

**MEDICINHAVERNES**

**JULEKALENDER**

Velkommen til den enogtyvende låge i Medicinhavernes julekalender

**21. december 2021**



## *VEDBEND*

Navnet efeu bruges ofte i daglig tale for planten vedbend; men efeu, vedbend og broget vedbend har de samme medicinske egenskaber.

Vedbend er hjemmehørende i Danmark, og for at forvirre yderligere har den to forskellige bladformer. De unge skud er tre til femlappede, mens de blomstrende skud har elliptiske blade.

Det er de tørrede blade, der er tilskrevet medicinsk virkning. Bladene indeholder saponiner, flavonoider og polyacetylene. Historisk har vedbend været tilskrevet mange anvendelser. Et udtræk af bladene i the har været brugt mod vattersot (væskeansamling), og omkring 1800 sagde man også, at friske blade, som var vædet med eddike, skulle lægges på ligtorne. I nutiden tilskriver plantemedicinen, at udtræk af bladene har en slimløsende effekt og anvendes mod hoste med slim.

Der er blevet lavet adskillige videnskabelige undersøgelser af vedbendekstrakt mod hoste, og selv om man har set en effekt, har det ikke kunnet bevises.

Vedbend/efeu vokser både i Haven for infektioner og i Haven for nervesystem og bevægeapparat.



*Hvad i Nissekongens navn mener de egentlig, det er for en plante?*

*Altså nu må de frivillige i Medicinhaverne snart tage sig sammen, for vi Medicinhavenisser bliver nisseforvirrede. På et skilt står der vedbend, på et andet skilt står der broget vedbend, og på et skilt ved en plante står der efeu.*

Følg også Medicinhaverne på

<http://medicinhaverne.dk/>

eller på Instagram: [instagram.com/medicinhaverne\\_tranekaer/](https://www.instagram.com/medicinhaverne_tranekaer/)

eller på Facebook: [facebook.com/medicinhaverne](https://www.facebook.com/medicinhaverne)



Julekalenderen og nyhedsbrevene udsendes af

Medicinhaverne i Tranekær, [Botofte Strandvej 2A, 5953 Tranekær](#)

[medicinhaverne@mail.dk](mailto:medicinhaverne@mail.dk)

Redaktør: Lise Munk

Tekst: Helle Ravn

Foto: Helle Ravn, Lene Anker, Pixabay, Pixnio m.fl.