

KLAPROZEN, PAPAVER SPEC.



Bij ons komen er in en naast de voortuin elk jaar geheid klaproosjes op. We laten er altijd wat groeien want ze zijn leuk en het kan geen kwaad. Maar het zijn niet van die grote rode. Ze zijn klein, meer oranje en wat behaard: Bleke klaprozen. Soms gaan de

bloemknoppen niet open maar worden het dikke bollen. Het lijken dan wel zaaddozen, maar dat zijn het niet! Galwespen hebben hun eieren in de bloemknoppen gelegd en gebruiken het levenssap van de klaproosjes om hun jongen te voeden!

Klaprozen komen veel voor en iedereen kent ze. Niet verwonderlijk dus, dat er veel over te vertellen valt...

Namen

Er zijn verschillende inheemse soorten Klaprozen: De Ruige, **Bleke** en Grote **klaproos**, de Bastardklaproos en de Slaapbol. Op de verschillen ga ik niet al te diep in. Naamsverwarring is niet van de lucht...

De Romeinen noemden alle Klaprozen Papaver. Over de oorsprong van die naam is men het allesbehalve eens. De een zegt dat hij van het Keltische 'papapap' komt: pap voor kinderen. Het was de gewoonte sap van de Slaapbol (*P. somniferum*, een soort klaproos) door die pap te roeren, om ze sneller in slaap te krijgen. Een ander beweert dat hij afkomstig is van papa: 'pap' en verum: 'echt' of 'waar'. De 'echte pap' dus.



Slaap lekker!

Het gebruik om huilende kinderen als slaapmiddel een stroopje van papaversap te geven was een jaar of vijftig geleden nog in gebruik. Het was echter niet onschuldig en bleek zelfs de dood ten gevolge te kunnen hebben! Dus toen toch liever een huilend maar levend kind...

Van welke papaversoort dit sap afkomstig was wordt uit de verhalen niet duidelijk. Maar het zal ongetwijfeld de *Slaapbol* geweest zijn...

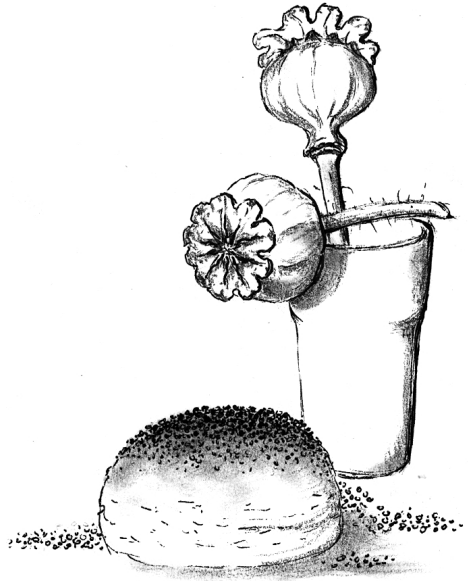
Volgens een andere verklaring is papaver de afleiding van papare : 'eten', omdat de zaden ook als voedsel dienden. En dat doen ze nog steeds: op

maanzaadbroodjes, waarop vóór het bakken zaden van diezelfde Slaapbol gestrooid worden. Dit gebruik is al heel oud want Plinius heeft het er al over. Op het brood dat de joden op sabbat eten wordt nog steeds met maanzaad gedaan - ter herinnering aan het overvloedige

manna in de woestijn. In Hongarije worden de gemalen zaden ('mák' is de naam voor slaapbol en zaad) in grote hoeveelheden in gebak verwerkt. In Duitsland bakt men zog. Mohnkuchen. Dat het Nederlandse 'maan' en het Duitse 'Mohn' met elkaar te maken hebben moge duidelijk zijn.

Let wel: dit maanzaad bevat absoluut geen slaap- of roesverwekkende stoffen!

De soortnaam rhoeas (spreek uit: reuas), van de Grote klaproos, is afgeleid van het Griekse woord rhyas, wat afvallend betekent, omdat de bloemblaadjes na het plukken al heel gauw uitvallen. Plinius schrijft over "een wilde klaproos die de Grieken rhoeas noemden." Theophrastus (ca.



372-287 voor Chr.) vermeldt in zijn Historia plantarum dat de bloemknoppen als dessert gegeten werden.

Geen enkele van de klapprozen levert trouwens een houdbare snijbloem.

Klappen!

De Duitse naam is (Klatsch-)mohn, de Engelse Poppy en de Franse Pavot.



De Germaanse naam dankt de Klapproos aan een kinderspelletje.

L. Fuchs schrijft al in 1543: “De kinderen hebben het geneuchte met dessen bloemen, went sij legghen de bladeren tusschen haer handen oft op haer voorhoofd, ende sy doen die clappen oft geluyt geuen, ende daerom so heet dit cruyt Clapper rose.”

Rond het begin van de vorige eeuw beschrijven De Cock en Teirlinck het 'Klakkerkes maken': “Men vouwt een bloemblaadje bolvormig zoodat men een klein beursje bekomt. Dit slaat men op voorhoofd of handrug. De samengedrukte lucht doet het kleine zakje met een knal

openspringen.” Ook in andere landen kende men dit spelletje en zo kreeg de papaver overal op elkaar lijkende namen.

Rozen?

Klapper en Klapperroos kom je niet meer tegen. De toevoeging ‘roos’ betekent in de verschillende namen trouwens gewoon ‘bloem’!

De Klapproos zou zo heten omdat de rijpe zaden in de vrucht bij schudden een klapperend geluid maken. Maar ik vind het eerder een zacht ruisen dan klapperen...

In Oost-Drenthe heten ze Stinkrozen, waarschijnlijk omdat je bij die mooie rode kleur ook een lekker luchtje verwacht maar dat vervolgens mist als je er aan gaat ruiken.

Klaprozen waren ooit een massaal onkruid tussen het graan en ze hebben daardoor ook namen gekregen als Koornrozen, Korenbloemen en Rode korenbloemen. In Zeeland spraken ze gewoon van rozen. “Wa stae d'r'n rozen in te tèrewe,” Dat waren dan de klaprozen. Op Walcheren en in Zeeuws-Vlaanderen heten ze Rosewiet. Dat is hetzelfde als Rose-onkruid, want wiet is - vgl. het Engels! - daar de naam voor onkruid. Tegenwoordig heeft het woord wiet nog een heel andere betekenis gekregen! Maar dat is een ander verhaal.

Ziekten

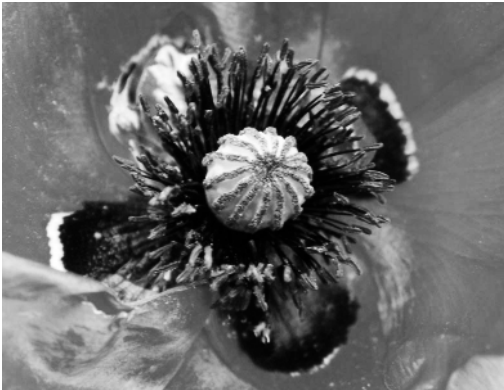
De naam Kankerbloem komt ook veel voor. Die kreeg de plant omdat ze lang geleden de bloemblaadjes bij deze ziekte gebruikten. Ook namen als Kankerros en Kankers kom je tegen. Maar in Tholen, waar de plant ook Kankerbloem heet, denken ze juist dat je kanker zult *krijgen* als je de steel in je mond neemt.

In West-Friesland heette de plant vreemd genoeg Zere-ogenbloem, waarschijnlijk om er voor te zorgen dat de kinderen de mooie bloemen in de korenvelden niet gingen plukken en zo het gewas beschadigden. Zere ogen zou je van dat Klaprozen plukken krijgen...

Voor de namen Spokebloem in het Groningse Westerkwartier, en Spoekeblom in Friesland, geldt hetzelfde. Zo deed het verhaal de ronde dat wie met een Spokebloem in de mond kwam te vallen subiet dood zou gaan!

Interessant is de toevoeging ‘heul’: Koornheul, Rode heul en Wilde heul. Dat ‘heul’ slaat op het melksap dat sommige soorten bevatten. Het is, via het Middelnederlandse oele, ontstaan uit het Latijnse oleum, dat verwees naar de uit de plant geperste olie ook wel heulsap genoemd. Vergelijk ook het Franse ‘huile’: olie!

De Friese naam Tongerblom betekent Donderbloem: bij donder ging de bloem trillen. In het Zuid-Limburgs komt volgens Roukens de naam Donderbloem ook voor en net over de grens, bij Luik, zeggen ze Fleur de



tonir wat hetzelfde betekent. Maar hier denken ze aan het afwerpen van onweer... Daarmee staat ook het gebruik in verband dat Klaprozen, samen met vele andere planten, op 15 augustus (Maria tenhemelopneming), in de zog. Kruidwis verwerkt werden, een kruidenbundel die in de kerk gewijd werd.

Brak er onweer uit dan moesten de planten in de haard geworpen worden en verbranden om onheil te voorkomen.

Maan en kolle

Voor de namen Maankop in Twente, Manen in Salland en Marinekop in Groningen geeft ene Johan van Beverwijck de volgende - tamelijk onwaarschijnlijke - verklaring: "Man-kop heeft zijnen naam na de gedaante van het Hooft en zijn bequam voor Hooftpijn." De naam Maankop slaat op de Slaapbol maar enkele papaversoorten kregen ook deze naam, hoewel de zaaddozen veel kleiner zijn en lang niet zo'n mooie ronde vorm hebben.

In die richting wijzen ook de namen Kollebloem op de Veluwe en Kolleblom in Zuid-Limburg, wat zelfs verbasterd werd tot Koolbloem. Kolle wil zeggen **kale schedel** en wijst op de vorm van de zaaddoos. Bij Dodonaeus treffen we ook Collebloemen aan. Een andere opvatting is dat kol hier behalve kaalkop ook voorhoofd kan betekenen, omdat je de blaadjes op je voorhoofd kon laten klappen. In Duitsland kent men 'kollen' als tegen het voorhoofd slaan en een kolbles is een witte vlek op het voorhoofd van donkerharige paarden. Interessant is ook wat Paque vertelt: "Te Oplinter (België) onderscheidt men dry soorten van Kol: Roode kol : Klaproos ; Blauwe kol : Korenbloem en Witte kol : Valse kamille. Daar deze drie planten in het graan groeien, en vooral in het

Koorn, zou je kunnen aannemen dat Kolbloem dezelfde betekenis, zo niet denzelfden oorsprong (door verbastering) heeft als Koornbloem.”

Een door de opvallende scharlakenrode kleur van de klaprozen geïnspireerde dichter schreef ooit:

Tusschen de tarwe In den zomergloed.

Bloeien de Kollen rood gelijk bloed.

De Klaproos komt oorspronkelijk uit Zuid-Europa of de Kaukasus en zal indertijd wel met voedselgewassen mee naar het noorden gekomen zijn. Door chemische bestrijdingsmogelijkheden is de Klaproos met vele andere typische graanonkruiden vrijwel uit de graanvelden verdwenen. Nu is hij een echte pionier: een indicator voor vers omgewerkte grond.

Bijgeloof

De rode bloemblaadjes van sommige soorten zijn aan de binnenkant onderaan zwart gevlekt. Dit ‘getekend zijn’ heeft aanleiding gegeven tot het ontstaan van de volgende legende: De Klaproos was zo trots op haar schoonheid dat de Schepper er verdriet van had en de duivel toestond haar aan te raken. Waar hij dat deed ontstonden zwarte vlekken, die bij sommige soorten nog steeds te zien zijn.

Vroeger dacht men dat de klaproos op plaatsen bloeide waar iemand vermoord was. Volgens een oud bijgeloof bloeien de vuurrode klaprozen vooral op vroegere slagvelden. Daarom zou het slagveld van Waterloo bezaaid geweest zijn met klaprozen. Ze drinken het bloed van de gesneuvelde en bewaren het in de bloemblaadjes.

Sinds het einde van de 1^e Wereldoorlog gedenkt men in november de gesneuvelde. Dat doet men in Frankrijk en Engeland met de Poppyday die in België Klaprozendag heet.

De Egyptenaren gebruikten de plant als grafgift. Bij een mummie van een prinses uit de 21^e dynastie (1100 - 1000 voor Chr.) is de klaproos aangetroffen.

Geneeskundig

Papavers worden in de geneeskunde gebruikt. Ze worden genoemd in de Nederlandse Farmacopee en wel onder de benaming *Sirupus Papaveris*: Papaverstroop, gemaakt van de papavervruchten. Maar het is niet de gewone Klaproos maar de Slaapbol die hier bedoeld wordt.

In de volksgeneeskunst gebruikte men de bloemblaadjes bij keelpijn en hoest. Bekend waren vroeger ook de rode klaproos-ulevelen.

De bloemblaadjes bevatten het alkaloïde rhoeadine, dat oplosbaar is in water en alcohol en dit bloedrood kleurt. Het heeft een ontkrampend effect op de luchtwegen. Verder zitten er looistoffen, mekocyanine, slijmstoffen, glycosiden, meconisch zuur, harsen en gommen en tenslotte cumarine in. dat bloedverdunnend en pijnstillend werkt.

De melk in de rijpe verse capsules bevat alkaloiden (in principe dezelfde als de Opiumpapaver (*Papaver somniferum*) maar in veel mildere vorm). De belangrijkste zijn isorhoeadine, papaverrubines, protopine, rhoeadine en stylopine.

De hoeveelheid werkzame stoffen die het sap bevat zouden geschikt zijn voor het maken van een mild soort opium. Maar je zou wel hééél erg veel nodig hebben om enig duidelijk effect te sorteren. Of de andere alkaloiden (naast rhoeadine) van de klaproos in *water* vrij komen is de grote vraag, maar in *alcohol* gebeurt dat met zekerheid wel.

Doe-het-zelf

Voor degene die zelf wel eens iets wil proberen volgen hier wat recepten die ik op internet vond.

Let wel: ik publiceer ze zonder garantie en het gebruik is altijd op eigen risico!

Toepassing en dosering bij klachten met betrekking tot de luchtwegen of het zenuwstelsel.

Thee: 1 tot 2 theelepels van de gedroogde blaadjes op 200 ml kokend water, laat dit 10 tot 15 minuten trekken.

Dosis: 2-4 ml, 3 x daags, bij acute klachten vaker. Als de klachten vooral 's nachts optreden, neem dan gedurende de nacht regelmatig wat van de thee of neem een sterk kopje vlak voor het slapen gaan.



Siroop: 1 eetlepel wanneer nodig

Toepassing bij vastzittende hoest, kinkhoest, kroep, astma, bronchitis, RS-virus en als slapeloosheid met al deze klachten gepaard gaat.

Je kunt dit ook toepassen bij (lichte) zenuwpijnen, hyperactiviteit, slapeloosheid, babystuipjes en huilbaby's.

Klaproosiroop

* 260 gr Klaproosbloemblaadjes (verse)

* 720 gr rietsuiker

* 50 ml 90% alcohol (ethanol)

* 1 liter gedestilleerd water

Voeg de klaproosbloemblaadjes geleidelijk toe aan 400 ml gedestilleerd water dat au bain marie verwarmd wordt, roer regelmatig en neem na een uur van het vuur af en laat verder nog 12 uur koud trekken. Goed zeven en uitpersen na deze periode en voeg de suiker toe onder verwarmen.



