

Medicinhavenne i Tranekær

Nyhedsbrev : Sommeren 2016



Formandens beretning:

Endelig, endelig har vi fået styr på pladsen til venstre for alleen ind til Medicinhavenne. Den har længe været en torn i øjet på alle – både besøgende og Havegruppen – men nu er den gamle beton fra møddingen blevet knust, og der er blevet lagt grus ud over arealet, så der kan parkeres med biler. Samtidig er der sket en kraftig forbedring af afvandingen fra mosen, så vi kan kun håbe, at der ikke længere vil stå vand om vinteren.

Traditionen tro var der Plantemarked og gratis adgang i Medicinhavenne den sidste søndag i maj. Der var 19 forskellige boder, handlen gik lystigt, og der var omkring 450 besøgende.

Rikke Goerlich fortalte for omkring 50 besøgende om Havens planter. Det var en meget spændende oplevelse, for Rikke Goerlich er enormt vidende og en rigtig god fortæller. Måske vil vi også kunne få hende til at komme og holde foredrag en vinterdag?

I løbet af foråret er de fleste planter blevet sat i Haven for nervesystem og Bevægeapparat, men jorden er sine steder hård som beton. Derfor har vi anskaffet et læs kompost til jordforbedring. I skrivende stund har vi fået en lille smule regn, men jorden er enormt tør, så vi håber på mere regn, for ellers bliver det vanskeligt at holde liv i alle de flotte og spændende planter. I alt nærmer vi os stærkt 500 forskellige plantesorter!

Til tider kan vi være lidt nervøse for, om der er nok hænder til at holde de fire haver og hele græsarealet rundt omkring. Heldigvis er der kommet flere nye i Havegruppen i starten af sæsonen, så det går, men det er for eksempel et meget stort arbejde at slå græs og holde gangene.

I sæsonen 2016 er der mange flere grupper, som gerne har villet have guidede omvisninger i Havenne, og en del af dem kommer langvejs fra. Det er en dejlig tendens, som vi kan ønske fortsætter og måske endda udbygges. Derfor er der også blevet udarbejdet en tekstfolder, så omviserne har noget konkret at fortælle ud fra.

I løbet af foråret har vi modtaget forskellige donationer. Langelands Revyforening har doneret 5.000 kr, Spodsbjerg Færges Fond 10.000 kr., CEBI har doneret 13.000 kr. og Velux Fonden 16.500 kr til anskaffelse af et smart forstærkeranlæg, som bruges ved omvisninger i Havenne. Det er dejligt, at såvel langlandske som udenlandske fonde støtter vores arbejde, og vi takker mange gange. Uden disse donationer kunne vi slet ikke udvikle Medicinhavenne, og der er ansøgninger ude hos flere fonde.

Rigtig god sommer til alle.



Medicinhavernes plantemarked 2016

AKTIVITETER

4. juli kl.17.00 - 19.00

Omvisning med Fru Grøn. 40 kr. pr voksen (medlemmer 20 kr.), gratis for børn. Evt. spisning med sansoplevelser på Generalen 180 kr. (medlemmer 160 kr.), børn 100 kr. for hele arrangementet.

Billetter på Billetto eller
idemager@gmail.com

Gentages 11. juli, 12. juli, 18. juli, 24.juli og 25. juli . juli kl.17.00 - 19.00 som ovenstående.

Lørdag d.20. aug. kl. 17 og søndag d. 28. aug. kl. 19

Bliver der for medlemmer to chancer for en speciel og GRATIS omvisning de pågældende dejlige sommeraftener—begge gange med Gitte Dalskov som guide.

Sød Stevia, *Stevia rebaudiana* Bertoni – Hamsley.

Botanisk familie, *Asteraceae*. Kurvblomstfamilien.

Folkelig betegnelse: Sukkerurt, honningurt, sødeurt.

Planten er hjemmehørende i Sydamerika, og opført i Brasiliens og Paraguays traditionelle farmakopeer.

Sød Stevia er en etårig busk, den spirer og sætter frugt inden for et år. Roden er en flerårig, fiberagtig trævlerod.

De dyrkede arter bliver ca. 50 cm. høje og har små hvide blomster i toppen.

Blomstringsperioden er mindre end 13-14 timer, altså en "kort dagsplante".

Bladene er små, modsatte, lancetformede med en kort bladstilk.

