Døvnesle - Lamium album

Døvnesle - Lamium album

Plante:

En flerårig, 20 - 50 cm høy urt med krypende jordstengel. Den hårete, opprette blomsterstengelen er hul og har firkantet tverrsnitt. Bladene har stilker og sitter motsatt på stengelen. De er bredt hjerteformet og grovt sagtannet. Blomstene sitter i kranser over de øverste bladparene. De er hvite og har en hårkrans innvendig. Frøene spres av maur.

Bruk:

Herba lamii albi: De overjordiske delene av den blomstrende urten, eller Flores lamii albi: bare de hvite blomsterkronene uten beger. Drogene har en søtlig lukt og en svakt bitter smak. Tørkes ved en temperatur opp til 35ºC. Døvnesle er i Norge klassifisert som handelsvare.

Virkning:

Astringerende (sammentrekkende), blodstillende, sårhelende, betennelseshemmende, slimhinnesammentrekkende, slimløsende, hostedempende, menstruasjonsregulerende, krampeløsende, bløtgjørende, rensende, urindrivende, styrker urinveiene, avføringsregulerende, galledrivende, nervestyrkende og beroligende.

Hjelper mot:

Smertefull, uregelmessig eller uteblitt menstruasjon, utflod, underlivsbetennelser, blødninger etter fødselen, livmorframfall og vansker i overgangsalderen, blærekatarr, nyreplager, diaré, prostatitt, hemorroider, åreknuter, hoste, luftveiskatarrer, uren hud og hudsykdommer som utslett, eksem og akner.

Generelt:

Plantens slektsnavn Lamium kommer av lamo, som betyr gap, og sikter til blomstens form, som ser ut som et åpent gap. Det norske navnet døvnesle kommer av at planten kan ligne på en stornesle (Urtica dioica), men den mangler brennhår slik at den brenner ikke.

Døvnesle er lite kjent som legeplante hos oss, men har gjennom århundrer vært en god del brukt ellers i Europa. Hildegard av Bingen (1098 – 1179), middelalderens store tyske naturlege og mystiker, var blant dem som verdsatte døvneslen høyt.

© Viten.org

Døvnesle er først og fremst et kvinnemiddel, og har vært brukt mot smertefulle og uregelmessige menstruasjoner, underlivsbetennelser, utflod, og som et styrkemiddel for livmoren. I våre dager plages mange kvinner av livmorframfall. Jo eldre kvinnen blir, jo slappere blir tarmene, og desto vanligere er denne plagen. I vår tid behandles dette kirurgisk, men før inntok man urter som ble ansett som styrkende for livmoren, for eksempel døvnesle.

Det er imidlertid ikke bare som et kvinnemiddel at denne urten kan anvendes. Den virker styrkende på urinveiene, og har blitt brukt mot urinveisinfeksjoner og vanskeligheter med vannlatingen hos både kvinner og menn. Den er blant annet angitt som en aktuell urt å bruke ved prostatitt. På grunn av urtens astringerende virkning kan døvnesle hjelpe mot diaré, og den kan lindre hemorroider og åreknuter.

Te av døvnesle kan drikkes som et slimløsende og hostedempende middel, og kan virke lindrende ved mindre betennelser i slimhinnene i munnen og svelget. Søtet med honning virker teen allment beroligende og harmoniserende. Teen kan lages av 1-2 spiseskjeer frisk urt eller 1-2 teskjeer tørket urt som overhelles kokende vann. Av denne teen drikkes én kopp 2-3 ganger daglig. Døvnesle kan også brukes som en blodrensende kur ved hudplager som eksem, utslett og ungdomsakner (kviser). Et avkok av urten kan brukes som et utvortes middel for å vaske underlivet ved utflod. Forskning omkring urten er sparsom, men det er vist at den inneholder garvestoffer, flavonoider og små mengder eterisk olje som er virksom mot betennelser.

Unge blad av døvnesle kan spises, rå eller kokt. De kan tilsettes salater eller blandes med andre blad og kokes som grønnsaker. Bladene kan også tørkes for seinere bruk som mat. De er en god kilde for vitamin A.

Andre navn:

- Familie: Lamiaceae - Leppeblomstfamilien
- Latin: Lamium album
- Engelsk: White Deadnettle
- Norsk: Døvnesle
- Svensk: Vitplister
- Dansk: Døvnælde
- Tysk: Taubnessel
- Fransk: Lamier blanc
- Spansk: Ortiga muerta

© Viten.org