Voeg de alcohol en de rest van het water toe als de vloeistof bijna koud is.

Geneeskrachtige werking van Klaproosiroop:

Maakt taai slijm los, ontkramp, is licht verdovend, hoestdempend, kalmerend, slaapverwekkend, verzachtend en zweetdrijvend.

Het sap uit de onrijpe zaaddoos van de klaproos bezit dezelfde bedwelmende eigenschap als dat van de slaapbol, doch in veel mindere mate.

Het zelf maken van Klaproostinctuur

Vul een schone pot met alcohol van minstens 35% en doe daar de bloemblaadjes van de Klaproos in en het deksel erop. Laat dit op een donkere plek minstens 2 weken staan, iedere dag schudden. Na een aantal dagen worden de blaadjes wit. Je kunt de tinctuur sterker maken door er tussendoor verse blaadjes erbij te doen. Zeef de tinctuur en doe hem in een donkere fles met naam van het kruid en de oogst- en botteldatum erop. Klaproostinctuur is bloedrood.

Tegenwoordig rekent men de gewone klaproos tot de 7 kruiden die in een bepaald aftreksel, de zgn. "vierbloementhee," worden verwerkt. Hij geneest borstklachten. Wel oppassen want hij kan in te hoge dosis schadelijk zijn.

Recept

Jacobsvruchten met aardappel en papaver

Een chique recept van de Belgische sterrenkok Roger Souvereyns, uit zijn boek 'Kruiden op de Scholteshof.' Je hebt nodig:

6 sint jacobsvruchten, 4 flinke aardappelen,

6 bloemen van klaprozen, 4 klaprozen met steel,

1 theelepel maanzaad, 1 deciliter room,

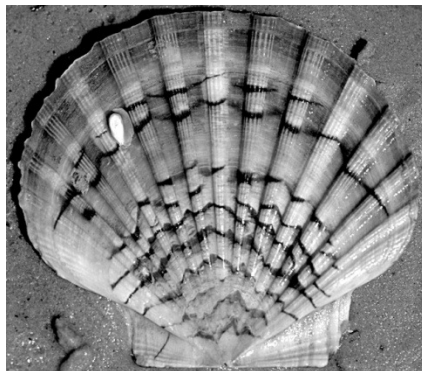
1 deciliter groentebouillon, sap van 1 citroen,

2 eetlepels olijfolie grof zeezout, 10 geplette zwarte peperkorrels,

1 takje rozemarijn, de naaldjes in stukjes gesneden

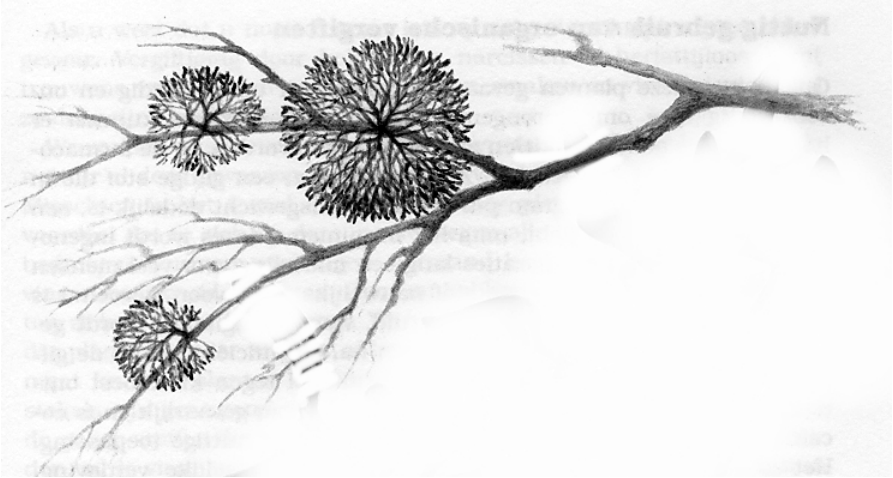
De aardappels ongeschild wassen, afdrogen, in schijfjes van zo'n halve centimeter snijden en bestrooien met peper en zout. De aardappelen in hete olijfolie bakken tot ze lichtbruin zijn. Rozemarijn toevoegen en zo'n tien minuten in een op 120 graden voorverwarmde oven zetten. De room, het citroensap en de groentebouillon samen met de bloemblaadjes laten inkoken tot een licht gebonden saus en door een zeef doen.

De **Sint Jacobsvruchten** uit de schelp halen en kruiden met peper en weinig zout. Heel even aan beide kanten bakken in hele warme olijfolie en ze nog een halve minuut samen met de aardappelen in de oven doen. Leg de vruchten in de jacobsschelpen en met de aardappelen op de borden.



Bestrooi ze met zeezout en de peper en besprenkel ze met de saus. Maak het af met in een koekenpan geroosterd maanzaad, stukjes rozemarijn en de verse papaverbloemen.

Eet smakelijk!



Elk jaar, in december, gaan onze burens naar de Eiffel en brengen dan *grote bollen* Maretak mee. Die groeien daar op oude appelbomen. De bol hangen we een tijdje bij de voordeur op. Daarna smeer ik de inhoud van de besjes op takken van een Meidoorn achter onze tuin uit in de hoop dat er dan een Maretakje op gaat groeien. Dan is het geen natuurlijk onkruid, natuurlijk ook geen onkruid....

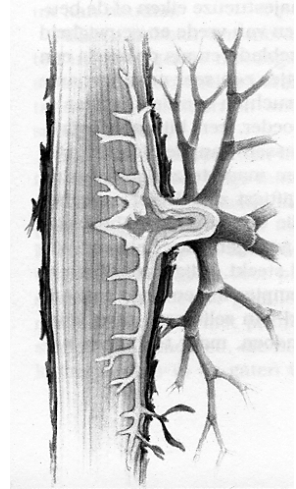
De boeren langs de Moezel denken daar heel anders over. Ze waren vroeger zelfs verplicht de Maretakken te verwijderen om uitzaai te voorkomen want hij verzwakt de fruitbomen behoorlijk! Hij kan op bijna alle bomen groeien, ook op naaldbomen, eiken en acacia's, maar geeft de voorkeur aan appel- en perenbomen en populieren. Ik heb tot op heden nog geen kiemplantjes op mijn Meidoorn gevonden. En dat is verklaarbaar: tegenwoordig denken plantkundigen dat elke boom een eigen Maretakvariëteit heeft.

Er is bijna geen plant met zoveel magie omgeven als de maretak.

Het bekendst is hij geworden door de verhalen van Asterix en Obelix, waarbij hij een onmisbaar bestanddeel vormde van de toverdrank die de Galliërs zo berensterk maakte. Wel geogost met een gouden snoeimes natuurlijk...

Parasiet

De maretak is een halfparasiet. Hij heeft bladgroen en is in staat tot koolzuurassimilatie. Dat is bij echte parasieten, zoals het warkruid en de bremraap, niet het geval. Hij vormt aan de takken van zijn gastheer in de loop van vele jaren een soort bollen van meer dan een halve meter in doorsnee. De stengel deelt zich voortdurend in tweeën, daarna in vieren enzovoort. De wintergroene bladeren zijn lancetvormig ovaal met evenwijdige nerven en een gladde rand. De kleine mannelijke of vrouwelijke bloemen verschijnen vroeg in de lente. De laatste veranderen in de herfst in een witachtige, doorschijnende bes met donkere zaden.



Hij is schadelijk voor de bomen waarop hij groeit: **hij dringt in het hout tot aan de vaatbundels en onttrekt er sap aan.** Appelbomen sterven er soms zelfs door.

Behalve in Zuid-Limburg is de Maretak in Nederland erg zeldzaam. Daardoor zijn er ook niet veel volksnamen in omloop. Alleen Boomkruid, Duivelsnest, Heksennest, Mistel, Mistletoe, Slangewortel en Vogellijm ben ik tegengekomen.



Mistletoe komt uit het Angelsaksisch, Mistel uit het Germaans. Het Oud-Germaanse woord 'mist' betekent mest en het Angelsaksische woord 'tan' twijg. Ze hadden toen kennelijk al door dat de plant zich verspreidde via **vogelpoep!**

Rituelen en bijgeloof



Voor de Kelten was er niets heiligers dan de



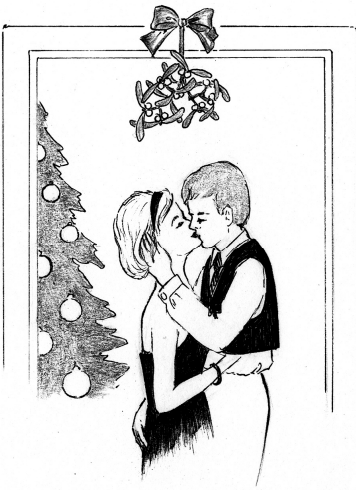
maretak, vooral als hij op een eik groeide. Deze maretakken werden op , op de zesde dag van de Maancyclus ritueel verzameld. Onder de boom werd een feest gehouden. Dan verwelkomde **de druïde** de Maretak in aanwezigheid van twee witte stieren als de universele genezer. Gekleed in het wit kromp hij in de boom en sneed met een gouden snoeimes de Maretak af. Zij noemden hem de 'plant die alle kwalen kan genezen'. Hij werd opgevangen in witte doeken en mocht de grond absoluut niet raken. Daarna werden de twee witte stieren geofferd.

Ook voor de Germaanse volkeren was de Maretak heilig. Bij hen had dat te maken met de mythe over de wederopstanding van Balder, de god van het licht. Volgens de overlevering had Balder een droom waarin hij stierf. Deze droom maakte zijn moeder Freya, de godin van liefde en schoonheid, erg ongerust. Ze ging naar de vier elementen, aarde, lucht, vuur en water en naar alle planten en dieren op aarde en vroeg hun, haar zoon te sparen. Toen ze dacht dat ze het aan iedereen gevraagd had verzekerde Freya Balder dat hij voor eeuwig zou leven. Maar zijn aartsvijand, de God van het kwaad, Loki, vond één plant die Freya over het hoofd had gezien: de Maretak. Want die groeit niet op of onder de grond, heeft geen wortels. Hij groeit op een boom.

Loki maakte van het hout van de Maretak een vergiftigde pijlpunt en liet de blinde broer van Balder, Hoder, onder valse voorwendselen de pijl afschieten. Balder viel dood neer. De aarde werd drie dagen lang donker en de regen stroomde uit de hemel. Elk van de elementen probeerde Balder weer tot leven te wekken, maar dat lukte uiteindelijk alleen zijn

moeder. De tranen die zij gedurende die drie verschrikkelijk dagen vergoot, werden de witte bessen van de Maretak.

De Germanen kenden eveneens een oogstfeest met gouden sikkels. Alle leden van de stam kregen takjes die ze om hun hals droegen als talisman. Later hingen ze die boven de ingang van hun hut om zich te beschermen tegen het noodlot. De Germanen geloofden bovendien dat hun krijgers er onoverwinnelijk door werden en dat onvruchtbaar vee er vruchtbaar door werd. Een ring gesneden uit maretakkenhout zou ziekte weghouden en verse wonden genezen als ze gedragen werd (niet op de wond zelf leggen). Maretak wordt ook gedragen voor geluk tijdens het jagen en



vrouwen dragen het om makkelijker zwanger te worden. Hij wordt gebruikt in rituelen om onsterfelijk te worden en om sloten te openen. Als hij vlakbij een slaapkamerdeur wordt geplaatst geeft Maretak een rustige slaap met mooie dromen. Dit werkt ook als hij onder een kussen gelegd wordt of aan het hoofdeinde gehangen. **Kus je je lief onder een Maretak**, dan blijf je verliefd, verbrand je hem dan weert Maretak het kwaad. Hang je hem om je nek word je onzichtbaar. Kortom met Maretak in de buurt ben je gelukkig zolang het duurt en kom je welbeslagen ten ijs!

Ver weg

Ook in heel verre landen was de maretak heilig, zoals bij de Ainos in Japan en verschillende Afrikaanse stammen. Hij is eigenlijk overal waar hij voorkomt nauw verweven met magische krachten en geneeskunde.

Dichterbij zien we dat in allerlei landen om ons heen, vooral bij gebruiken rond Nieuwjaar. In Oostenrijk verdrijft een stukje maretak boven de drempel van een kamer je nachtmerries en in Wales geloven de jonge meisjes dat ze hun toekomstige bruidegom zullen zien, als ze in de nacht van Sint-Jan een maretakje onder hun hoofdkussen leggen.

Geschiedenis

Kennelijk heeft de maretak vroeger een enorme rol gespeeld. Plinius de Oudere schrijft dat vogellijm gemaakt van de bessen van de Maretak tumoren uiteen doet vallen en zweren doet opdrogen. Dioscorides raadde aan om oude zweren en zwellingen er mee te behandelen en ook Dodoens schrijft uitgebreid over de Maretak als middel tegen zweren en opgezette klieren, kwalen aan de milt, zweren aan de handen en nagels, epilepsie en wat niet al. Ene Culpeper weet te vertellen dat het kruid weliswaar beheerst wordt door de zon, maar dat het, als het op een eik groeit barst van de Jupiterkracht (de planeet van de eik)! Hij is ervan overtuigd dat Maretakken die op eiken groeien het krachtigst zijn. Waarom weet hij niet, maar vermoedt omdat die... het zeldzaamst zijn! Hij bekritiseert zelfs een collega-arts, Clusius, die de voorkeur geeft aan Maretakken van Perenbomen. Hij roemt het kruid om zijn werking op tumoren en zwellingen, die door de Maretak zouden "rijpen". Maretak gevonden op een eik zou zelfs helpen tegen epilepsie. Sommige waren, volgens deze Culpeper zo overtuigd van deze werking tegen de 'vallende ziekte' dat zij de Maretak omschreven als "*Lignum Sancti Crucis*", oftewel "*Hout van het Heilig Kruis*". 't Is maar dat je 't weet!

Inhoudsstoffen

Je houdt het niet voor mogelijk, maar In de maretak blijkt polyfenolen (met bloeddrukverlagende eigenschappen), lecitines (stimuleren het afweersysteem), Viscotoxines (idem), vitamines B (choline en acethylcholine) en C, tumorremmende stoffen, saponinen, slijmstoffen, bitterstoffen, harsen, de mineralen Ca (calcium) en K (kalium), looizuur, etherische olie, histamine, glycosiden en aminozuren te zitten!

Geneeskunde

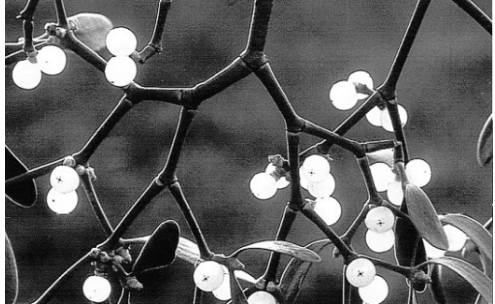
In de oude geneeskunde was de maretak hét antispasmodicum bij uitstek, speciaal werkzaam bij epilepsie, bloedstuwingen naar het hoofd en attaques, bij een te hoge bloeddruk en vooral ook bij 'opvliegingen'.

