně přizpůsobte těmto faktům: lépe za sucha než za vlhka, lépe brzy ráno, než večer, lépe při úplňku než při novoluní. Pokud je vaše rostlinka menšího vzrůstu, nebo máte dostatečně vysoký strop ve stodole, můžete ji ze země vytrhnout celou i s kořenem, oklepat hlínu a zavěsit ji květy dolů na suchém a dobře větraném místě. V případě, že jste vypěstovali velké keře nebo stromy, je vhod-



nější sušit jednotlivé větve samostatně. Při sklizni můžete rovnou provést oddělení větších a středních lístků od květových palic, mohou tak lépe prosychat. Nebo můžete větší listy obrátit až po usušení, budou tak chránit květy před prachem a mechanickým poškozením. Tento způsob však není vhodný, pokud jsou palice husté vzduch vlhký a hrozilo by jejich zplesnivění.

Takto necháme konopí schnout klidně až 3 měsíce a stále kontrolujeme případné napadení plísní. Dobře usušené květy můžeme uskladnit do zavíracích

▼ INZERCE

ČR: 69 Kč | Předplatné: 42 Kč | SK: 3,50 € | Předplatné SK: 2,10 € | www.magazin-legalizace.cz

Magazín, který vám rozšíří zorničky
Legalizace[®]

69,-

**CHCETE SE LÉČIT KONOPÍM
NEBO SE JÍM UŽ LÉČÍTE?**

**Ptejte se svého
lékaře a čtete
magazín Legalizace**

Novinky, odborné studie, návody na léčebné preparáty, příběhy pacientů, rady lékařů a další informace ze světa léčby konopím.

Magazín koupíte v síti trafik po celé České republice nebo si ho můžete předplatit na www.magazin-legalizace.cz

sklenic a uložit na tmavé a chladné místo, kde vydrží rok nebo dva. Pokud máte velký mrazák, můžete paličky uložit k ledu, kde prý vydrží „čerstvé“ ještě déle. Ovšem nejlépe bude když úrodu postupně s láskou zpracujete a využijete pro sebe a pro ty, kterým uleví od mnohých nepříjemností.

Zpracování a využití

Z drcených sušených samečků, větších a středních listů a menších květů vznikne směs na přípravu vynikajícího ČAJE, léčivé LÁZNĚ, nebo na využití v kuchyni jako zajímavého DOCHUCOVADLA...

Účinky této směsi jsou hojivé, antivirotické, antibakteriální, protizánětlivé, relaxační a regenerační. Lze ji tedy využít při nespavosti, běžném nachlazení, u astmatu nebo alergií, při bolestech kloubů, hlavy, u kožních problémů nebo prostě jen tak. Při přípravě čaje si nasypete jednu až dvě čajové lžičky do šálku, zalijte vroucí vodou a nechte vylouhovat. Při přípravě lázně můžete směs nechat i chvilku povařit. Čaj můžete užívat jednou nebo i několikrát denně.

Konopný prášek

Jako tradiční recept se udává užívání konopného prášku například při Parkinsonově nemoci. Prášek připravíte tak, že sušené květy dáte asi na 10 minut do trpuby horké maximálně 108 °C (důvodem je částečné dekarboxylace a částečné úplné dosušení materiálu). Poté je za pomoci elektrického mixéru rozdrťte na jemný prášek (asi jako mletá paprika), který zavřete do uzavíratelné nádoby a skladujte takto maximálně po dobu 3 měsíců.

Dávkování: Prášek je možné zamíchat do jídla nebo pozřít přímo a zapít tekutinou. Užívá se jednou (většinou večer) nebo víckrát denně. Začne se množstvím na špičku nože a dávka se podle účinku postupně zvyšuje.



Konopná tinktura nebo olej

Pokud by ovšem užívaná dávka měla být větší, konzumace drcené sušiny by už nemusela být příjemná. V takovém případě je výhodou pryskyřici rozpustit do nějakého rozpouštědla – alkoholu nebo za studena lisovaného oleje (olivový, konopný...). Poměr rozpouštědla a materiálu může být například 50 gramů na půl litru, ale lze ho podle potřeby přizpůsobit. Do lahve s olejem nebo alkoholem nasypeme celé paličky (nedrcené) nebo vyrobený konopný prášek. Necháme louhovat při pokojové teplotě cca 14 dní, nebo pokud chceme mít produkt rychle hotový, lahev se směsí vložíme do horké vodní lázně a několik hodin zahříváme a protřepáváme. Směs můžeme následně přecedit a vyždímat a užívat opět v postupně se zvyšujících dávkách nebo s ní můžeme pomazávat postižená místa (rány, jizvy, bolavá místa, popáleniny atd...).

Konopná mast

Na internetu lze najít nepřeberné množství návodů na výrobu konopné masti. Postupy se mohou lišit v různých směrech, ale podle mé zkušenosti se výsledná účinnost liší jen minimálně. K rozpuštění účinných látek do mastového základu dochází už při mírném zahřívání a promíchání směsí. Proto si můžete vybrat takový, který vám nejlépe vyhovuje.

Já osobně mast vyrábím takto: Zelený materiál namíchám z palic a listů v poměru cca 1:3. Tuto směs nadrtím a použiju dvakrát tolik vazelíny nebo sádla. Oba poměry hodně záleží na hojnosti sklizně. V případě, že dáte více zeleného materiálu, nebo přidáte víc palic nebo listů, bude vaše mast prostě zelenější a silnější.

Do hrnce vložíme vazelínu i zelený materiál a směs za občasného míchání vařím (smažím) cca 30 minut. Je to velmi aromatický proces, proto je dobré ho provádět v dobře větraném prostoru. Následně je nutné nechat tuk dostatečně vychladnout a teprve poté do něj přidat vodu!! Mám bohužel neblahou osobní zkušenost, kdy voda nalitá do příliš horké směsi, vypěnila z hrnce ven až na podlahu.

Vody dávám co nejvíc, podle kapacity hrnce, a opět přivedu k varu. Směs nechám bez poklice provařovat několik hodin. Do vody se rozpustí nečistoty a s párou odchází nepříjemné pachy (opět je dobré to provádět v dobře větrané místnosti). Po vychladnutí a ztuhnutí tuku, vyleji špinavou (tmavě hnědou) vodu a nahradím ji čistou a celý proces několikrát (3–6×) zopakuji, až vytéká prakticky čistá voda (světle žlutá).

Při posledním rozehrátí přidávám včelí vosk (cca v poměru 1:25) a směs potom přecedím přes síto a plátno a rozlijí do kelímků.

MUDr. Jana Budařová

Vystudovala fakultu všeobecného lékařství v pražském Motole a potom 4 roky pracovala jako sekundární lékařka na dětské a dospělé psychiatrii v brněnských nemocnicích. V průběhu studií i lékařské praxe si zřetelně uvědomovala, že farmaceutické léky jsou pouze nedokonalým a povrchním řešením nemoci. Poté, co systém západní medicíny dobrovolně opustila, se setkala s informacemi o léčivém potenciálu konopí. Od té doby předává získané informace formou přednášek a individuálního poradenství. V současné chvíli je na mateřské dovolené.
www.janabudarova.cz,
www.konopnadoktorka.cz

