

Medicinhaveerne i Tranekær

Nyhedsbrev : Efterår 2017

Formandens beretning

Sæsonen 2017 er næsten afsluttet i Medicinhaveerne, men der kommer endnu gæster, og vi mangler de sidste vinterforberedelser.

Alligevel tør jeg godt sige, at det endnu en gang har været en forrygende sæson: Besøgstallet stiger for hvert år, havegruppen fungerer over al måde, haverne udvikler sig, og der har flydt en velsignet strøm af fondsmidler til vores arbejde.

Den største begivenhed var så ubetinget, at Haven for nervesystem og bevægeapparat – den fjerde temahave - blev indviet i begyndelsen af september. Solen var fremme, da foreningens næstformand, greve Christian Ahlefeldt-Laurvig klippede den smukke blomsterranke over, og der var høj stemning blandt de omkring 100 fremmødte, som smagte på græsk bjergthe, vandmelon og flere slags kryddersnaps. Takket være en donation fra Fynske Bank blev der i ugen op til åbningen rejst en stor pergola i haven. Når klatreplanterne kommer op, vil der blive et fredfyldt hjørne med udsigt over den lille sø med vandplanter.

I oktober blev den femte temahave – Haven for infektioner og immunsystem – så småt påbegyndt. Så småt er nok overdrevet, for der blev kørt 106 tons grus og kompost på som jordforbedring, og på den sidste dag i oktober blev der plantet buksbomhæk hele vejen rundt om haven.

Havegruppen lægger et enormt, frivilligt arbejde i at holde Medicinhaveerne, og derfor er den årlige udflugt en dejlig afveksling. Samtidig er det også vigtigt, at vi får en fælles ny viden til gavn for Haverne. Det var der rig lejlighed til på udflugten til det københavnske. Først blev vi vist rundt i Landbohøjskolen have og park. Derfra gik turen til Valbyparkens mange temahaver, hvor Jann Poulsen i sin tid havde anlagt en af dem, så vi fik den bedste rundvisning, man kan tænke sig. Til slut var vi på et meget spændende besøg på Pometet, hvor man opbevarer mere end 300 forskellige æbletræer – heraf flere langlandske – nøddebuske, frugtbuske, jordbær mm. Kun få fra havegruppen havde været der tidligere, så spørgelysten var stor og besøget strakte sig over flere timer.

Godt nok fik vi i år trykt vores lille info-folder på tysk, men ellers var der ikke noget materiale om Haverne på tysk. Takket være en stor indsats fra Sigrun Eisermann er de fleste tekster på medicinhaveerne.dk blevet oversat til tysk.

Helle Ravn



AKTIVITETER

Torsdag den 16. november 2017 KL. 19.00
i Borgerhuset, Ahlefeldtsgade, Rudkøbing

Blomsterduft til helbredelse, kropslig vellugt og meditativ røgelse

Foredrag ved lektor emeritus (KU)
Doctor Pharmaciae Leon Brimer.

Yderligere information finder du her:

<http://wp-medicinhaveerne.prfo.dk/aktivitetsliste/>



*Søndag den 3. september fik vi officielt indviet Haven for nervesystem og bevægeapparat. Medicinhavernes nabo og næstformand i bestyrelsen, grev Christian Ahlefeldt-Laurvig førte havesaksen, som Gunvor Rosell fra havegruppen overrakte ham på en rød silkepude.
Til venstre ses Medicinhavernes formand Helle Ravn.
Foto: Tage Rasmussen.*

Redaktion: Lise Munk

NYT FRA HAVERNE



Mon Jens Jakob, Jørgen, Kaj og Bente holder taktikmøde inden "store plantedag".
Foto: Nanna Mariegaard.



31. oktober var hele havegruppen minus Grethe (i blå jakke med ryggen til) i sving for at få de flotte buksbomplanter i jorden i Haven for infektioner og immunsystem. Grethe blev til gengæld dagens helt, da hun besluttede sig for at køre til Bager Stæhr i Tullebølle og rydde butikken for wienerbrød.

Tilbage i Medicinhaverne fyldte Grethe en trillebør og serverede kaffe og wienerbrød for sine kolleger i havegruppen. Det var et meget populært initiativ.
Foto: Lene Anker.

Margit og Jann i den flotte nye pergola i Haven for nervesystem og bevægeapparat.
Foto: Lene Anker.