Laat nou bij moderne onderzoeken inderdaad aan het licht gekomen zijn dat maretak een uitstekend middel is tegen hoge bloeddruk en

aderverkalking! Daardoor komt Maretak tegenwoordig veel in specialités voor. Van epilepsie hoor je niets meer...

Interessant is ook, dat maretak de basis vormt van een kankertherapie die bekend staat onder de naam

'viscumtherapie'. Een behandeling gebaseerd op aanwijzingen van Rudolf Steiner, de grondlegger van de antroposofische beweging. De therapie is in Zwitserland ontwikkeld en wordt in veel landen met succes toegepast.



Maretak werd echter al heel lang gebruikt voordat de gunstige resultaten medisch bewezen konden worden, bij voorkeur de maretak die op peren- en appelbomen groeide. Die zou het effectiefst zijn. In Nederland vinden we maretak heel af en toe inderdaad op appel en peer, maar ook op populier, linde, robinia, meidoorn en lijsterbes. Maar nooit op eiken!

De maretak wordt in oktober en november geoogst als de bessen bijna rijp zijn, maar volgens sommigen moeten voor thee de jonge twijgen met de bladeren in het voorjaar net voor of tijdens de bloei worden verzameld.

Men gebruikt de jonge blaadjes en twijgjes meestal vers in zijn geheel en, gesneden, maar ook wel in de schaduw gedroogd en tot poeder verwerkt. De bessen worden steeds verwijderd.

Voor toepassing bij hoge bloeddruk (met de bijbehorende klachten als migraine en duizelingen), aderverkalking, hartklachten van nerveuze aard, bloedingen, menopauze-klachten en bloedspuwingen bestaan er methoden om de actieve stoffen van de maretak die bij verhitting verloren zouden gaan, te behouden.

Werking

Na het voorafgaande mag je best enige werking verwachten. Bijvoorbeeld op de bloedsomloop. In lijn aan de bast onttrokken - door deze in water te weken - zit een viscotoxine die bij de mens een verandering in de

bloeddruk van de slagaders en het hartritme teweegbrengt. Maar als je een te hoge dosis neemt kunnen de gevolgen gevoelloosheid en een beginnende verlamming zijn! Lijkt me niks..

Bij hoge bloeddruk, hartritmestoornissen, angina pectoris, arteriosclerose en aangeboren hartklepgebreken reguleert maretak de hartslag, werkt zelfs daar waar het nodig is, zowel bij hoge als lage bloeddruk. Daarnaast bezit hij krampopheffende en kalmerende eigenschappen en kan heilzaam zijn bij baarmoederbloedingen, bij bloedstuwung in het hoofd en aderverkalking.

Dat geldt ook voor woekeringen, zowel goed - als kwaadaardig (vleesbomen en poliepen), verhardingen en kanker (alleen ondersteunend, en ga hier beslist niet zelf mee experimenteren!). Helpt Agrimonie samen met Kleefkruid bij kleine, goedaardige woekeringen, Maretak helpt juist bij grote gezwellen.

Op het zenuwstelsel heeft maretak ook invloed. Hij kalmeert en ontkrampst bij migraine, hysterie en stuipen. Verder is hij nuttig bij infecties, evenwichtsstoornissen, overgangsklachten en epilepsie. De werking gaat in dit geval via het vegetatieve zenuwstelsel. Hij prikkelt de klieren van de spijsverteringsorganen en bevordert de stofwisseling. Ook vindt hij toepassing bij astma en psychische verkramping.

Maretak is geschikt voor toepassing na een operatie of na diverse ernstige ziekten en onvruchtbaarheid, maar -zoals gezegd - het is echt geen EHBO-kruid!

Recepten

- Thee: 20 blaadjes, kleingesneden, op 1/2 l water een hele nacht koud laten trekken; zeven en in de loop van de dag met kleine kopjes drinken vóór of tussen de maaltijden.

- Wijn: 40 g verse, kleingesneden blaadjes 24 uur op 1 l witte wijn laten trekken en er vóór de maaltijd 2-3 glaasjes per dag van drinken.

- Poeder: 1 kleine baby paplepel in een beetje lauw water twee tot driemaal daags innemen. Ditzelfde poeder, maar dan 1-2g in honing, wordt voorgeschreven bij kinkhoest en hevige hoestbuien.

Pas op: als je niet goed aan de aanwijzingen houdt kun je misselijk worden en diarree krijgen! Dan moet je er - volgens mijn Duitse bron - meteen mee ophouden en naar de dokter gaan...

Uitwendig gebruikt verzachten hete omslagen van de blaadjes en de bessen - samen een paar minuten in water of melk gekookt - de hevige pijnen bij jicht reuma.

Tenslotte kun je de maretak ook gebruiken voor wassingen van winterhanden- en voeten. Je moet dan 70 gr gedroogd Maretakblad koken in een liter water en met de gefiltreerde vloeistof de plaats van de aandoening een paar keer per dag wassen.

Waarschuwing!

Tot slot lijkt me een waarschuwing wel op z'n plaats want de maretak is toch een ietwat giftige plant, zeker de bessen en vooral voor kinderen. Patiënten die een antidepressief middel van het MAO-type gebruiken (evt. navragen bij de apotheek!), kunnen beter geen preparaten met Maretak innemen: de combinatie kan een gevaarlijke hoge bloeddruk veroorzaken.

Kortom: Je moet met maretakpreparaten dus gewoon oppassen. Zelf er mee dokteren kan in sommige gevallen gevaarlijk. Vooral door zijn invloed op de bloeddruk.

Geïnjecteerd hebben ze invloed op het zenuwstelsel. Dat je zoiets altijd via een arts moet gebeuren spreekt wel voor zich.

SPEENKRUID, *RANUNCULUS FICARIA*

Als kort na de Bosanemonen de gele sterretjes van het Speenkruid verschijnen krijg ik altijd een lentegevoel! We hadden het in Nieuw-Vennep juist daarom gewoon in onze tuin staan. Na de bloei was het een mooie groene bodembedekker. Daarna werd het altijd even een rommeltje. Maar dan maakte het gele blad plaats voor wat eenjarigen en hadden we weer een “net tuintje”...

En door de knolletjes verscheen het het jaar daarop nog massaler!



Speenkruid is een ranonkelachtige en een beetje giftig, net als alle boterbloemen. De plant verschijnt in het vroege voorjaar. Eerst zie je een bosje friskgroene, glanzende, ronde blaadjes, al gauw gevolgd door heldergele bloempjes met 3 kelkbladen en 7 tot 12 kroonbladen. Intrigerend vond ik dat: geen vast aantal! Daarna ontwikkelen zich **zaden** zonder snavel in een **kogelvormig hoofdje**. Maar die zijn alleen nodig tegen de inteelt...

Kenmerkend voor deze plantensoort zijn de vlezige broedknollen in de bladoksels die op vijgjes lijken (vandaar *ficaria*, *Ficus* betekent *vijg*). Ze vallen af en na de bloei blijven ze in de grond over. Zo vermeerderd de plant zich razendsnel. Een plaag die nauwelijks te bestrijden is, vinden sommigen: onkruid!

Naam en volksnamen

De naam *Vijgwortel* (bij Heukels) is een vertaling van het Duitse *Feigwurz*. In de twaalfde eeuw bestaat de naam *Fiwurtz* al. In Frankrijk en Engeland heet de plant respectievelijk *Herbe au fic* en Figwort.

Dodonaeus schrijft over de naam *Speenkruid*: 'Cleyne gouwe oft Speencruydt. In onse tijden/ ende wat daer voor/ heeft men de wortelkens met de aenhangende greynkens of korlenkens begoot te gebruycken om de speenen te genesen ende men heeft dit cruydt daerom de naem Speencruydt ghegeven: want de Speenen oft Anbeyen met het sap van dit cruydt oft van sijne wortelen met wijn oft pisse van den cranken gemengelt zijnde/ dikwijls gewassen en genett/ worden cleynder ende in een getrocken/ ende verdrongen heel: ende pijnje vergeet gantsch.'

Verder vertelt hij nog dat sommigen het bij zich dragen van het kruid (natuurlijk met de wortelknolletjes) op zichzelf al als voldoende beschouwen om aambeien te genezen of de pijn daarvan te verzachten! Er wordt ook wel beweerd dat de naam ontstaan is omdat de knolletjes op een speen of tepel van een zoogdier lijken. En omdat ze ook wel iets weg hebben van de teelballen van een haan of een kater heet Speenkruid in Friesland *Hoaneklootjes* en in Noord-Holland *Katteklootjes*.

Verwisseling

Vanwege de overeenkomst van de bloeiwijze werd Speenkruid dikwijls Boterbloem, Kleine boterbloem en Haagboterbloem (het plantje houdt van schaduw) genoemd. Vroege boterbloem (rond Apeldoorn) wijst op de zeer vroege bloei. Op Zuid-Beveland hebben ze het over Pinksterblommen, wat beter Paasblommen had kunnen zijn, want met Pinksteren bloeien ze nauwelijks nog. Om de plant van de - eveneens gele - Stinkende gouwe (*Chelidonium május*) te onderscheiden ontstonden namen als Kleine celidonie (van *chelidonium*), Kleine gouwe en Klein zwaluwkruid. Maar daarmee is de plant absoluut niet verwant. Stinkende gouwe is een Papaverachtige! Daarover een volgende keer meer.

Vroeger stond Speenkruid bekend als een probaat middel bij scheurbuik. Daarna verwijst de Duitse volksnaam Scharbockkraut (= Scheurbuik-

kruid). Scheurbuik ontstaat zoals bekend bij gebrek aan vitamine C-leveranciers als verse groente en fruit. Uit latere onderzoeken is gebleken dat de plant inderdaad een erg hoog vitamine C-gehalte bevat.

Voedsel

Behalve wortelknolletjes ontwikkelt Speenkruid ook nog kleine broedknolletjes in de oksels van de stengelbladeren.

Daarover bestaat een verhaal. Er werden in sommige jaren erg veel van deze knolletjes gevormd, die vervolgens door sterke en overvloedige regens massaal van de planten afgespoeld werden. Men dacht toen dat er een tarwereggen had plaatsgevonden. Boeken maken melding van zo'n tarwereggen op 25 juni 1550 in Thüringen en op Paaszondag van 1580 in Brandenburg (Duitsland). Later hoorde je er nooit meer van...

Vroeger gebruikte men de knolletjes in tijden van hongersnood. Ze werden dan heel lang gekookt, waardoor ze hun scherpe smaak verloren en vervolgens als brij door het broodmeel geroerd.

In sommige streken worden de jonge blaadjes in plaats van waterkers gegeten. Als ze ouder worden smaken ze bitter. In Hongarije noemen ze de plant waarschijnlijk daarom Salátaboglárka: saladeboterbloem.

Geneeskraft

In de stengels en in de blaadjes (iets minder) zit Ranunculine dat bij kneuzing van de weefsels verandert in Protoanemonine, een vreselijk bijtende stof. Boeren gebruikten hem vroeger om ratten te doden en bedelaars om huidirritaties en schijnwonden te veroorzaken, die medelijden opwekten waardoor ze meer aalmoezen kregen.

Opmerkelijk is dat de knolletjes bij het genezen van aambeien gebruikt werden. Weer een mooi voorbeeld van de signatuurleer (gelijkenis maakt geschikt)! Thomas Burnet zag omstreeks 1672 dat een kwakzalver patiënten die aan aambeien leden met succes behandelde, door ze een soort bier te drinken te geven waarin hij speenkruidknolletjes en

-blaadjes had laten trekken. Daarnaast liet hij hun een zalfje van de plant gebruiken.

Recepten

Hoewel Speenkruid verdrongen is door nieuwere middelen laten medische publicaties geen twijfel over de goede behandelresultaten. De stoelgang wordt onder invloed van een aftreksel van de wortelknolletjes weer regelmatig met een normaal slijmgehalte en de pijn verdwijnt. Bij langdurige behandeling worden aambeien kleiner. Het hierboven vermelde 'aftreksel' is in werkelijkheid een afkooksel: je kookt 15-20 g wortel 1 minuut in $\frac{1}{2}$ l water en laat het 5 minuten trekken. Je drinkt het in drie porties op een dag op.

Voor uitwendig gebruik maak je kompressen met een sterker afkooksel (30-50 g wortel op $\frac{1}{2}$ l water) dat zo heet mogelijk op de pijnplaats aangebracht wordt. Je kunt ook een zalf bereiden. Je mengt dan in het voor- of najaar 1 deel fijngemaakte verse wortel met 3 delen ongezuurde boter of reuzel. Dit mengsel doe je in een glazen pot en laat je 4-5 dagen laten trekken. Daarna smelt je het op een klein pitje en perst het door een fijne doek. De zalf moet in een goed gesloten pot koel bewaard worden en 's morgens en 's avonds opgebracht.

Homeopathisch wordt Speenkruid nog steeds tegen aambeien gebruikt.

Over bijgeloof en hekserij kon ik helaas nergens iets te vinden...

STINKENDE GOUWE, CHELIDONIUM MAJUS

Toen ik in Ulft kwam wonen
groeide er Stinkende gouwe
als onkruid in de voortuin.
Ik kende de plant wel, maar
in het westen zag je hem
zelden. Ik heb het altijd een
wonderlijke plant
gevonden: oranje melksap!

Van een vriend kreeg ik ooit
een intrigerend boek over
een Franse kruidengenezers,
Maurice Mességué: "Mensen
en kruiden". Hij gaf daarin
hoog op van de werking van
een plant die door de
vertalers "zwaluwwortel"
gedoopt was.



Pas na een tijdje begreep ik dat het Stinkende gouwe moest zijn. De hele vertaling wemelde trouwens van verkeerd vertaalde namen, maar toch was het een geweldig boek.

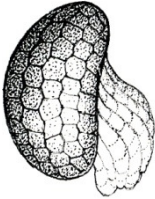
In een vergeeld tijdschrift voor volkstuinders waaruit ik ooit interessante pagina's gescheurd had om die vervolgens in te binden, vond ik een aardig verhaal over een Limburgs vrouwtje dat het sap van de plant op de wratten van haar kinderen smeerde.

Redenen te over en stof genoeg om er hier eens een stukje aan te wijden!

Papaver

Stinkende gouwe is een papaverachtige net als de Klaproos. Ook hij heeft vier bloemblaadjes maar die zijn geel. Net als de meeste papavers heeft hij bovendien maar twee kelkbladeren en een hele massa meeldraden.

Stinkende gouwe groeit overal in heggen en bermen en is gemakkelijk te herkennen aan de harige stengel en bladeren, de gele bloempjes met vier kroonblaadjes en het onmiskenbare gele sap. **Zijn zaden**



hebben een manteltje, een zoet mierenlokkertje, waardoor insecten ze overal en nergens heen slepen. Dat maakt de plant mooi tot onkruid - of tot een mooi onkruid? - in de tuin.

De plant was overal bekend. Niemand minder dan de grote Albrecht Dürer heeft hem in 1526 afgebeeld.

