

Wykorzystanie kozieradki pospolitej (*Trigonella foenum-graecum* L.) w zielarstwie i fitoterapii
Use of fenugreek (*Trigonella foenum-graecum* L.) is a herbaceous annual plant

Magdalena Kilar, Janusz Kilar, Henryk Różański

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Stanisława Pigoń w Krośnie,
ul. Dmochowskiego 12, 38-400 Krosno, e-mail: kmagdalena@op.pl

Słowa kluczowe: kozieradka, nasiona, fitoterapia, substancje biologicznie czynne
Keywords: fenugreek seeds, phytotherapy, biologically active substances

Streszczenie

Kozieradka pospolita (*Trigonella foenum-graecum* L.) to zielna roślina jednoroczna. Surowcem zielarskim są nasiona kozieradki *Semen Foenugraeci*, które są bogatym źródłem substancji biologicznie czynnych, między innymi związków śluzowych, saponin steroidowych, flawonoidów, steroli, witamin. Kozieradka pospolita wykazuje przede wszystkim działanie hipolipemiczne, przeciwhiperlipidemiczne i hipoglikemiczne, neurologiczne, przeciwzapalne, przeciwdrobnoustrojowe, przeciwnowotworowe.

Summary

There are *Semen Foenugraeci* fenugreek's seeds used as a herbal raw material, which are a rich source of biologically active substances, including compounds membranes, steroid saponins, flavonoids, sterols, vitamins. Fenugreek mainly indicates the effect of lipid lowering, antihyperglycemic, hypoglycemic, neurological, inflammatory, antimicrobial and anticancer features.