28 frivillige fra havegruppen plus hunden Teis plantede 31. oktober lige omkring 300 buksbomplanter som hæk omkring det, der i løbet af det næste års tid bliver til Haven for infektioner og immunsystemet med undertemaet Hildegard af Bingens Have. Foto: Lene Anker



I forbindelse med anlæggelsen af den nye have kørte en stor dumper 106 tons grus og kompost op i området til jordforbedring.
På et tidspunkt kunne den kæmpestore maskine dog ikke klare turen ved egen hjælp, men måtte have et skub af Medicinhavernes lille fine Ferguson.
Foto: Bente Wulff.



DONATIONER

Siden sidste Nyhedsbrev blev udsendt har Medicinhaverne med tak modtaget følgende:

Den Faberske fond kr. 25.000 som tilskud til anlæggelsen af vandløbet

Langelands Elforsyning kr 30.000 til 280 buksbomplanter, som er blevet plantet som hæk

Havekulturfonden kr. 22.500 til en bog om Medicinhaverne, herunder beskrivelse af omkring 50 planter.

Takket være disse og tidligere donationer udvikles Medicinhaverne i Tranekær.



En ganske almindelig arbejdsdag i Medicinhaverne blev lige pludselig endnu sjovere, da filialdirektør Bjarne Bay Jacobsen fra Fynske Banks Rudkøbing-afdeling den 12. september dukkede op med en check på 50.000 kr.

Fynske Bank er en af Medicinhavernes trofaste støtter.
Foto: Lene Anker.



Dyrelivet i Haven for nervesystem og bevægeapparat er blevet endnu mere kulørt, efter at en gæst har sørget for, de grønne frøer har fået selskab af Rip, Rap og Rup.

Foto: Lene Anker



Medicinhavernes formand, Helle Ravn, og foreningens kasserer, Ole Jacobsen, (t.h.) modtog 31. oktober 2017 en check på 30.000 kr. til hækplanter omkring Haven for infektioner og immunsystem, det femte haveanlæg, som Medicinhavernes havegruppe netop er gået i gang med at anlægge.

Pengene blev overrakt af formanden for Langelands Elforsyning Jens Oldenbjerg, der samme dag kunne uddele i alt 600.000 kr. til 22 langelandske foreninger. Takket være den flotte donation har havegruppen kunnet købe store, flotte buksbomplanter, der allerede er godt i vækst.

Foto: Lene Sarup.



Der er sket utrolig meget rundt om i Medicinhaverne i år, så det har været et travlt år for entreprenørgruppen. I september-oktober lagde de bl.a. fliser under de to bordbænkesæt ved hytten – hvoraf det ene er en gave fra et medlem.

Foto: Lene Anker.



I Medicinhaverne er vi heldige at have et havegruppemedlem, der har en drone.

Her har dronen – i begyndelsen af september – været på vingerne for at tage dette smukke billede af Haven for nervesystem og bevægeapparat.

Foto: Ole Jacobsen.

GALNEBÆR – en rigtig hekseplante

Galnebær (*atropa bella-donna*) er en af de få virkelig giftige og dødeligt giftige planter, der vokser i Danmark. Det er en flerårig plante med en kraftig rodstock og dybe rødder.

Medicinsk er det de grønne blade og roden, der anvendes, men det er især de kønne, søde, sorte og glinsende bær, man kender planten på. Blot 3-4 bær er dødelige for børn, og omkring 10 bær har den samme virkning på voksne. Virkningen af bærene er først mundtørhed og tørst efterfulgt af ansigtsrødme, hjertebanken, opkastning, synsforstyrrelser, forvirring og bevidstløshed.

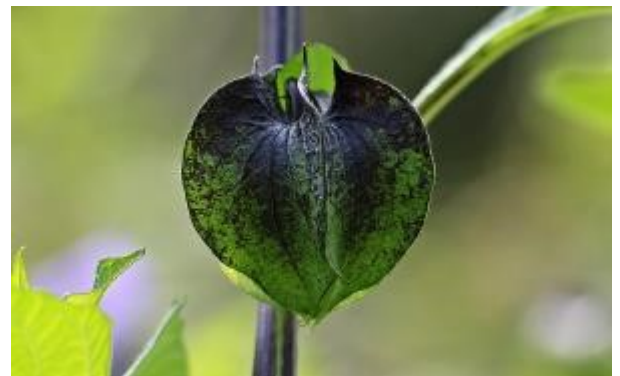
Galnebær indeholder giftstoffet atropin og hyoskyamin samt alkaloiderne belladonnin, scopolamin, apoatropin og scopoletin.

Galnebær blev dyrket i danske klosterhaver, og Henrik Smid beskrev den omkring 1550 således: "Blandt mange andre urter er næppe en som stiller pine og læsker hede mere end natskade (galnebær) gør".