Namen

Zoals bij veel planten zijn er meerdere verklaringen voor de Latijnse geslachtsnaam, in dit geval *Chelidonium*. Dioscorides noemt de plant *Chelidonium*, wat zwaluwkruid betekent. De groei en bloei viel ongeveer samen met de terugkomst van deze vogels. Bovendien ging de plant ongeveer bij het vertrek van de vogels naar warmere streken verwelken.

In het Middelnederlands werd de plant als volgt omschreven:

“Swaluwencruut, Celidonia is een cruut dat saffranighe (saffraankleurige) blommen heeft ende dye is alsoo ghenoeemt om dyes wille dattet in den tyden als dye zwaluwen eerst comen soo beghint ze te bloyen, ende vele luden heytet zwaluwencruut ofte dye ghen des hemels”. Maar Dodonaeus vindt dit “nochtans een ydele en valsche meyninghe”.

Alchimisten die met het kruid experimenteerden om goud te maken - vanwege het goudkleurige sap! - beweerden dat *Chelidonium* een verbastering was van ‘toeli donum’, oftewel hemelse gave, want *coelum* betekent hemel, en *donum* gave.

De Latijnse soortnaam *majus* betekent groot en dat was als tegenstelling bedoeld tot *Chelidonium minus*: de vroegere naam van het Speenkruid.

De Nederlandse naam is gemakkelijker te verklaren. De plant stinkt en gouwe - goud - slaat op het goudgele sap van de plant. Ook namen als Gele gou, Goude, Goudkruid, Goudwortel, Gouw, Gouwortel, Stjonkende Gouwe, Vergou, en tot slot (bij Dodonaeus) Groote Gouwe heb ik gevonden. Verbasteringen van Chelidonium zijn Celedon, Celiadone en - in Friesland - Seldoanje.

De herkomst van de namen Zwaluwenkruid en Zwaluwkruid is al vermeld. De namen Wratte(n)kruid en Wrattetroet in Limburg kreeg de plant omdat het sap daar gebruikt werd om wratten te bestrijden.

Dat gebeurde elders ook. In Engeland Killwart, Wrattendoder, in Duitsland Warzekrut en in Frankrijk sprak men van Herbe aux verrues.

In de apotheek was Stinkende gouwe bekend als Herba et Radix Chelidonii. Daruit blijkt dat zowel de bladeren als de wortel werden gebruikt.

Geschiedenis en geneeskunde

Een vroeg-middeleeuwse naam was Scellewurtz. Schellekenskruid, Schelkruid, Schellekruid en Schelwortel zijn allemaal overgenomen of vertaald uit het Duits waar het nu nog Schöllkraut heet en allerlei dialectische vormen kent. Ook deze namen zijn ontstaan uit chelidonium. Hoewel ook beweerd wordt dat het te maken zou hebben met het Oudhoogduitse sceljan: afschillen of ontschorsen. De plant stond namelijk bekend als een uitstekend middel bij staar, om de vlekken of schellen van de ogen te verwijderen. We vinden die term in een oudere Bijbelvertaling en wel in de Handelingen 9:18: “En terstond vielen hem de schellen van de ogen en hij kon weer zien.”

Dit gebruik als middel om de ogen te genezen is al heel oud, want al in de middeleeuwen schreef Dodonaeus: “Doet om de schelle en lickteekenen die op den appel vander ooghen groeyen, wech te nemen/ ende 't ghesichte te verscherpen.” Zelfs de bekende arts Boerhaave meende dat het geacht mocht worden de vlekken voor de ogen te verwijderen. Dat verklaart de Nederlandse volksnamen Ogenklaar en Ogenkloar. En Van Hall schrijft in 1854: “hier en daar nog gebruikt, om vlekjes op het doorschijnende hoornvlies van het oog weg te nemen”.

Stinkende gouwe werd als een soort panacee (middel goed voor van alles en nog wat) beschouwd. Vroeger werd het gebruikt bij pest, blindheid, waterzucht en ook bij kanker. Er werd zelfs van beweerd dat je, als je het alleen maar met je blote voet aanraakte of in je schoen stopte, zou van geelzucht!

Giftig!

Jean Palaiseul beschouwt dit als een ernstige fout. De plant bevat verscheidene alkaloiden, sterke morfineachtige vergiften: 80g van het sap van de plant kan een flinke hond doden! Zelfs een waterachtig extract van de gehele plant is giftig: het veroorzaakt een hevige ontsteking van de spijsverteringsorganen en prikkelt het zenuwstelsel. Hildegard von Bingen rekende Stinkende gouwe dan ook tot de giftige planten. Maar van ongelukken ermee hoor je zelden. Daarvoor smaakt hij gewoon te smerig!

Bij inwendig gebruik luistert de dosering zo nauw en zijn er zoveel risico's aan verbonden, dat je het uitsluitend op voorschrift van een arts zou moeten innemen.

Bij waterzucht, nierstenen en leveraandoeningen en verstoppingen in de onderbuik wordt Stinkende gouwe nog wel toegepast. Maar eigenlijk kun je dit kruid dus maar het beste als homeopathisch middel gebruiken. Daarvan is de dosering zo laag dat je geen enkel gevaar loopt.

Je kunt wel rustig het oranjeachtige sap van de verse plant gebruiken. Het komt bij afsnijden van de stengel te voorschijn en laat wratten binnen acht dagen verdwijnen. Je moet het dan dagelijks erop aanbrengen, maar wel voorzichtig, anders beschadig je de gezonde huid om de wrat heen.

Bijgeloof

In het bijgeloof heeft Stinkende gouwe slechts een bijrol gespeeld. Er werd beweerd dat wie de plant en het hart van een mol bij zich droeg, zich uit moeilijke omstandigheden zou kunnen redden. En als je hem op het hoofd van een zieke legde kon je te weten komen of de patiënt zou sterven niet. Als die dan hard ging zingen, nou, dan was hij gauw de klos!

Tenslotte maakte men er ook een soort toverzalf van die behekste kinderen en bezetenen kon onttoveren.

Ja, ja, ze maakten er vroeger wel een potje van...

DUIVENKERVEL, FUMARIA OFFICINALIS

Wordt het feest, pluk dan mijn
bloemen,

Kook ze in water, melk en wei.

Ben je daarmee fris gewassen

Staan de kerels in de rij!



Zo ongeveer luidde een oud
gedichtje over de Duivenkervel.

Ik heb het altijd een interessant
plantje gevonden. Als echte
pionier vind je hem soms in de omgespitte tuin, daar is hij leuk, maar op de
akkers was hij vroeger een echt onkruid.

Kenmerken

De gewone Duivenkervel is een eenjarige, kruidachtige plant. De 6-9 mm lange bloemen staan in trossen van tien tot vijftig stuks. Ze zijn purperrood, met een zwartpurperen top en een groene kiel. De vrucht is een nootje met één zaadje. De bladen zijn dubbelgeveerd.

De Latijnse naam

Fumaria stamt af van het Latijnse woord *fumus*: rook. *Officinalis* geeft aan dat de plant in de geneeskunde werd gebruikt.

Maar waarom de plant met rook geassocieerd werd is niet echt duidelijk. Ik heb verschillende opvattingen gevonden:

1. Men dacht dat de plant door het 'dampen van de aarde' ontstond.

2. Het plantje groeit graag op bemeste grond (= ook fumaria).

3. Het sap, dat vroeger gebruikt werd om de blik te verhelderen, doet de ogen tranen zoals door rook.

4. Uit de verte gezien wekt een grote groep planten de indruk dat er rook uit de grond komt, de blaadjes zien er grijzig en wat ijl uit. De oude naam die Dodonaeus gebruikt is *Eertroock*. Dat wijst in die richting. En wat te denken van de volksnamen in Frankrijk, Duitsland en Engeland?

Die luiden respectievelijk *Fumee de terre*, *Erdrauch* en *Earthsmoke!*

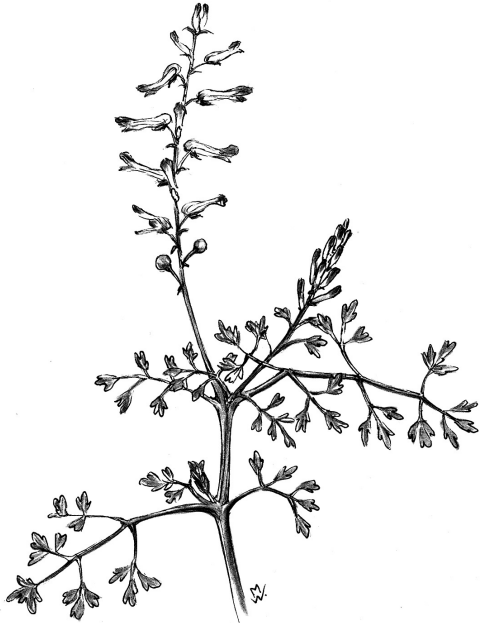
In het Herbarius van 1514 vinden we *Eertsrooc* en *Ertrouch* komen we in een

vroegmiddeleeuws glossarium

tegen. Waarschijnlijk zijn ze allemaal afkomstig van de naam die Albertus Magnus in ca. 1250 aan de plant gaf: *Fumus terrae*. En hij zal zich op zijn beurt wel weer op de Grieken en de Romeinen georiënteerd hebben...

5. Sommigen meenden dat de bladeren en de bloemen het stof van de akker aantrekken en dat bij het schudden van de plant het stof als 'rook' in de lucht verstuijft. Anderen beweren juist het tegenovergestelde, namelijk dat de plant het stof op de bladeren en bloemen vasthoudt.

We mogen dus kiezen...



Nederlandse naam en volksnamen

De naam Duivekervel ontstond doordat de duiven de planten graag eten en de bladeren op die van Kervel lijken. De naam *Duivelskervel* (in het oosten van Drente) kan ontstaan zijn door verkeerd verstaan van het eerste woord, waardoor het werd verbasterd. Maar in het aangrenzende Duitsland komt de naam *Düvelskarvel* voor, zo genoemd 'wegen schädlicher Wirkungen.' Ik heb daarover echter nergens iets kunnen vinden. Die Drentse volksnaam kan dus ook heel goed onder invloed van het nabije Duitse gebied ontstaan zijn.

In Noord-Limburg heet de plant *Duivenkrop*, omdat de spoor van de bloem daarop lijkt. In het Middelhoogduits vind je de naam *Tubenkropf* al, later Taubenkropf.

De naam *Akkerkruid* is ook gemakkelijk te verklaren, net als *Vogeltjes* en *Vogeltjes-op-ain bain* in het Gronings, die ook op de vorm van de bloem slaat. In Zeeuws-Vlaanderen spreekt men van *Wilde kruidnagels*, naar de vorm van de ruwe vrucht. De naam *Grijsekor*, vroeger ook *Grize*, *Grisecom* en *Grijsecom*, dankt Duivenkervel aan het Oudnederlandse woord grijnsen, dat wenen of huilen betekent. Dit slaat op het al eerder genoemde krijgen van tranen in de ogen.

Medicinaal

In de apotheek stond op de pot met gedroogde Duivenkervel '*Fumus Terrae*'.

De plant bevat een aantal alkaloiden, waarvan fumarine de voornaamste is en daarnaast kaliumzouten, flavonoïden en tannines. Een aftreksel van de gedroogde plant is werkzaam tegen huidaandoeningen als eczeem en werkt laxerend en eetlust opwekkend. Maar Duivenkervel werd ook gebruikt tegen 'leepogigheid' of 'grijzende' ogen.' Dit laatste is een andere naam voor staar of 'verduistering van het gezicht', zoals dat vroeger ook wel heette.

Het sap werd als bloedreinigend middel toegepast en verder bij spoelwormen, podagra (een voetziekte) en gal-en leverbezwaren.

Al verschillen de opvattingen over de naam, over de goede eigenschappen van Duivenkervel bestaat geen verschil van mening: eetlustopwekkend, tonisch, bloedzuiverend, diuretisch en galafdrijvend. Hij wordt dan ook gebruikt bij

leveraandoeningen (geelzucht), trage spijsvertering, aambeien (om de ontlasting soepel te houden), arteriosclerose, artritis, urineretentie en huidziekten in de vorm van een *aftreksel* of een *licht afkooksel* (20-30 g op 1 l water; 10-15 minuten laten trekken; 1 kopje voor elke maaltijd).

Duivenkervel heeft verder volgens Jean Palaiseul een zeer bijzondere eigenschap, waar we rekening mee moeten houden: hoewel hij gedurende de eerste 8 dagen van een kuur eetlustopwekkend, tonisch en bloedzuiverend werkt, heeft hij daarna een kalmerende en hypnotische werking met de tendens slaap te verwekken en de bloedsomloop te vertragen. Als je dus de spijsvertering wilt bevorderen en de lever stimuleren moet je een kuur doen van slechts 8 dagen en dan zeker 10 dagen wachten voor je weer gaan kuren! Wil je echter juist een *kalmerend* effect bereiken, dan moet je een kuur doen van zeker 20 dagen achter elkaar!

Duivenkervel kan ook uitwendig gebruikt worden. En dan gaan we het gedichtje waarmee ik begon begrijpen!

Vroeger werd er schoonheidsmiddeltje van gemaakt om de huid te reinigen. De jonge meisjes op het platteland kookten Duivenkervel in melk, waarmee ze hun gezicht wisten om 'het zomerbruin eraf te halen'. Tegenwoordig wordt het nog wel gebruikt als lotion of op kompressen om de huid te verbeteren bij eczeem (60 g plant op ½ l melk, 5 minuten laten koken, 10 minuten laten trekken en dan; zeven). De hele stengel wordt geplukt in de maand juni, als de bloemen op het punt staan open te gaan. Ze moeten dan zo snel mogelijk in de schaduw gedroogd worden.

Je heb het al wel begrepen: Duivenkervel is geen plantje om zomaar voorbij te lopen!

KONINGINNENKRUID, EUPATORIUM CANNABINUM

Naast onze vijver is zaad van het Koninginnenkruid ontkiemd. In een vochtige tuin is het een echt ontkruid. Maar ik heb het plantje laten staan en vorig jaar was het al een plant van 1 meter hoog. Nu staat er een stengel van bijna twee meter met een prachtige paarsroze pluim op: Koninginnenkruid, vroeger ook wel Leverkruid genoemd. De gekweekte vorm hadden we in Rijpwetering bij onze stacaravan. Die haalde nog een halve meter meer!



De plant hoort bij de composietenfamilie, wordt zo'n 30-170 cm hoog en groeit op vochtige plaatsen, bijvoorbeeld aan waterkanten, in moerassen, rietlanden en vochtige bossen. Die vijverplek is dus zo gek nog niet...

Eupatorium (Grieks: eupatorion) is afgeleid van Eupatoria, een naam om Mithridates Eupator, koning van Pontus (124 - 64 voor Chr.) te eren. Hij kweekte vele kruiden die hielpen bij vergiftigingen. Eigenlijk is het de naam voor *Agrimonie* (*Agrimonia eupatoria*), maar hij is in de elfde eeuw door een beroemde Arabische arts verward met het *Leverkruid*. Daar zal ongetwijfeld de gelijkenis van de bladeren en de bittere smaak van beide planten toe bijgedragen hebben. Dodonaeus noemt de plant zelfs *Bastardt-Agrimoni*.

