Medicinale bomen en struiken in het Arboretum

Hydrangea arborescens 'Annabelle'

door: Leo van den Berkmortel

Dit jaar is uitgeroepen tot het jaar van de biodiversiteit.

Dat lijkt mij een goede gelegenheid om er eens op te wijzen waarom we zo zuinig moeten zijn op de bestaande diversiteit in de natuur. Al lijkt een plant of dier soms nog zo oninteressant, je weet maar nooit of er plotseling een belangrijke eigenschap in ontdekt wordt. Daarbij denken we dan op de eerste plaats aan toepassing als medicijn.
In het verleden zijn al heel wat geneesmiddelen ontwikkeld uit planten, paddenstoelen of dieren. In de Aesculus nr. 23 van 1998 is al eens hierover geschreven door Jo Breukhoven en in de daaropvolgende uitgave in 1999 schreef de voormalige huisarts Dr. Van Son daar een reactie op. Beiden presenteerden vooral historische overzichten van verschillende geneeswijzen en theorieën.
Wij zullen nu vooral aandacht besteden aan planten met geneeskrachtige werking die in het arboretum te vinden zijn. Om het stuk niet te lang te maken, behandelen we alleen bomen en struiken in deze categorie. We plaatsen ze in alfabetische volgorde van hun wetenschappelijke namen.

Gewone zilverspar (*Abies alba*)
Deze Europese conifeer uit de dennenfamilie (Pinaceae) vormt bossen in gebergten als de Alpen, Pyreneeën en de Balkan. Het hout van deze spar wordt gebruikt als zacht, geelwit timmerhout voor planken, kisten, papier, meubels, enz. Ook wint men olie of terpentijn uit hout en bladeren. Deze olie gebruikt men in de geneeskunde en diergeneeskunde bij kneuzingen en verstuikingen. Straatsburgse terpentijn wordt uit de hars gehaald dat als ingrediënt dient voor verf en vernis. De etherische olie uit zowel de naalden als de kegels kan worden toegepast in parfum en cosmetica.

Witte paardenkastanje, *Aesculus hippocastanum* (zie hieronder)
Deze hoort tegenwoordig, net als de Esdoorn, bij de Zeepboomfamilie (Sapindaceae). De zaden worden in de herfst gedroogd; hun werking is vooral ontstekingremmend en bij circulatieproblemen, bv. spataderen en bloedingen. De bloesem in het voorjaar wordt zowel uitwendig als zalf of badtoevoeging en inwendig per injectie toegepast op doktersvoorschrift. Een bekend volksgebruik is verder het op zak dragen van en paar kastanjes tegen reuma.

Johannesbroodboom, *Ceratonia siliqua*
Deze bij ons niet winterharde boom staat in een container en we behandelen hem als kuipplant. Hij bloeit aan de stam (cauliflorie) met vlinderbloemen, waaruit peulen groeien. Daarin zitten zaden, waaruit na malen fijn meel ontstaat dat johannesbroodboompitmeel wordt genoemd. Dat meel wordt als dieetvoeding geadviseerd aan mensen die last hebben van stress, vooral baby's.

Gomboom, *Eucalyptus*
Hiervan bestaan er veel soorten, allemaal oorspronkelijk uit Tasmanië en Australië. Ze zijn heel goed droogtebestendig, maar in ons klimaat wel vorstgevoelig. In het arboretum staat *Eucalyptus gunnii*, een redelijk winterharde soort, maar of hij de laatste winter overleefd heeft, is op het moment dat we dit schrijven erg twijfelachtig. Alle soorten zijn aromatisch door een naar menthol ruikende olie, die bekend staat om zijn rustgevende werking.

Vuilboom, *Frangula alnus* (voorheen: *Rhamnus frangula*)
In de kruidengeneeskunde wordt een aftreksel van de bast gebruikt als purgeermiddel. Dat aftreksel moet men wel minstens een jaar in donker bewaren omdat anders de werking te hevig is. Dergelijke middelen zijn verboden voor zwangere vrouwen, personen met darmontsteking en mannen met prostaatproblemen. De naam Vuilboom is ontstaan wegens de vuilafdrijvende werking. De bessen mogen nooit gegeten worden; ze bevatten diverse giftige stoffen. Insectenetende vogels eten aan het begin van de winter wel van de bessen voordat ze overschakelen op zaad eten.

Japanse notenboom, *Ginkgo biloba* (zie hieronder)
In Japan gebruikt men de zaden als medicijn tegen wormen. De bladeren dienen daar ook wel als boekenleggers om parasieten te verdrijven. In de geneeskunde past men extracten uit de bladeren toe tegen oedeem (waterzucht). In China en Japan worden de (giftige) zaden gegeten, nadat eerst de zaadmantel door vergisting verwijderd is. Het overblijvende kiemwit wordt dan gekookt, geroosterd of gebakken. Daarbij moet men voorzichtig te werk gaan, omdat de rottende zaadmantel giftig is en na een paar dagen hevige huidirritatie veroorzaakt. Na een week verdwijnt de kwaal vanzelf weer. Sommige mensen krijgen echter ook ademhalingsmoeilijkheden. Bij het rapen en verwerken van vruchten dient men dus handschoenen te dragen.