I plantemedicinen bruges tinktur af roden og bladene, som har afslappende virkning på den glatte muskulatur, det vil sige blandt andet spytt, mave og tarm-sekretter samt aktiviteten af urinleder, blære og tarm. Planten kan også bruges til behandling af symptomer på Parkinsons syge, idet rysten og stivhed formindskes.

Navnet belladonna skyldes, at saften er blevet brugt til at udvide pupillerne, så kvinderne fik "dådyrøjne". Det siges, at prostituerede ofte brugte belladonna dråber, men det ødelagde deres syn. Belladonna dråber er også blevet brugt af øjenlæger i forbindelse med øjenundersøgelser.

Ifølge folketroen indgik galnebær i heksesalve sammen med bulmeurt og pigæble, men ganske bestemte ritualer skulle overholdes. Planten skulle graves op en bestemt nat, og man skulle beskytte sig mod djævelen, som havde slået en cirkel om den. Når roden var gravet op, skulle man ofre en sort hane til djævelen, før man steg ud af cirklen, og så skulle man skynde sig væk før djævelen opdagede, at han havde fået en hane i stedet for menneskesjælen!



Galnebær vokser i flere af temahaverne i Medicinhaverne i Tranekær. Foto: biopix.dk

RØDKLØVER

Navn:

Dansk: Rødkløver.

Latin: Trifolium pratense.

Oprindelse og udbredelse

Stammer formentlig fra Vestasien, men vokser nu vildt i hele Europa. Den er i Danmark meget almindelig over hele landet på skrænter, overdrev og enge. I 1936 udnævnte Udenrigsministeriet rødkløver som Danmarks nationalblomst. Senere er der dog kommet andre planter til. Siden syttenhundredtallet har rødkløver været dyrket som en vigtig foderplante i dansk landbrug.

Plantebeskrivelse

Rødkløver er en 15-50 cm høj flerårig urt med udbredt rodnet. Stænglerne er fint hårede. Bladene sidder spredt og er på oversiden grågrønne med lyse aftegninger, medens undersiden er ensartet grågrøn. Blomstrer i maj-september måned med røde små ærteblomster, der sidder samlet i endestillede hoveder. Frugterne er bælg med et til tre frø.

Anvendte plantedele

Blomsterhovedet og i gamle dage også bladene.

Plantens medicinske historie

I Danmark har vand-, vin- eller øl-afkog af rødkløver i flere hundrede år været brugt mod hovedpine, svimmelhed, fordøjelsesproblemer og blærebetændelse.



Forskning og indholdsstoffer

Mange planter indeholder phytoøstrogener (planteøstrogener), som har samme virkning som humant østrogen, men er dog ikke nær så potent. Phytoøstrogener gruppeopdeles i flavoner, lignaner og isoflavoner. Lignaner findes i de fleste kornsorter, grøntsager og frugter.

Isoflavoner, som er de mest potente planteøstrogener, findes udelukkende i bælgplanter som soja, linser, kikærter, bønner og ikke mindst i rødkløver.

På grund af det store forbrug af bælgfrugter i Asien, er isoflavonniveaue af phytoøstrogener i blodet her 20-30 gange højere end hos kvinder i vestlige lande. Dette kan igen være en af forklaringerne på, hvorfor overgangsalderens problemer er langt mindre i Asien end i den vestlige verden.

På Århus Universitet har man undersøgt fermenteret rødkløvers effekt på hede-svedeture og osteoporose (knogletab) hos kvinder i overgangsalderen. Ved fermentering af rødkløver fraspaltes sukkermolekyler, så rødkløveret optages langt bedre fra tarmen. To kontrollerede undersøgelser har vist følgende:

I den første undersøgelse deltog 60 kvinder med svedeture. I testgruppen var der efter 3 måneder en reduktion i antallet af svedeture på 32 % varierende fra 20 til 60%. I kontrolgruppen var antallet af svedeture uændret.

I den anden undersøgelse deltog 72 kvinder. Alle fik foretaget knoglescanning af ryg og hofter før og efter forsøget, som varede et år. I kontrolgruppen var der i gennemsnit et knogletab på 5% i løbet af et år. I testgruppen som fik fermenteret rødkløver fandtes kun et forsvindende lille knogletab.

Begge projekter vil blive fulgt op af yderligere større undersøgelser.

Ole Due Pedersen

Kilder:

Vagn J. Brøndegaard: Folk og flora Videnskab.dk
American Journal of Clinical Nutrition