Cannabinum is afkomstig van cannabis: hennep, omdat de bladeren ook daarop lijken.

De bloemhoofdjes van vijf of zes draadvormige buisbloemen zijn roze en soms wit. Het omwindsel heeft purperen topjes.

De plant bloeit van juli tot september met een schermvormige pluim van bloemhoofdjes.

De bladeren zijn tegenoverstaand, de onderste omgekeerd-lancetvormig en gesteeld, de bovenste driedelig, lancetvormig, ongesteeld en grof gezaagd.

Het zaad is een klein zwart nootje dat voorzien is van een pappus, een rij haren of schubben, die later uitgroeit tot vruchtpluis.

Omdat de bloemen veel nectar produceren worden ze door vlinders en bijen druk bezocht.

De naam *Waterhennep* is gezien de groeiplaats heel begrijpelijk.

Maar het is te betwijfelen of dat een echte Nederlandse volksnaam is.

Er bestaat namelijk een oude Duitse naam: *Wasserhanf*.

De eerdere soortnaam *Leverkruid* kreeg de plant omdat hij bij leverziekten en geelzucht gebruikt werd. In de tweede helft van de 19^e eeuw werden er in Egmond Binnen en Wimmenum nog planten voor dit doel verzameld.

De naam *Koninginnekruid* is een verbastering van het Duitse *Kunigundekraut*. Je weet bijna nooit hoe zo'n verbastering tot stand komt. Dodonaeus noemt wel de Duitse benaming, *Kunigundkraut*, maar niet de verbasterde naam. Het is dus best mogelijk dat de naam via Dodonaeus in omloop gekomen is. Zijn 'Cruydt-Boeck' werd ook door de gewone man veel gelezen en wist die veel wie Kunigunde was...

De plant kreeg de naam *Kunigundekraut* naar de in 1200 door paus Innocentius III heilig verklaarde Kunigunde. Zij was de gemalin van keizer Hendrik II, stierf in 1033 en gold als de patrones van de zieke kinderen. Er waren in die tijd nogal wat verhalen in omloop over vele zieken die genezen zouden zijn, nadat deze haar graf bezocht hadden.

Later gebruikte men het gekneusde kruid om het op wonden te leggen.

In de apotheek was het bekend als *Herba Sanctae Kunigundae* en tot in de vorige eeuw werd de plant in de volksgeneeskunst nog voor dit doel nog gebruikt.

Om de naam *Hommelskroet* in Zuid-Limburg te begrijpen moet je weten dat hommelen donderen betekent. De plant maakte dan ook onderdeel uit van de zog. kruidwis, die op 15 augustus, de dag van Maria tenhemelopneming, naar de kerk gedragen werd om gewijd te worden. Daarna kon hij als afweer van donder en bliksem dienen, een gekerstend gebruik, want vroeger was de plant aan Donar, de god van donder en bliksem gewijd. Hij werd ter beveiliging tegen bliksemingslag in de huizen opgehangen.

De naam *Boelkenskruid*, die nooit erg algemeen geworden is, staat in verband met boelen, boeleren, vrijen want de plant werd driftig gebruikt om een minnedrank of *afrodisiacum* te brouwen! Sommigen vermelden zelfs de namen *Mannskraft* en *Mannsliebe*, wat ook duidelijk in die richting wijst. Vrouwen mengden vroeger wel bladeren van Leverkruid door de sla waardoor die een liefdesmiddel werd!. Er mag dan wel ooit een naamsverwisseling plaats gevonden hebben, Leverkruid werd

door het volk wel degelijk als een geslachtsdrift opwekkend middel aangewend.

In grote hoeveelheden gebruikt tast Koninginnenkruid de lever aan en kan zelfs leverkanker veroorzaken.

De naam *Hertsklaver* kwam voor omdat beweerd werd dat gewonde herten zichzelf met dit kruid konden genezen. Maar in Duitsland komt bestaat de overeenkomstige naam *Herzklee* tegen. Maar Herz betekent hart en heeft niets met herten te maken. Hier zal dus ook wel weer wat verbasterd en gefantaseerd zijn!.

De in 'Die Ortis Sanitatis' (1514) voorkomende naam *Wilde Savie*, *Wilde Salie* zal wel afgeleid of overgenomen zijn van de oude Duitse benaming *Wiselbe* of *Veltsalway*: de plant ruikt een beetje naar salie. Behalve voor de al eerder genoemde doeleinden gebruikte men de plant bij schurft en huidziekten. Het water waarin Koninginnenkruid gekookt was werd dan op de aangetaste huid aangebracht. Homeopathisch wordt een essence gebruikt: onder andere bij ontstoken tandvlees.

Een thee van koninginnenkruid werd vroeger als middel tegen verkoudheid en als laxermiddel beschouwd. Maar je zult er ook wel flink hitsig van geworden zijn...

VARKENSGRAS, POLYGONUM AVICULARE

“Hardnekkige plant, die zich snel en dicht uitspreidt, die hele oppervlakten kan bedekken en zonder shade over zich heen laat lopen. Blijft laag over de grond.” (Wikipedia)



In onze straat groeit Varkensgras in de loop van de zomer massaal tussen de klinkers. Het is zo resistent dat je het hoort lachen om de verdelgingsmiddelen die er op gespoten of gestrooid worden. Het blijft gewoon doorleven...

Het verdraagt de volle zon en één plant kan op gunstige plaatsen wel een meter in doorsnee worden. Als dat geen *hardnekkig* onkruid is... Varkensgras is net als de Grote weegbree een tredplant, die tegen een stootje kan en zich juist op sterk belopen plaatsen thuis voelt.

Polygonum is een naam voor planten met dikke knopen: verdikkingen op de plaats waar een blad aan de stengel vast zit. (Poly: veel en gonom: knoop) Aviculare betekent voer voor vogels (avi). Die eten de zaadjes graag.

Varkensgras komt al minstens sinds de Steentijd in de buurt van menselijke nederzettingen voor. Het beroemde Deense veenlijk, **de Man van Tollund**, had vlak voordat hij door wurging om het leven kwam, nog de zaden van het Varkensgras gegeten, die in een gerecht uit die tijd verwerkt waren.

Volksnamen

De naam Varkensgras is over heel Nederland verspreid.

Naast deze naam komen er andere voor die verband houden met dit dier, zoals Zwiengras of Zwijntjesgras in Groningen, Varkensgo(r)s op Walcheren en op Goeree-

Overflakkee. in Groningen en op Walcheren heet een varken of een zeug “mot” vandaar ook nog: Mottegras. In Friesland heet het Bargegérs: wat ook varkensgras betekent.



Dodonaeus noemt voor de plant de naam *Duysentknoopmanneken* oft *Verckensgras*. Dit is naar alle waarschijnlijkheid het vertaalde kosmopolitische *Polygónum aviculare*.

In de 'Gart der Gesundheit' van 1485 komen we het tegen als Blutkrut.

Daarover later meer.

Heel oud zijn ook de namen Wegentree in het oosten van Brabant en Wegenbreeë in de Achterhoek. In de vroege middeleeuwen heetten ze daar al Wegetreta en Wegebrede.

Bij Zutphen hebben ze het over Weggras, wat misschien wel teruggaat tot Hildegard von Bingen (rond 1150), die in haar 'Physica' het Varkensgras 'Weggrass' noemt. Een Groningse volksnaam die die driekwart eeuw geleden nog in gebruik was luidt: Kroep-bie-de-weg. Al deze namen kunnen ook onafhankelijk van elkaar ontstaan zijn, want ze hebben allemaal betrekking op het groeien langs wegen en op paden.

Op Zuid-Beveland komt de naam Streckgras voor. Die zou kunnen stammen van het Middelnederlandse 'streek', in de betekenis van sterk. Een taaie plant dus, die zich goed kan handhaven. Het "Trekgras" van de Oost-Veluwe zal wel een verbastering zijn van Streckgras. Maar door de sterke penwortel hadden ze misschien wel moeite met het uit de grond trekken...

Dat varkensgras altijd al als taaie rakker beschouwd werd, bewijzen de namen IJzerhard in West-Friesland en IJzerkruid in Noord-Limburg.

Een heel andere naam die op het langs wegen groeien betrekking heeft is 'Hannes-aan-de-weg'. Waarschijnlijk is het een vertaling uit het Duits, uit een verhaal of sprookje. In Duitsland spreekt men ook van 'Hanns am Wege' of 'Hänsel am Wege'. In Oostenrijk komt 'Hansel am Weg' voor. Al in 1519 bestond 'Heinzlin by dem Weg'. Waarschijnlijk is die naam in Oostenrijk ontstaan, want daar komt de volgende sage vandaan:

In een dorp woonde een rijke maar gierige boer, die een mooie dochter had, Grete. Tegenover het huis van die boer woonde een arme boer met een zoon, Hannes. De twee kinderen werden verliefd op elkaar, maar de rijke boer zag niets in die relatie en verhinderde elke toenadering. Grete zat zo lang vanuit haar huis naar Hannes te kijken en hij van buiten naar haar, dat het stel in bloemen veranderde. Uit Grete ontstond 'Gretel in der Staude' of te wel Juffertje-in-'t-groen (*Nigella damascena*) en uit Hannes ontstond 'Hansel am Wege'.



Namen die betrekking hebben op de knopen aan de stengel zijn: Doezendknoop, Knoopgras en de verbastering Knopgras. In oostelijk Brabant hebben ze het over Vogelvoet. Omdat de stengels vanuit een centraal punt in alle richtingen groeien? Zou kunnen!

Bij Dodonaeus vinden we nog vermeld 'Proserpinaca', afkomstig van Apuleius: 'omdat zij langs der aerden cruypt.' Proserpina is namelijk de Griekse godin van de onderwereld.

De naam Kreupelgras (in Waterland) is terug te voeren op het plat tegen de grond liggen van de stengels. Dit kreupel komt van kruipen, vanwege het over de grond kruipen van de plant. Houத்துய (1800) zegt daarover: 'zoo geheeten omdat het op de grond ligt.'

In Engeland noemen ze de plant Knotgrass, in Frankrijk Renouée des oiseaux en in Duitsland Vogel-Knöterich.

Inhoudsstoffen

Varkensgras bevat calcium en ijzer, wat samen met magnesium, voor de darmen belangrijk is. Het is een siliciumplant en bevat kiezelzuur, net als heermoes, waarover ik eerder schreef en waarop de plant ook in zijn werking veel lijkt. Ze vormen kiezel onder de invloed van zonlicht.

Verder bevat hij slijmstoffen, looistoffen, hars, vluchtige olie en flavonoïden.

Jean Palaiseul vermeldt dat er vroeger in het Verre Oosten een met indigo vergelijkbare blauwe kleurstof uit de blaadjes gewonnen werd.

Geneeskracht

Volgens Wikipedia geldt Varkensgras als bloedstelpend middel en stilt bij de voor suikerziekte zo symptomatische dorst. Het is verder kalmerend, laxerend, samentrekkend, urine drijvend, steen verdrijvend, wondhelend en opbouwend. Niet niks dus!

Dodonaeus beveelt de plant onder meer al aan bij bloedspuwingen en neusbloedingen. Plinius noemde hem Sanguinaria: bloedkruid, een naam waarover Heukels ook spreekt. Blutkrut in Duitsland noemde ik al.

Columella uit de eerste eeuw na Chr. noemde het Varkensgras Sanguinalis, wat ook met bloed te maken heeft.

In de geneeskunde, ook in de volksgeneeskunst, was het Varkensgras een hoog gewaardeerd middel tegen van alles. Plinius raadde het aan bij de derdedaagse koorts, maar... dan moest het kruid wel met de *linkerhand* geplukt zijn!

Dodonaeus (1604) schrijft over verckensgras: Dioscorides seydt dat het sap van Duysentknoop gedroncken zijnde dichmaken ende vercoelen can. Het helpt de gene die bloetspouwen oft met bloedich braecken gequelt zijn.

Op het platteland gold het als een probaat middel tegen diarree.

In 1621 schreef de arts Hondius in een leerdicht:

“Soo de borst is overladen

En haer bloed en etter spuycht:

Verckensgras is zeer geraden.”

Bij P. Nylandt (1682) vinden we het volgende recept: `Voor buyckloopen, bloetspouwen, ende onmatige maentstonden der vrouwen: Neemt van het sap twee oncen/ ende geeft het in/ ofte bereydt een afziedsel van dit cruydt in wijn/ ende laet' er van drincken.'

Ook Jean Palaiseul verblijdt ons met recepten:

“Een afkooksel (20-30 g verse plant of 50 g gedroogde plant op 1 l water; 10-15 min laten koken; 10-15 min laten trekken; zeven; 4-5 kopjes, ca ½ l per dag) wordt voorgeschreven bij diarree, dysenterie, catarres van de ademhalings-, spijsvertering- en urinewegen, blaasontsteking bij een steen (varkensgras is een diureticum), jicht, huidziekten, artritisklachten, al te lang aanhoudende menstruatie, maagbloedingen door een maagzweer, circulatiestoornissen van congestieve aard zoals spataderen, aambeien, flebitis (aderontsteking). Dit afkooksel is tevens een versterkend middel bij tuberculose.

Papjes van gekneusd varkensgras (afgewassen met gekookt water) doen bloedingen van verwondingen ophouden en bevorderen en genezing door het hoge tannine- en siliciumzuurgehalte.

In de apotheek stond het kruid bekend onder 'Herba Centumnodia vel Sanguinaris'. Hier heet het dus geen *Duizendknoop* maar slechts *Honderdknoop*: – centum = honderd en nodi = knopen.

Als Varkensgras tussen het koren en andere cultuurgewassen groeide, zou het groei daarvan belemmeren. Het bijgeloof hieromtrent was zo groot, dat er gezegd werd dat kinderen Varkensgras beslist niet moesten eten. Anders zouden ze er slechter van gaan groeien.

Zelfs Shakespeare wist van dit bijgeloof af, want in zijn Midzomernachtsdroom schrijft hij al:

*Get you gone, you dwarf, you minimus, of hinderring Knot-gras [varkengras] made:
you bead, you acorn.*

Tot slot (vermeldt Wikipedia:)

Als mensen zich als varkens gedragen en alles eten, zich overladen, niet letten op wát ze eten, dan hebben zij varkensgras nodig. Zij maken van hun darmen een varkensstal. Want, zegt Huibers: varkensvlees is onrein, geeft uitslag. Deze plant geeft je weerstand, je bent beter opgewassen tegen het leven.

Als je het gelooft: doe er je voordeel mee! Maar pas op met zelf dokteren...

BLAUWE DRUIFJES, MUSCARI BOTRYOIDES

Als kleine jongen kreeg ik van mijn moeder op mijn verjaardag altijd een bosje Blauwe druifjes. Die waren eind maart al wel verkrijgbaar.

Blauw is altijd mijn lievelingskleur geweest.

Blauwe druifjes heb ik sinds wij een huis met een tuin hebben altijd geplant. Dat hoef je trouwens maar een keer te doen: het worden er steeds meer.