Amerikaanse toverhazelaar, *Hamamelis virginiana*
Deze Virginische toverhazelaar bloeit in september-oktober, dus enige maanden eerder dan de Aziatische soorten. De Noord-Amerikaanse indianen gebruikten de bladeren en de schors al in de vorm van pleisters tegen pijnlijke kneuzingen en zwellingen, vanwege hun hoge looistofgehalte. Net als andere looistofrijke kruiden kan de thee gebruikt worden als een middel tegen diarree, maar ook als gorgeldrankje bij ontstekingen van mond of keelholte. Een zalf op basis van een extract van de schors kan worden toegepast bij bloedende aambeien.(zie hiernaast)

Klimop, *Hedera helix*
In de kruidengeneeskunde worden jonge verse bladeren en bast gebruikt als middel om krampen op te heffen, pijn te stillen en menstruatie te bevorderen. Verder in de homeopathie ook tegen te actieve schildklierwerking, galaandoeningen, hoest, kinkhoest en bronchitis.
In de cosmetische industrie verwerkt men klimop in kruidenbadmengsels en in massagecrèmes.
Maar pas op! Ga er niet zelf mee experimenteren, want de bladeren en het vruchtvlees van de zwarte bessen zijn giftig. Ze bevatten saponineglycosiden en stoffen met oestrogene werking. De eerste groep breekt rode bloedlichaampjes af en veroorzaakt slijmvliesontsteking, vooral bij kinderen. Gelukkig smaken de bessen erg bitter en kinderen houden daar niet van.

Duindoorn, *Hippophae rhamnoides* (zie hierboven)
De laatste twee letters van de geslachtsnaam worden afzonderlijk uitgesproken, dus: *Hip-po-pha-ë.*
In Oost-Europa, Rusland en Noord-Korea wordt de duindoorn veel aangeplant en gekweekt voor de vruchten, die rijk zijn aan vitamine C, caroteen en olie. Men maakt er sap, gelei, jam, koekjes, likeur en thee van. De olie wordt in de farmaceutische industrie verwerkt tot huidsmeersels en cosmetica.

Hamamalis virginiana

Hortensia, *Hydrangea* (foto zie pagina 9)
De Hortensia werd vroeger al door de Cherokee-indianen gebruikt tegen nier- en blaasstenen. Sap wordt tegenwoordig wel als diureticum (plasmiddel) gebruikt en voor de behandeling van blaasstenen en aandoeningen van de urinewegen.
Bladeren en bloemen zouden in gedroogde toestand ook een marihuana-achtig effect hebben, maar in grote hoeveelheden duizelingen en een beklemmend gevoel op de borst veroorzaken en zelfs hersenbeschadigingen. Gevoelige mensen kunnen contactallergie ontwikkelen door veelvuldig aanraken van hortensia's door het blauwzuur dat er in voorkomt.

Hulst, *Ilex aquifolium*
Van de bladeren wordt in de kruidengeneeskunde een aftreksel gemaakt tegen verkoudheid en bronchitis. Bessen en bladeren zijn giftig. Na het eten van bessen kregen kinderen nierletsel, hartritmestoornis, verlamming, maagontsteking en hevige buikloop. Het eten van 20 -30 bessen bleek volgens de literatuur dodelijk voor een volwassene.

Gewone jeneverbes, *Juniperus communis*
In de oudheid werd jeneverbeshout in medische wieroken gebruikt. Verder werd van de bessen jeneverbeslikeur gemaakt. Maar pas op, dat mag men niet drinken bij nierziekten en zwangerschappen. Inwrijven van de huid met jeneverbesspiritus bevordert de doorbloeding.
Dagelijks 4 -8 bessen innemen werkt urine- en zweetafdrijvend, maagversterkend en tegen winderigheid, doordat jeneverbes een nierprikkelende terpeen bevat, een vluchtige olie, die overigens wel giftig is! De Zevenboom, *Juniperus sabina*, uit Zuid- en Midden-Europa is giftiger dan de Gewone jeneverbes.

Laurier, *Laurus nobilis*
De bladeren en zaden werden in het antieke Griekenland en Rome gekauwd. Ze zouden een hallucinogene werking hebben en de visioenen die de gebruiker (een priester of priesteres) kreeg, zag men als waarzeggerij. In plaats van erop kauwen werden ze ook aan wijn toegevoegd. Aan de rook van verbrande bladeren en zaden werden psychoactieve eigenschappen toegekend. Het sap van de plant bevordert doorbloeding en werkt ontsmettend, maar sommigen reageren er allergisch op.

In de kruidengeneeskunde wordt laurierolie gebruikt tegen reumatische aandoeningen en vetgezwellen en in de homeopathie tegen menstruatie- en zwangerschapsklachten.