Frugterne er små, kantede og kirtelformede nødder, stænglen er tynd, oprejst og let behåret ved spidsen, med tilbøjelighed til at bøje sig.

Steviaplantens søder fra 30-300 gange mere end sakkrose, blandt andet afhængig af om det er bladene, udtræk fra bladene eller det rene "sukkerstof" (Steviosid) der bruges.

For at søde en kop kaffe, er det eksempelvis nok at dyppe en tandstikker i en bønne med steviosid og putte tandstikkeren ned i kaffen. Det giver en sødme, der svarer til 3 stykker sukker.

En forskergruppe kunne i 2004 dokumentere, at steviosid havde en anti-diabetisk effekt.

I de senere år har forskere fundet ud af,

- at stoffet stimulerer produktionen af insulin fra bugspytkirtlen,
- at det hæmmer det sukkersygefremkaldende hormon glukagon at det sænker forhøjet blodsukker.

Danske forskere har fået patent på brugen af steviosid og dets varianter til behandling af type 2 diabetes og forhøjet blodtryk.

Forskerne har bevist, at Steviosid kan sænke blodsukkerniveauet hos diabetes 2 patienter med 20%, reducere patienternes forhøjede blodtryk med 12%, samtidig har det en positiv effekt på blodfedtet.

Steviosid virker ikke direkte på kroppen, det omdannes til isosteviol i mave/tarm, og denne omdannelse er ikke lige god hos alle. Det afhænger i høj grad af det enkelte menneskes mavesyre og om, hvor effektivt fordøjelsessystemet er. Men det på laboratoriet udvundne stof, isosteviol, optages 100 gange mere effektivt i maven og tarmen og kan derfor doseres lettere. Samtidig kan man få en høj effekt med betydeligt lavere doser.

Planten er fundet fuldstændig giftfri og uden kræftfremkaldende stoffer. Det eneste betænkelige ved planten er, at den i Uruguay bruges som svangerskabsforbyggende middel, så hvis man er gravid eller ønsker at blive det, så skal man nok holde sig fra at indtage Stevia.

ASA



Stevia



Den schweiziske botaniker Antonio Bertoni var den første der beskrev Steviaplanten.



Stevia kan dyrkes fra frø eller købes som plante.

Fra Digitalis til Digoxin

Fingerbøl, *Digitalis purpurea*, kendtes langt op i middelalderen kun i folkemedicinen og Henrik Harpestræng (død 1244), som har udgivet den ældste kendte danske lægebog, nævner den ikke.

I følge folkemedicinen var den god til at helbrede sår og bylder, hvis man lagde blade fra figerbølplanten på lidelserne.

I sidste halvdel af 17-tallet var der en læge, William Withering i Birmingham i England. Han bemærkede, at en klog kone havde et godt middel, som bestod af en blanding af 20 forskellige urter mod vattersot/ødemer (væskeansamlinger). Vattersot er en lidelse, hvor kroppen væskefyldes p.g.a. et svækket hjerte med dårlig pumpefunktion.

Withering fik hendes opskrift og afprøvede alle 20 urter hver for sig på patienter med vattersot. Han fandt frem til at det kun var *Digitalis* som fjernede væskeansamlingerne. Da han var klar til at afprøve det på sine patienter, bad hans kone ham om kun at bruge det på de fattige, ikke de mere velstillede privatpatienter. Det er vist en af de få gange, at det har været en fordel at være fattig!

William Withering beskrev grundigt gennem 156 forsøg på mennesker den rette dosering udmålt i frøenheder, altså afprøvet på frøer. Der er nemlig det problem ved plantemedicin, at planterne indeholder forskellig mængde af det aktive stof alt efter grosted og klimasvingninger, og medicinen skal doceres ret præcist for at virke rigtigt. Den forkerte mængde virker ikke - eller er dødelig giftig. Senere gik man over til at afprøve det på marsvin.

Digitalis planten indeholder forskellige glykosider hvoraf det vigtigste er Digoxin som i dag fremstilles syntetisk. Digoxin koncentrationen i blodet kan i dag måles så man ikke overdoserer stoffet. Digoxin bruges i dag af mange millioner mennesker ikke alene for at bedre hjertets pumpefunktion, men også til at regulere eventuelle rytmeforstyrrelser i hjertet.

GD



Digitalis



William Withering

Nye flotte peloner ved indgangen



Havegruppen foran de nye skilte