Of je op klei of op zand woont doet er niet toe. Ze vermeerderen zich als... onkruid.



Dit wordt een kort artikel. Er is over deze plant niet zo gek veel te vinden. Waarschijnlijk omdat hij hier niet inheems is.

Rommeltje

Niet bloeiende Blauwe druifjes zijn een rommelig gewas. Dat gerommel begint eind augustus want dan komt het blad de grond al uit. Je kunt ze dus ook het beste heel vroeg planten. Maar zet ook rustig de voorgetrokken en in de kamer uitgebloeiende bollen in de grond, want ze doen het volgend jaar prima in de tuin!

Bloemen

De volwassen vruchtbare blauwe bloempjes zijn bolronde met witte tanden en staan in dichtbloemige, tot wel 7 cm lange aren. De rechtopstaande stengels zijn kaal. De bladeren - maar 2 tot 4 per bol -, worden 5-25 cm lang en 5-12 mm breed.



Er is ook een breedbladige soort: *Muscari armeniacum*. De variëteit 'fantasy creation' heeft zelfs dubbele bloemen.

In maart komen de bloemstengels tevoorschijn. Pas als de trossen helemaal volwassen zijn is het een felblauwe pracht. Hoewel... Ze zijn er ook in wit en heel lichtblauw. En er is een soort kuifachtige bloemen: Kuifhyacinten. Ik heb ze op diverse Griekse eilanden in het wild gevonden. Ze hebben prachtige azuurblauwe bloemen, maar ook hier stonden er witte tussen!

Bij *Muscari latifolium* zijn de onderste bloemkelkjes donkerblauw en de bovenste lichtblauw. De vorm van de bloemen is anders en de bladeren zijn breder.



Zaad

Als ze uitgebloeid zijn vormen ze net zo veel zaaddozen als er bloemetjes aan de stengel zaten. Ze zijn ijverig bestoven door alle insecten die maar bij de nectar konden komen. Als ze rijp zijn gaan de driehoekige, strokleurige doosjes open en vallen de zwarte zaden er bij aanraking uit. Ze zijn in trek bij mieren want er zit kennelijk ook een soort snoepkorreltje aan. Door hun gesleep vind je ze het jaar daarop als beginnelingen door de hele tuin! Een jaar later staan ze al te bloeien. Bij ons in de tuin kwamen ze zelfs tussen de waalsteentjes van een weinig belopen pad in bloei!

Oorsprong

Blauwe druifjes komen oorspronkelijk uit Zuidwest-Azië en Zuid-Europa en zijn hier als Stinzenplanten verwelkomd. Maar intussen zijn ze in Midden- en West-Europa en in Noord-Amerika plaatselijk ingeburgerd. In Nederland groeien ze in de duinen en hier en daar in bossen. Ze houden dan ook van zonnige tot licht beschaduwde plaatsen en vochtige, matig voedselrijke, humeuze grond. Maar zelfs op zware klei doen ze het goed! Hun groeiplaatsen zijn in grasland, bergweiden, lichte loofbossen en struwelen te vinden.

Eetbaar zijn blauwe druifjes niet. Er is wel een soort die er op lijkt, Kourkoutselia, die eetbare bloemen moet hebben, maar ik vond alleen de vermelding.

Namen

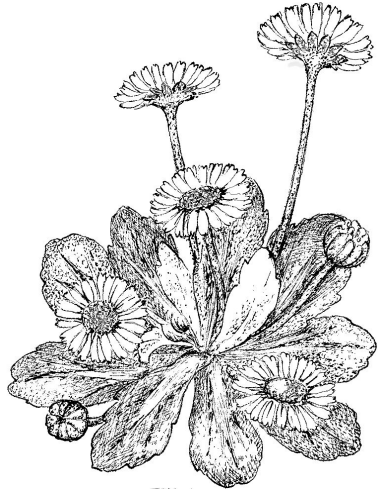
In 't Fries heten ze Blaukraaltsjes, in 't Engels Grape Hyacinth of Common Grape Hyacinth, in 't Duits Traubenhyaazinthe en in 't Frans Muscari en grappe.

Volknamen heb ik niet van gevonden. De naam is veelzeggend genoeg!

Gerrit Til vertelde mij dat ze de naam Papenkralen tegengekomen was op de website www.kerktuinnpbwassenaar.nl. Het verhaal achter de naam stond er echter niet bij. Als je het kent zou ik het leuk vinden dat van je te horen!

MADELIEFJE, BÉLLIS PERÉNNIS

Madeliefjes heb ik altijd prachtig gevonden... tot we in een huis met een tuin gingen wonen en nog in de mening verkeerde dat een gazon daarin hoorde en vooral op een biljartlaken moest lijken. En zomaar opeens waren ze onkruid geworden!!! In Amsterdam, in onze schooltuin, groeiden ook Madeliefjes. Hele mooie met heel veel rood, heel groot en heel veel bloemblaadjes! Dat het gekweekte met dubbele bloemen waren heb ik pas later begrepen. En ook dat het eigenlijk heel bijzondere plantjes zijn die zich van vorst en sneeuw niets aantrekken. Dat maakt ze uitermate geschikt voor een eerste Verrekijker van het jaar.



Waarom haten al die biljartlakenliefhebbers madeliefjes? Ze vinden die plantjes nogal egoïstisch. Ze eisen in hun gazon een eigen plek op. Ze veroorzaken een kuiltje in het laken. Daarin loopt de regen in het midden weg, precies bij hun wortels. De blaadjes vangen zo ook alle licht op. Gras kan er niet onder groeien. Als je ze weg haalt blijft er dus een lelijk gat over! Dan moet je opnieuw inzaaien. Op een golfbaan kan ik me dat nog wel voorstellen. Maar in een tuin... Haal ze maar niet weg. Ze komen toch weer terug. Geniet er maar van. Alleen maar gras is toch vreselijk saai!

Familie

Madeliefjes zijn Composieten, samengesteldbloemigen. Elk wit lintje en elk geel bolletje in het hartje is een bloem. De witte lintjes van de buitenrand dienen om te lokken, de buisjes in het gele hart om te fokken.

Namen

De plant heeft veel volksnamen. Hoeveel weet je er? Meizoentje natuurlijk, maar kende je ook Madesuete, Bleekveldbloempje, Kransje, Paasbloempje, Fenneblom, Koeie- of Schapeblom, Unerwouderklaver, Karsousjes, Margrietje, Liefkruid of Mariabloem? Het ligt er maar net aan waar je vandaan komt! Maar er is (bijna) niemand die het plantje zelf niet kent. Het Latijnse woord 'bellus' betekent 'mooi' of 'lief.' 'Perennis' betekent overblijvend of bestendig: het plantje heeft een wortelstok en blijft in de winter gewoon aanwezig.

Het stukje 'made' in de naam kan een vorm zijn van het woord 'maagd'. Het woord Madelief - met de klemtoon steeds op de *laatste* lettergreep - zou dan uit madelieven zijn gevormd.

Kransje begrijp je wel als je bedenkt hoe velen van jullie er vroeger kransjes van gemaakt (steeltje door steeltje door steeltje!) en om hun hoofd gelegd hebben! Paasbloempje is een beetje vreemd, want Madeliefjes bloeien het hele jaar door! De hoofdbloei valt echter wel in die tijd.

De naam Karsousjes (op Schouwen en Zuid-Beveland) komt van het Oud-franse *Consaude* (daar de volksnaam van het Madeliefje), dat afgeleid is van het Latijnse *consolida*: 'wat heelt of vastmaakt.' Daarover later.

Fenneblom is beter verklaarbaar: fenne is het Friese woord voor weiland.

Geloof en bijgeloof

In Friesland werd het plantje ook wel als koortswerend middel gebruikt: 'Men gebruikte de eerste dag drie bloempjes, de volgende dag vijf, dan zeven en tenslotte negen stuks. Daarna gaat men terug op zeven, vijf en drie bloempjes. Is de koorts dan nog niet over, dan moet je het geheel herhalen.' Baat het niet... Het gebruik de van oneven getallen hier berust op het geloof in de magische kracht van een dergelijke reeks. Vooral in de Oudheid werd aan de getallen drie,

zeven en negen grote waarde gehecht. Maar nog steeds vinden we overblijfselen terug in bijv. 'alle goede dingen bestaan in drieën,' het getal zeven als geluksgetal en een begeerd loterijlot met een negen op het eind.

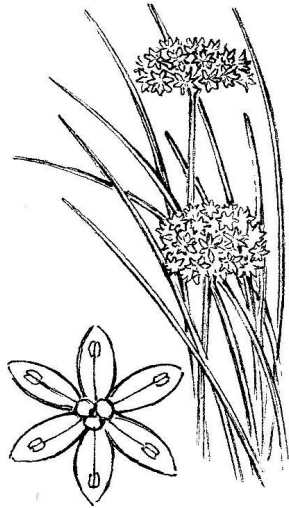
In noordelijker streken was de plant aan Freya, de godin der liefde en vruchtbaarheid gewijd. Als sinds de dertiende eeuw duikt de naam *Flos amoris*, liefdebloempje, Liefkruid, op. In die tijd ligt al de oorsprong van het liefdesorakelen: het aftellen en afplukken van de witte lintbloempjes onder het zeggen 'Hij bemint mij, hij bemint mij niet.'

In Engeland deden ze met de 'daisies' hetzelfde.

Na de kerstening van de lage landen ging Maria een rol spelen: Mariabloempjes, "God gruet di, schone Madelieve, ave Maria!"

Madeliefjes zouden ontsproten zijn aan de tranen die zij vergoot tijdens de vlucht naar Egypte. Een legende verklaart de rode vlekjes die van onderen aan de witte lintbloempjes zitten: Maria bezig een madeliefjespatroon te verweven in textiel dat voor het kindje Jezus bestemd was. Zij prikte zich in haar vinger en de druppels bloed vielen op het patroon.

Door de witte bloempjes werd het Madeliefje als zinnebeeld van onschuld en zuiverheid aan de Heilige Maria opgedragen. Men geloofde ook dat op Sint Jan (14 juni) tussen 12 en 1 uur geplukte bloempjes een geheimzinnige kracht hadden. Je moest de gedroogde plantjes wel bij je dragen, want pas dan was je verzekerd van een goede afloop van belangrijke zaken. En als je in het voorjaar drie bloempjes opat, zou je gegarandeerd dat gehele jaar geen tandpijn, koorts of oogziekte meer krijgen. De moeite van het proberen waard... Niet dan?



Eten

Vroeger werden de blaadjes niet alleen als sla gegeten, maar ook gekookt: als groente bij vette, zware vleesgerechten om 'het gehemelte te strelen en de buik te ontlasten'.

Zelf doen we de bloempjes soms door de sla, samen met die mooie lila van **bieslook**, of - later in de tijd -, de knoppen en bloemen van Oost-Indische kers. Het ziet er leuk uit en smaakt perfect!

Geneeskracht

Het madeliefje werd veel gebruikt als wondmiddel, verzachtend middel, depurativum en diureticum. Nu is het Madeliefje uit de 'materia medica' verdwenen. Behalve dan bij homeopaten en mensen van het platteland die madeliefjes nog altijd gebruiken als voorjaarskuur (om het bloed na de winter te reinigen) en als geneesmiddel. Zo maakt men voor aandoeningen van de luchtwegen, huidziekten (eczeem, schurft) en menstruatieklachten een afkooksel: 30-40 g verse blaadjes en bloemen op 1 l water langzaam aan de kook brengen; 2-3 minuten laten koken; 10 minuten laten trekken; zeven; 3 kopjes per dag tussen de maaltijden. Bedlegerige patiënten zouden door dit drankje flink heet te drinken een dreigende pleuritis kunnen voorkomen.

Een ander recept (om hoofdpijn als gevolg van bijv. een hersenschudding te verminderen): twee handjes verse plant in 1 l witte wijn 24 uur laten trekken, zeven en elke ochtend 1 glaasje innemen. Dit werkt ook bij waterzucht, reumatische pijnen, kneuzingen en bloeduitstortingen.

Kauwen op verse blaadjes kan helpen bij aften en mondontstekingen. Een aftreksel van gedroogde bloemen (15g op 1 l kokend water; 10 minuten laten trekken; zeven) kan in een dosering van 2 kopjes per dag helpen bij het bestrijden van een te hoge bloeddruk.

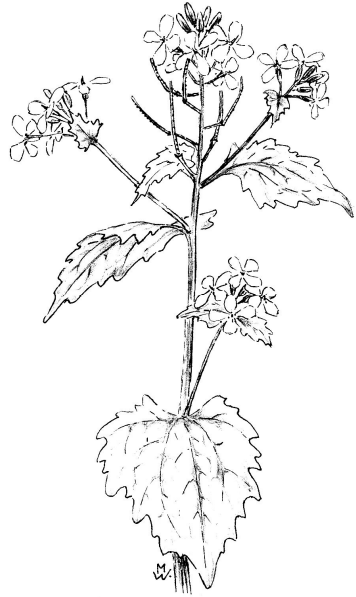
Maar ik garandeer niks!!!

Look-zonder-look, *Alliaria petiolata*

Vroeger vond ik Look zonder look maar een gekke naam. Totdat het me duidelijk werd dat met look het rolronde blad van ui-achtige planten bedoeld werd. Bieslook en Kraailook hebben ook zulke bladeren heten daarom zo.

Zonder uienblad en er toch zo naar stinken...
Logisch toch! Look maar dan zonder!

Je ziet ze hier in de achterhoek bij elke wandeling wel staan. Een Duits plantentijdschrift laat weten dat je dit keukenkruid(!) maar één keer in je tuin hoeft te zaaien... 't Lijkt wel een onkruid!



Volksnamen

Het schijnt vroeger trouwens een geliefd kruid te zijn geweest, want het heeft volksnamen, zowel hier als in het buitenland.

Heukels vermeldt de namen Knoflookkruid en Klein(e) look en verder komen we in Duitsland Knoblauchkraut tegen. Het Franse Herbe aux aulx betekent hetzelfde. In Engeland vind je namen als Garlic-mustard (knoflookmosterd) en Hede-mustard (Heggemosterd, vanwege de groeiplaats) maar ook Poor man's mustard. Hieruit blijkt duidelijk dat de arme bevolking de plant als goedkoop surrogaat voor mosterd gebruikte.

In Salland komt de naam Witte kiek voor, wat wil zeggen een onkruid met witte bloemen. Kiek, Keek of Kijk is op verscheidene plaatsen in ons land een woord voor onkruid.

Look-zonder-look is een heel algemeen voorkomende plant uit de kruisbloemenfamilie (Brassicaceae). Hij heeft witte bloemen, lichtgroen blad en – bij wrijven – die onmiskenbare geur. Die lijkt volgens sommigen op uien maar de meesten vinden hem toch meer knoflookachtig. Behalve de bloemen stinkt de hele plant.

De naam

De botanische naam *Alliaria* is zelfs afgeleid van knoflook (*Allium*). *Petiolata* geeft aan dat het blad een steel heeft. De plant wordt al in de 16^e eeuw genoemd door Bock en Fuchs.

