

Česnek proti bakterii účinnější než antibiotika

Publikované 2012-07-13 (09:04) | [Zdravie](#)



Pokud se cítíte špatně kvůli tomu, že jste snědli něco špatného, pak zkuste [česnek](#), je totiž proti bakteriím v jídle mnohem účinnější než antibiotika. Aktivní složka – dialyl sulfid – je schopen narušit membrány mnoha bakterií.



Výzkum publikovaný v Journal of Antimicrobial Chemotherapy tvrdí, že je česnek mnohem účinnější než ciprofloxacin a erytromycin a navíc funguje rychleji. Výzkum je založený na testech běžné



bakterie, která kontaminuje potraviny, Campylobacter. Jiný výzkum publikovaný v African Journal of Biotechnology zjistil, že syrový česnek byl účinný proti Staphylococcus aureus, další běžné bakterii.

Po mnoho let v mnoha kulturách byl česnek používán jako lék na různé neduhy jako žaludeční nevolnosti, kožní problémy a neplodnost. Společně se zázvorem je česnek dlouhodobě spojován se zlepšováním trávicího systému, s prevencí a léčbou onemocnění srdce a akné, dále antioxidační účinky proti stárnutí.