Mjelte - Astragalus membranaceus

Mjelte - Astragalus membranaceus

Splittes opop

Plante:

Dette er en høyreist mjelte-art (Astragalus) som kan bli opptil 2 meter høy. Den har en bred krone og finnete blader med 12–18 par småblader. Planten kjennes igjen på sine store, gule erteblomster og karakteristiske oppblåste frøbelger. Mjelteslekta er kjent for å være verdens mest artsrike planteslekt.

Bruk:

Innen medisin brukes enten hele planten eller selve roten, kjent som Radix Astragali. For å få best mulig virkning høstes røttene først når planten er minst fire år gammel, enten om våren eller høsten. Etter oppgraving kuttes de i småbiter og tørkes fo videre bruk. Det er viktig å merke seg at astragalusrot er klassifisert som et legemiddel i Norge, noe som betyr at den kun er tilgjengelig for salg gjennom apotek.

Virkning:

Astragalusrot er en allsidig urt med mange helsefordeler. Som et adaptogen hjelper den kroppen med å håndtere stress og styrker livsenergien (qi). Den er kjent for å stimulere immunforsvaret og har både virus- og bakteriehemmende egenskaper. I tillegg virker roten blodåreutvidende og hjertestyrkende, samtidig som den kan bidra til å senke blodsukkeret og dempe feber. Den fremmer også sårheling ved å hjelpe kroppen med å skille ut puss, og har en unik evne til å støtte oppbyggingen av beinmarg.

Hjelper mot:

Astragalus er en "altmulig-urt" som brukes mot alt fra hverdagsplager som tretthet og forkjølelse til alvorlige tilstander som hjertesykdom, diabetes og svekket immunforsvar. Den har en spesiell plass i behandlingen av kroniske utmattelsestilstander og sår som ikke vil gro, samtidig som den tradisjonelt har hjulpet mot indre svakheter som nedsunkne organer og blødninger.

Generelt:

Som en av de viktigste plantene i tradisjonell kinesisk medisin, har Astragalus membranaceus nå fått stor oppmerksomhet også i Vesten. I Asia har den i århundrer vært likestilt med ginseng for sin evne til å styrke livskraften og beskytte mot sykdom. Det kinesiske navnet, Huangqi, kan oversettes til «gul leder», noe som gjenspeiler dens status som et av de fremste styrkemidlene (tonikumene). Moderne vitenskap støtter nå opp under denne tradisjonen; forskning bekrefter at planten har

© Viten.org

en betydelig positiv effekt på immunforsvaret, noe som åpner for spennende muligheter i behandlingen av alvorlige tilstander som kreft.

Hovedformålet med å bruke astragalus er å bygge opp fysisk styrke og gi immunforsvaret et løft. Innen tradisjonell medisin regnes urten som «varm» av natur, noe som betyr at den virker stimulerende og styrkende på organer som milt, nyrer og lunger, i tillegg til selve blodet. For å oppnå best mulig medisinsk effekt, blir astragalus sjelden brukt alene, men kombineres ofte med andre urter som utfyller dens egenskaper.

For personer under 35 år regnes astragalus som et ypperlig energitilskudd som i mange tilfeller kan overgå ginseng i effekt. Innen kinesisk tradisjon sies urten å styrke Wei Qi – kroppens beskyttende energi – som hjelper oss å takle ytre påkjenninger som kulde. Selv om den ikke brukes under akutte infeksjoner, er den svært effektiv til å forebygge virusangrep ved å styrke immunforsvaret bredt. I tillegg stimulerer den beinmargen til å produsere flere røde blodlegemer, noe som øker oksygenopptaket, mens dens antioksidanter beskytter cellene og leveren mot skader.

Astragalus er spesielt effektiv mot utmattelse og gjentakende infeksjoner, og brukes i dag som støttebehandling ved alvorlige tilstander som kreft, diabetes og lupus. Forskning, blant annet fra University of Texas, viser at urten kan gi en omfattende gjenoppretting av immunforsvaret. Den fungerer ved å øke antallet stamceller i beinmargen og omdanne disse til aktive forsvarsceller. I tillegg styrker den kroppens egen produksjon av interferon og gir en rask og langvarig boost til makrofagene, som renser opp i kroppens vev. I Kina har astragalus i flere tiår vært en sentral del av kreftbehandlingen, da studier viser at den kan øke levetiden betydelig når den brukes sammen med cellegift eller stråling.

De fleste bruker astragalus for å forebygge og lindre vanlige plager som forkjølelse og influensa. Kinesiske studier viser at de som bruker urten, blir sjeldnere syke, og at sykdomsforløpet halveres når de først blir smittet. Innen tradisjonell kinesisk medisin (TCM) er planten spesielt verdsatt for å styrke milten, noe som hjelper mot tretthet, dårlig matlyst og fordøyelsesplager. På grunn av sin evne til å løfte kroppens energi (qi), brukes den også tradisjonelt for å behandle nedsunkne organer, som livmor- eller endetarmsprolaps, og for å skape balanse i alle kroppens indre organer.

Astragalus bidrar til å normalisere funksjonen i både hjertet og nyrene. I tradisjonell medisin blir den ofte blandet med kinesisk kvann for å lage et styrkende blodtonikum, noe som er spesielt gunstig ved behandling av anemi (blodmangel). For å få best mulig effekt av urten, bør den tas fast over en lengre periode fremfor som enkeltdoser.

Astragalus er en urt som er mye brukt i tradisjonell kinesisk medisin, hvor den anses som trygg og godt tolerert av kroppen. Forskning og tradisjonelle anvendelser viser at urten ofte inngår i kostholdet i Østen i varierende mengder. Det er ikke rapportert om toksisitet, selv ved langvarig bruk av større mengder. I Norge er imidlertid astragalusrot klassifisert som et legemiddel, noe som betyr at salget er begrenset og ofte krever apotek.

Denne arten er nokså hardfør og egner seg godt for dyrking i Norge. For å trives trenger den en solfylt plass med sandholdig, veldrenert og gjerne litt kalkrik (alkalisk) jord. Siden røttene er svært ømfintlige for forstyrrelser, bør plantene settes ut på sitt faste voksested mens de ennå er små. Den formeres vanligvis med frø som bruker mellom én og to måneder på å spire. Vær spesielt nøye med dreneringen, da småplantene lett kan råtne hvis de blir stående i for fuktig jord.

© Viten.org

Andre navn:

- Fabaceae - Ertefamilien
- Latin: Astragalus membranaceus
- Engelsk: Astragalus
- Norsk: Mjelte
- Svensk: Mjelurt
- Dansk: Kinaveddel
- Tysk: Astragel

© Viten.org