Als de grond vruchtbaar en er weinig concurrentie is kan de plant in één jaar volwassen worden en bloeien. Meestal doet hij dat echter in het tweede jaar.

Als echte kruisbloem heeft hij vier kroonbladeren die in dit geval tweemaal zo lang zijn als de kelkbladeren. De Leliefamilie, waartoe de echte uien behoren, heeft er 6! De rechte, onvertakte stelen kunnen wel een meter hoog worden. De bovenste bladeren zijn geelgroen, hartvormig en onregelmatig getand. De vruchten zijn hauwen. Ze zijn veel langer dan breed. Look zonder look bloeit van april tot juni.

Je vindt hem in bijna heel Europa en West-Azië. In Noord-Amerika is hij geïmporteerd.

Hoewel bijen de plant graag bezoeken bestuift hij zich meestal zelf.

Hij groeit graag op vochtige, voedselrijke grond in loofbossen, langs bospaden en beken, het liefst langs de rand met wat schaduw.

Zoals veel kruisbloemachtigen is Look-zonder-look goed bruikbaar in de keuken.

Vroeger

Dodonaeus noemt de plant al *Loock sonder loock*. Hij schrijft: "Dit cruydt wort nu ter tijt in Latijn geheten *Alliaria* ende *Alliaris*: in Neer Duytsch *Loock sonder lock*/ al oftmen in Latijn *Allium non bulbosum* (een uiensoort zonder bol) seyde: in Francoys *Alliayre*: in Hooch Duytsch *Knoblauchkraut*.' En verder schrijft hij: 'Maer in de spijse en met de gesauten Visschen worden de

bladeren van dit cruydt ghestooten/ oft met ander saucen somtijts in stede van Gemeyn Look oft Das Look gegeten.”

De zaden zijn scherp als mosterd, het blad smaakt goed. De smaak is kruidig, een beetje in de richting van tuinkers en milder dan die van uien of knoflook. Je kunt het zelfs goed invriezen voor later gebruik. Het is samen met pinksterbloemblad en de jonge bladeren van speenkruid lekker in voorjaarsalades. De wortels kun je laten meetrekken in groentesoepen (en daarna verwijderen want ze zijn vezelig en taai!) en de bloemen kun je als garnering op een kaasboterham of pizza strooien. Het is een alternatief voor mensen die minder van een scherpe knoflook en daslookmaak houden. Echt een leuke afwisseling.

Geneeskrachtig?

“Sommige sieden deze bladeren ook met de clijsterien (klysmā)/ die sij tegen de buyckpijn oft colijcke / oft tegen de pijn van de Nieren ende van 't graveel (niergruis) bereyden: in de welcke sij niet alleen de winden sterckelijck verdrijven ende doen scheyden/maer ooc de pijnen van 't graveel ende van den gebroken oft rijsende steen comende versachten ende versoeten connen/ soo men geloof,” laat Dodonaeus ook nog weten.

Het kruid is als Herba Alliariae al heel lang in de apotheek bekend als middel om zweren te laten rijpen. Het werd daarnaast gebruikt als bloedzuiverend middel om urine en zweet af te drijven en ingewandswormen kwijt te raken.

Een aftreksel van de bladeren (drogen, twee theelepels per kopje water, vijf uur weken, even aan de kook brengen en vijf tot tien minuten laten trekken) kan inwendig tegen astma en bronchitis ingezet worden. Uitwendig kan Look zonder look – gekneusd - als kruidenkompres bij slecht helende wonden worden toegepast.

In onze streken zie je vaak **Oranjetipjes** in de buurt van deze planten en Pinksterbloemen vliegen. Deze planten zijn waardplanten van deze vlindersoort: de rupsen leven op de bladeren.



Inhoudsstoffen van de verse plant

Look zonder look bevat o.a. vitamine A. Afhankelijk van het tijdstip van oogsten kan dat variëren van 8 600-19 000 i.e. en vitamine C (190-400 mg per 100 g vers gewicht) en verder glycosiden (o.a. mosterdolieglycoside).

Vroeger werd de plant als surrogaat voor zwarte mosterd gebruik en ook verkreeg men een gele verfstof uit de bladeren.

Ten slotte

Je kunt het kruid van maart tot juni net voor of tijdens de bloei oogsten. Het aroma van de bladeren is 's morgens het grootst. Zaden oogst je in juli en augustus. Je kunt ze dan gebruiken of meteen zaaien, het beste langs een heg. In het voorjaar ontwikkelen zich dan rozetten die het jaar daarop bloeien. Daarna hoef je ze nooit meer te zaaien. Dat gaat vanzelf... Look zonder look houdt van brandnetels als burens.

Ganzenvoet, *Chenopodium spec.*

Jaren geleden, toen ik regelmatig in Zuid-Hongarije was, kwam het gesprek onvermijdelijk op onkruiden. Een vriend van ons is daar akkerbouwer en noemde vaak de naam “Fehér libatop” als lastig onkruid. Vertaald betekent fehér wit en liba gans. Top is een oud woord voor voet. “Witte ganzenvoet” dus (*Chenopodium album*), die bij ons Melganzenvoet heet.

Ik wist al wel dat het determineren van ganzenvoetsoorten geen amateurswerk is. Het is een aardig moeras. Maar de zaden bieden je wel een beetje houvast. Die van het geslacht Melde (*Atriplex*) hebben een soort vleugeltje om het zaadje heen.

In Ulft is langs de Bongersstraat onlangs een fabrieksterrein gesaneerd en vervolgens afgezet met een hek. Na een paar maanden was er in en om het hek een soort hoge haag gegroeid van een opvallend hoge melde-achtige plantensoort. Dat verschijnsel was de eigenlijke aanleiding tot dit stukje.

“Melde” is een veelgebruikte naam voor akkeronkruiden. Maar als je de boeken en het internet er bij pakt blijkt het alleen maar een verzamel-naam te zijn voor een flink aantal soorten. “Welke melde?” zou je je dus eigenlijk moeten afvragen...

De Amarantenfamilie waar de melde deel van uitmaakt blijkt opgedeeld in o.a. de geslachten Ganzenvoet en Melde, die voor een onge oefend oog erg op elkaar lijken!

De hoge soort langs het hek in Ulft bleek Uitstaande melde te



heten. Melganzenvoet blijft veel kleiner. Het is een van de weinige melde-soorten die niet van wat zout in de grond houdt. Dit is trouwens de eerder genoemde plant uit Hongarije.

Melganzenvoet was lang een lastig onkruid, doordat zijn snelle groei na het kiemen zijn concurrentiepositie buitengewoon begunstigt: hij overgroeit gewoon alle andere planten. En zoals je weet: zonder licht kan een plant geen voedsel aanmaken! Was melde daardoor vroeger een gevreesd probleem, tegenwoordig maakt de gifspuit (die een "gewasbeschermingsmiddel" bevat) korte metten met deze lastigerd.

Gelukkig is er over deze plant ook nog wel wat positiefs te melden.

Hij hoort bij het geslacht *Chenopodium*. Dat heeft zijn naam te danken aan de bladeren die bij de meeste soorten op de poten van ganzen lijken. Hij is afgeleid van het Griekse *chen*: gans en *podos*: voet. De oude Latijnse benaming *Pes anserinum* betekent gewoon hetzelfde. Van de verschillende soorten van dit geslacht die in ons land voorkomen is Melganzenvoet het meest algemeen.

De naam Melde, heeft waarschijnlijk iets te maken met meel, omdat de bladeren er uitzien alsof ze met meel bestoven zijn. De Latijnse soortnaam *album* (alba: wit) duidt op de witachtige bladeren.



Melganzenvoet is eenjarige en tegenwoordig met zaaigoed over de hele wereld verspreid. De zaden werden in de prehistorie al gebruikt als voedsel. Ze bevatten olie, waardoor je na het vermalen een dikke pasta overhoudt in plaats van bloem (meel).

De plant kan tot 150 cm hoog worden. De gegroefde stengel is vaak roodachtig en kan op latere

leeftijd wat verhouten. De bladeren staan verspreid langs de stengel en zijn heldergroen, maar ze maken vooral aan de onderkant door witachtige kristallen een meelachtig indruk. Ze zijn zeer variabel van vorm, gaafrandig of sterk bochtig getand en langwerpig, ei- of soms ruitvormig.

Melganzevoet bloeit van juli tot de herfst in schijnaren die een tros vormen. De bloemen zijn klein, groenachtig en onopvallend.

De vrucht is een eenzadig nootje. De vruchtwand is vliezig en makkelijk van het nootje los te maken. Het tot 1,6 mm brede, platte bruine of zwarte zaad glanst en heeft een fijn gestreepte zaadhuid. Een lange, sterk vertakte plant kan tot 900.000 zaden produceren! In een gram zaad zitten ongeveer 1100 zaden.

Melganzenvoet is een lichtprikkelkiemer en de zaden blijven tenminste vijf jaar kiemkrachtig. Hij komt voor op vochtige, stikstofrijke grond in bermen, op drooggevallen plaatsen en als onkruid op akkerland en in moestuinen. Het is een typische pionier.

Namen

Melganzenvoet, Dauwkool, Ganzenvoetmelde, Gewone dauwkool, Meeldauw, Meidoor, Mel, Melt, Witte mel, Witte melde en Witte dauwkool zijn namen die in ons land gebruikt worden. In 1514 komt Milde al voor. Die naam moet te maken hebben met mel, van "malen". Ook het woord meel heeft komt daar vandaan. Wat de herkomst ervan betreft denkt men ook aan een verbastering van het oude Duitse woord "Molte" voor mout, ook weer vanwege het stof of meel op de bladeren.

In het Oudhoogduits heet de plant melda, malta, muolta, in het Oudengels melde. Tegenwoordig heten ze in Duitsland heel gewoon Weisser Gänsefuß of Melde en in Engeland Goosefoot. De Fransen doen het met de zuidelijkere naam: Chénopode blanc.

Namen die we in de Achterhoek en Overijssel tegenkomen luiden: Luxsmelde, Luizemel, Luxemelde, Luxemedede of Luzemilte.

De bevolking dacht in de vorm van het zaad een luis te zien. In het nabije Duitse grensgebied noemt men hem Luusmell. Men at trouwens toen deze algemeen op

bouw- en moesland en langs de wegen voorkomende plant als spinazie. De zaden werden als grutten gebruikt. Dat hij al heel vroeg als voedselplant gebruikt werd, valt op te maken uit zaden die gevonden zijn bij paalwoningen aan het Bodene meer op de grens van Duitsland en Zwitserland.

Door het vee wordt hij ook graag gegeten.

Toepassingen

Melganzenvoet smaakt naar spinazie (behoort tot dezelfde plantenfamilie) en heeft een hoog caroteengehalte. Het blad bevat echter hoge concentraties oxaalzuur en mag daarom niet in grote hoeveelheden gegeten worden (nierstenen!). Van de pasta die de zaden na het malen opleveren kan brood gebakken worden. De zaden bevatten vitamine A, calcium, fosfor en kalium.

Ziekten

Melganzenvoet is vatbaar voor een groot aantal verschillende virussen en wordt wel als toetsplant gebruikt om - na kunstmatige besmetting - aan de hand van de vlekjes (lesies) op het blad bepaalde virussen te herkennen. Ecologische tuinders gebruiken de plant soms om ongedierte als de bladmineerders aan te trekken, waardoor naastgelegen gewassen zoals bieten beschermd worden. Verschillende vogelsoorten zoals vinkachtigen, mussen en duiven, eten de zaden.

Op de website kruidje.nl vond ik:

”De olie uit deze plant is wel heftig en moet voorzichtig ingenomen worden, om zijn krachtige werking, maar om zo de melganzenvoet te eten, kan niet zo veel kwaad.

Dit kruidje, of voedsel wordt gebruikt om wormen er mee af te drijven en verdrijft gifstoffen uit het lichaam. Het heeft een positieve werking bij het reguleren van de darmstelsel en zorgt dat zenuwpijn minder wordt. Melganzenvoet wordt gebruikt tegen vrouwenkwalen zoals pijnlijke menstruatie en heeft een positieve werking op de borstvoeding. Het werkt tegen histerie en andere zenuwachtige eigenschappen. Het zou kanker en tumoren afremmen en een positief effect hebben op de urinewegen.

Hoewel dit kruidje kan helpen tegen reumatische pijnen, jicht en nieren (!), moet men er toch mee oppassen, maar het lijkt voor veel dingen wel een positieve werking te hebben.”

Maar verder repte men nergens over enige geneeskrachtige werking.

Ereprijs, *Veronica spec.*

Waarom ik ereprijs altijd al een leuke plant gevonden heb weet ik niet. Ik denk omdat de bloempjes zo'n mooie blauwe kleur hebben.

Lichtblauw was van jongs af aan mijn favoriete kleur. Ik ben nu eenmaal een 'blauw/oranje-type'.

Het ereprijsbloempje is zo kenmerkend dat je altijd wel weet dat je een Veronica'tje voor je hebt: 2 meeldraden en een scheef stampertje (maar niet altijd blauw!).

Het op naam brengen van de verschillende Veronica's valt echter niet altijd mee. Bij sommige soorten moet je zowel bloem als vrucht tegelijkertijd ter beschikking hebben om achter de naam te komen...

En een loep natuurlijk.

De naam

Over de herkomst van de naam Veronica lopen de meningen uiteen. De een beweert dat hij op de heilige Veronica slaat. Volgens sommige evangelieteksten heeft de heilige Veronica met een zweetdoek het gelaat van Christus afgenomen en daarna de afdruk ontdekt. Sommigen zouden in de bloem van de plant een gelijkenis met die afdruk gezien en hem daarom de naam Veronica gegeven hebben. Anderen denken dat de naam ontstaan is uit 'verg' en 'unica' (de 'enig ware').



Hij zou ook ontstaan kunnen zijn uit de Griekse woorden 'phero': 'ik breng' en 'nike': 'zege', omdat de plant bij veel ziekten hielp. Maar het meest waarschijnlijk is dat Veronica (volgens Koernike) uit een schrijffout is ontstaan, waarbij 'Betonka' Vetonica werd en later Veronika. In een Franse uitgave van Dodonaeus staat de Gewone ereprijs (*V. chamaédrys*) onder de naam 'Betonka Pauli' vermeld. In het 'Kreuterbuch' van H. Bock (1556) staat de oude benaming Vetonica. In de vijftiende eeuw komt de naam 'Sankt Paulskraut' al voor.

Volksnamen

De naam Grondheyl (te vinden bij L. Fuchs) is zonder twijfel een vertaling van de Duitse volksnaam **Grundheil** (wat 'die von Grund aus Heilende' betekent). Dit zal ook wel het geval geweest zijn met 'Sta-op-en-ga-weg', dat in het Noord-Duitse gebied Schleswig-Holstein voorkomt als 'Stao up un gao weg'. Als volksnamen zijn afgezien van al eerder genoemde Ereprijsmanneltje en Europese Thee bekend.

In West-Friesland heette deze plant Mannetjesereprijs: een naam die nu voor het hele Nederlandse gebied geldt. Het komt voor uit een oud gebruik om bij twee aanwezige soorten de ene mannetje en de andere vrouwtje te noemen. De tijmbladige ereprijs was het ereprijswijfje.