Appels, *Malus-soorten* (zie hiernaast)
Verse, rijpe appels, zonder schil en klokhuis, blijken goed te werken tegen chronische ontsteking van het darmslijmvlies, zelfs als die gepaard gaat met diarree of braken. De zieke krijgt dan enkele dagen uitsluitend geraspte appels. Appels eten is verder ook goed tegen jicht, reuma, nier- en leverproblemen en tegen aderverkalking. Appels werken ook bloedzuiverend en ter bestrijding van bepaalde eczemen. In de kruidengeneeskunde worden gedroogde appelschillen gebruikt tegen koorts en ontstekingen.
Maar denk erom: onrijpe appels zijn ongezond en ook appelpitten. Die bevatten amygdaline, een blauwzuurglycoside, dat naar amandelen smaakt. Als je ze lekker vindt, mag je de zaden uit een appel gerust opeten, maar dan geen handvol! Er is ooit een sterfgeval gemeld van iemand die een kopje vol pitten had zitten oppeuzelen.

Zomereik, *Quercus robur*
Het nu volgende geldt waarschijnlijk ook voor andere eikensoorten, o.a. de Wintereik, *Q. petraea* en de Amerikaanse eik, *Q. rubra.* Eikenschors wordt wegens zijn hoge gehalte aan looistof in de kruidengeneeskunde gebruikt als samentrekkend middel, tegen buikloop, om de keel te smeren en vroeger ook tegen aambeien. Een aftreksel kan uitwendig gebruikt worden in kompressen tegen huidirritaties. In de diergeneeskunde behandelde men eczeem met een afkooksel van eikengallen. Fijngehakt en geroosterd kunnen eikels als surrogaat voor amandelen gebruikt worden en in de oorlog werden ze gebruikt als koffiesurrogaat, soms gemengd met wat cacaopoeder.

Schietwilg, *Salix alba*
In de bast van de wilg zit salicylzuur, een grondstof van aspirine. Omdat de plant salicine en looizuur bevat, heeft deze een koortswerende, pijnstillende en zuiverende werking.

Vlier, *Sambucus nigra*
Van de Vlier kunnen veel delen gebruikt worden ter bestrijding van verschillende kwalen. De bloesem werkt als vochtafdrijvend middel. Fijngewreven bladeren op het hoofd tegen hoofdpijn, thee van bladstukjes om de darmen te reinigen, of een papje van bladeren om hondenbeten te verzorgen. De groene bast, die onder de grijze te vinden is, en ook de wortel, tegen waterzucht, urineretentie, nierontsteking met oedeem, reuma en jicht.

Sassafras, *Sassafras*
Dit is de leverancier van sassafrasolie. Deze olie werd indertijd als wondermiddel geïmporteerd uit Amerika. Het zijn bomen die hout leveren dat scherp ruikt. Het hout was vooral populair voor zitstokken in kippenhokken en voor bedsteden, omdat het ongedierte (luizen) zou verjagen.

Venijnboom, *Taxus baccata*
De stof docetaxel of taxotere uit de naalden wordt gebruikt voor chemotherapie tegen een veel voorkomende vorm van longkanker. Dat geldt ook voor de stof taxol uit de Amerikaanse *Taxus brevifolia*, die ook gebruikt wordt tegen leukemie. De werking berust op de remming van de celdeling.
Ga niet zelf experimenteren, want 50 -100 naalden bleken al dodelijk voor een mens. Vroeger werd extract wel gebruikt als pijlgif en in heksenzalf. Ook de in parken en tuinen veel gebruikte *T. cuspidata, T. canadensis en T. x media* zijn giftig en verantwoordelijk voor de vele dodelijke vergiftigingen van paarden en runderen. Alleen het vruchtvlees (schijnbes) is niet giftig, maar de zaden die erin zitten weer wel. Vogels verteren wel de vlezige zaadrok, maar poepen de nog intacte en kiemkrachtige zaden uit, waardoor vogels geen problemen ondervinden. Behalve de genoemde giftige stoffen, komen ook taxine, efedrine, taxicatoside en blauwzuurverbindingen voor. Deze veroorzaken o.a. verlamming van het ademhalingscentrum en het hart van mens en dier en verder maagdarmontsteking, duizeligheid, hallucinaties, spiersamentrekkingen, onregelmatige polsslag en plotselinge dood door hart- en ademhalingsstilstand. Enkele gekauwde zaden zijn voor kinderen al dodelijk! Ook paarden zijn er zeer gevoelig voor; ze kunnen al vijf minuten na het eten van enkele scheuten dood neervallen.

Westerse levensboom, *Thuja occidentalis*
Van oudsher pasten de Amerikaanse indianen thee van de jonge twijgen toe bij de behandeling van menstruatiepijnen, verkoudheid en koorts. Uitwendige toepassing tegen huidziekten, verbranding en reuma zijn sinds de 18e eeuw in Europa toegepast in de volksgeneeskunde. Een geconcentreerd afkooksel werd ook wel als abortivum gebruikt. De giftigheid berust op diverse stoffen, o.a. vluchtige olie, thujon, kamfer en looistof.
In de huidige kruidengeneeskunde wordt een aftreksel gebruikt als bloedstelpend, kalmerend, samentrekkend en urinedrijvend middel en tinctuur tegen wratten en eelt. Voor zwangere vrouwen is dit verboden, omdat het spontane abortus opwekt.