In het Engels heet deze ereprijs Bird's eye, Common speedwell, Heath Speedwell of gewoon Speedwell, in het Frans Véronique of Véronique officinale en in het Duits Gebräuchlicher Ehrenpreis, Echter Ehrenpreis, Ehrenpreis, Wald-Ehrenpreis of Männertreu.

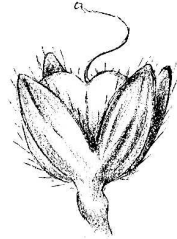
Geneeskracht

Volgens Dodonaeus is de benaming Ereprijs ontstaan omdat het plantje 'Eer ende Prijs oft Lof verdient' of, zoals de bekende Leidse arts Boerhaave (die het tegen jicht gebruikte) schrijft: 'honor et lans' met dezelfde betekenis. Er bestaat ook nog een sage die de naam Ereprijs verklaart: een Franse koning had al drie jaar aan huiduitslag en geen arts hem kon hem genezen. Een herder had ooit opgemerkt dat een hert dat door een wolf gewond was, van ereprijs at en genas. Toen die herder over de koninklijke kwaal hoorde bereidde hij uit het sap een smeersel en bood dat de koning aan. Die smeerde het voorzichtigheidshalve eerst maar eens op zijn voet. Dat leidde tot hevige pijn en ongerustheid. Maar tot ieders verbazing bleken de schilfers van de voet af gevallen te zijn en de huid weer gaaf. Hij

smeerde zijn daarop hele lichaam in en kwam zo van zijn kwaal af. Sindsdien zou de plant ereprijs heten.

Vroeger ging Mannetjesereprijs (*Veronica officinalis*) inderdaad voor zéér geneeskrachtig door. Deze plant komt op vochtige, zeer voedselrijke grond voor: op akkerland, in groentetuinen en op mesthopen.

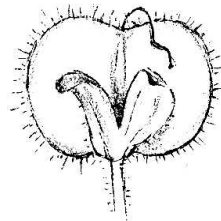
Het geneeskundig gebruik blijkt vooral uit de Latijnse soortnaam: 'officinalis' die in de apotheken gangbaar was.



Een aftreksel van dit kruid stond bekend als 'Europese thee', het werd onder meer als zenuwstillend middel gebruikt en was in de 19e eeuw nog zeer populair in de Duinstreek.

Uit tijden dat de pest nog heerste stamt de spreuk: 'Drinkt ereprijs en bevernel, dan sterf je niet zo snel.' In het 16^{de} en 17^{de} eeuwse Duitsland was ereprijs een belangrijk geneeskruid. De artsen in dit land beschouwden het als een compleet wondermiddel.

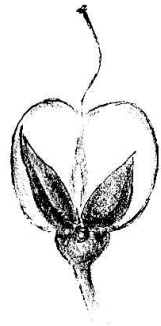
Grote waardering blijkt ook uit het feit dat er in het jaar 1690 een heel boek aan Veronica gewijd werd. Het werd geschreven door de arts Johannes Francus (Johann Franke) en had als titel 'Polycresta herba Veronica ad Botanices, Philosophiae junta et medicae Cynosuram elaborata.'



Behalve als geneesmiddel bij pest werd Ereprijs ook gebruikt voor ziekten van de lever en de milt, en bij jicht, reuma, geelzucht, etterende zweren en verwaarloosde wonden.

In Noord-Amerika werd het sap van het plantje door de Cherokee aangewend bij oorpijn. Tegenwoordig is het kruid veel minder belangrijk, de werking ervan wordt zelfs wel in twijfel getrokken.

Maar nog steeds zijn er mensen die er wel degelijk een werking aan toeschrijven bij reuma en jicht en een licht positief effect bij gal- en oedeemklachten. Ze gebruiken het uitwendig bij slecht helende wonden. Zowel het gedroogde blad als het verse sap worden medicinaal toegepast. Ook bij hoest en verkoudheid, maag- en leverklachten, diarree, ontstekingen van keel en mond wordt het gebruikt.



Van het gedroogde blad wordt een smakelijke thee getrokken die als surrogaat kan dienen voor echte thee.

In de homeopathie is Ereprijs zelfs nog heel veel in gebruik.

Veronica chamaedrys bevat saponinen, looizuur, bitterstoffen en etherische olie.

Andere soorten

Van de vele soorten wil ik alleen nog iets over de gewone ereprijs, Veronica chamaedrys, vertellen. 'Drys' is 'eik' in het Grieks: het blad lijkt wel op eikenblad. 'Chamae' wijst op het 'langs de grond' groeien.

In Oost-Brabant heet dit plantje ogentroost. Het werd bij oogziekten gebruikt, iets dat al door Plinius vermeld wordt. Misschien is men daarop gekomen omdat het bloempje zo mooi blauw is.

Ook putenoog (kikker oog) is een oude benaming. In de buurt van Utrecht werd de plant soms Vergeet-me-nietje genoemd, duidelijk een verwisseling door de kleur van de bloem. Meisjestrout werd op de Veluwe gezegd: na het plukken vallen de blaadjes al heel gauw af... Heukels noemt om dezelfde reden de naam mannentrouw, wat waarschijnlijk een vertaling is (zie boven bij de Duitse namen: die Duitse mannen toch!).

Gamander komt ook voor en komt van de Latijnse soortnaam. Verder komen nog voor Vogeldarm (vanwege de lange stengels over de grond) en stijfselbloempje. Vanwege de kleur? Het moeras-vergeet-me-nietje wordt daar ook zo genoemd! Of werden ze soms bij de was gedaan om die witter te laten lijken (in plaats van het duurdere 'zakje blauw')?

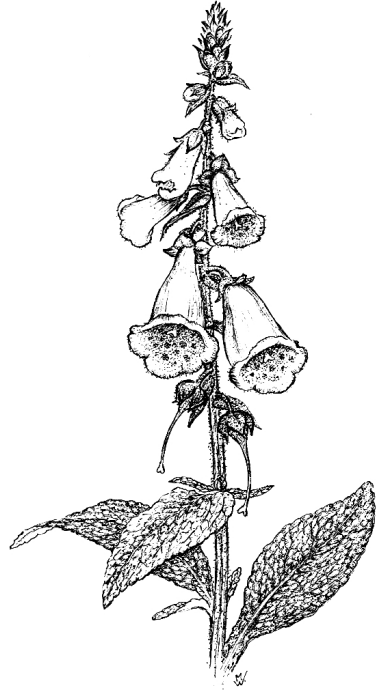
In onze omgeving zijn de volgende soorten frequent aan te treffen:

Akkerereprijs (*Veronica agrestis*), Akkerklimopereprijs (*Veronica hederifolia* subsp. *Hederifolia*), Beekpunge (*Veronica beccabunga*), Draadereprijs (*Veronica filiformis*), Grote Ereprijs (*Veronica persica*), Klimopereprijs (*Veronica hederifolia*), Schildereprijs (*Veronica scutellata*), Tijmereprijs (*Veronica serpyllifolia*) en Veldereprijs (*Veronica arvensis*). Er zijn er trouwens nog wel meer, maar die zijn wat zeldzamer.

Over magisch gebruik werd nergens iets vermeld. Saai hè?

Vingerhoedskruid, *Digitalis pupurea*

Op open plekken in het bos groeit vaak uitbundig het vingerhoedskruid. Een prachtig gezicht! Aangezien veel tuinen een dergelijke situatie benaderen wil hij daar ook wel. En hoe! Soms een beetje te graag. Net onkruid. Ik moet elk jaar een karrevracht jonge planten verwijderen anders wordt het een beetje te bont. Bovendien knip ik de stelen met de vruchtbeginsels weg zodra ze uitgebloeid zijn. Maar dan ben ik vaak al te laat omdat de onderste dan al gestrooid hebben... Wegknippen heeft als bijkomend voordeel dat de plant dan in de herfst vaak nog eens bloeit.



Gooi die stelen trouwens niet in de compostbak. Dat is vragen om moeilijkheden. De zaden rijpen na en omdat onze compost meestal niet heet genoeg wordt staat je tuin na het uitstrooien vol kiemplantjes!

Ik vind het fascinerend om te zien hoe variabel het stippenpatroon in de bloem is. Je weet dan meteen dat het niet genetisch bepaald is. Alleen de aanwezigheid ervan erft over, het patroon beslist niet.

De geslachtsnaam *Digitalis* stamt van het Latijnse woord digitus af: vinger. Digitalis betekent vanwege de vorm van de bloemen dan ook vingerhoed. Deze naam is ooit door L. Fuchs (*Vingherhoetcruyt*) goed gekozen. Hij heeft er in zijn Neu Kreuterbuch van 1543 naast een goede wetenschappelijke beschrijving een goede afbeelding bij gezet. De Latijnse soortnaam purpurea

is voor iedereen begrijpelijk. Hij verwijst naar de purperroze bloemen van de wilde vorm.

Vingerhoedskruid wordt 30-150 cm hoog. De bladeren zijn eirond tot lancetvormig en aan de onderzijde grijs behaard. Ook de stengel en bloemstelen zijn bezet met korte, zachte haren. De bloei loopt van mei tot oktober met meestal donkerrood gevlekte bloemen van 4-5 cm lang. Er zijn drie kleuren: donkerrood (hardroze), lichtpaars en wit. Om de donkerrode vlekjes aan de binnenkant zit een witte rand. Wit bloeiende planten worden door sommigen als een aparte soort beschouwd.

De bestuivers zijn meestal hommels. Ze moeten diep in de bloemkroon kruipen om bij de nectar te kunnen komen. Soms bijten slimmerikken echter een gaatje in de bloemkroon om zo bij beter de nectar te kunnen komen. Maar dan wordt de plant niet bestoven... Geen nood. Eén plant kan meer dan negentig bloemen hebben en duizenden zaadjes.



Af en toe ontstaat er een **pelorische topbloem**. Deze bloem is niet tweezijdig symmetrisch (met één verticale symmetrie-as), zoals de normale bloemen, maar alzijdig symmetrisch. Bij normale bloemen is het aantal bloembladen altijd 5. Maar dat is niet goed zichtbaar, want ze zijn met elkaar vergroeid.

Het is alleen maar aan het aantal schulpjes te zien. Pelorische bloemen hebben wel 8 tot 13 schulpjes en zijn uit meerde samengegroeide bloemen ontstaan (zoals bij fasciaties het geval is). Begrijpelijkerwijs hebben de dikke akkerhommels een duidelijke voorkeur voor deze bijzondere bloemen.

Voorkomen

De plant komt heel algemeen voor op bewerkte, beschaduwde grond in het hele land. Of het om wilde of verwilderde tuinplanten gaat is eigenlijk niet meer vast te stellen. In Limburg en de Achterhoek zou de wilde plant nog te vinden zijn. In de overige gebieden van Nederland komen alleen verwilderde planten voor.

Geneeskracht

Het is eigenlijk vreemd dat je in beschrijvingen uit de oudheid geen toepassingen voor een of ander geneeskundig tegenkomt. De plant komt bovendien ook in het zuidelijke deel van Europa veel voor. Waarschijnlijk heeft de hoge mate van giftigheid hierbij een rol gespeeld.

Dodonaeus schrijft 'Vingherhoet-cruyt oft Digitalis en wordet nergens in ghebruyckt of bij eenighe drancken oft geneesmengelingen gedaen: de Bloeme is alleen aengenaem oft gesocht/ ende in de hoven onderhouden/ om sijn gedaentes ende aerdicheyts wille'. Van Kavelingen vertelt dat het kruid onder meer gebruikt werd omdat het 'het taeye fluymen lossen ende rijp doet worden.' Bij P. Nijlandt vinden we in zijn *Herbarius* (1682) een recept: 'Om de gal- en waterachtige vochtigheden af te zetten: Neemt van het kruydt twee handen vol/ snift het kleyn/ koockt het in een half pint Water of Wijn - tot dat de helft versoden is - en geeft het op een reys in.' Hij grijpt daarbij terug naar M. Lobelius die dat in 1581 in een zog. 'Kruydtboeck,' dat in Antwerpen uitgegeven was, schreef. H. Marzell schrijft dat de plant al heel vroeg voor medische doeleinden aangewend, omdat hij in een medisch handschrift uit Wales uit de dertiende eeuw, genaamd 'Meddygon Myddfai', recepten gevonden had waarbij de plant bij abcessen, zweren en hoofdpijn werd aanbevolen.

Echt bekend werd het *Vingerhoedskruid* pas toen de Britse arts W. Withering (1741-1799) in 1785 in het boekje 'An Account of the Foxglove and some of its Medical Uses' liet weten dat het een uitstekend middel was tegen waterzucht en vooral zeer effectief was bij ernstig oedeem van de benen. Hoewel hem niet bekend was hoe het werkte, was hem wel opgevallen dat het de pols verlangzaamt: "it has a power over the motion of the heart, to a degree yet

unobserved in any other medicine, and (...) this power may be converted to salutary ends". Hij had het middel gevonden de familiepapieren van een oud kruidenvrouwte ("old Mother Hutton" uit Shropshire).

De bevindingen bleken later trouwens aardig te kloppen: de plant bevat glycosiden: digoxine, gitoxine en digitaline en is daardoor erg giftig.

Laatstgenoemde giftige stof werd voor het eerst in 1824 door Le Royer uit de bladeren geïsoleerd. Digoxine wordt uit de bladeren gewonnen en tegenwoordig gebruikt bij behandeling van bepaalde vormen van hartritmestoornis (atriumfibrilleren) en - wel steeds minder - bij de behandeling van hartfalen. Vingerhoedskruid wordt zelfs zo ongeveer als het waardevolste geneeskruid beschouwd!

In de Nederlandse Farmacopee is de plant beschreven als *Folia Digitalis* of Digitalisbladen. Omdat de vraag naar het kruid zeer groot is, wordt het veel gekweekt.

Namen

De naam *Vingerhoedskruid* is in het hele Nederlandstalige gebied gebruikelijk al zijn er wat kleine plaatselijke verschillen, zoals *Vingerhoed* en *Vingerhoedjes*. In Waterland had men een andere gedachte bij de vorm. Hier heet hij *Pijpekop*, vanwege de gelijkenis met de kop van een ouderwetse Goudse tabakspijp. Ook *Poppeschoentje* (Oost-Brabant) is op de vorm van de bloem gebaseerd, net als *Judasbeurzen* in Zeeuws-Vlaanderen. *Slangenbloemen* uit de Achterhoek berust op het fabeltje dat er zich slangen tussen het Vingerhoedskruid ophielden.

Folklore

Er werd ook verteld dat elfen en kabouters de bloemen als een soort hoofddeksel opzetten. De plant wordt gerekend tot de zogenaamde heksenkruiden, hij wordt vaak genoemd als ingrediënt voor heksenalf.

Heksen zouden het kruid ook door hun brouwsels mengen.

Vingerhoedskruid is nu een populaire tuinplant. En die giftigheid is helemaal niet zo erg, want je moet er van eten om er last van te hebben. En na het werken in de tuin was je je handen toch wel!