Fjellmarikåpe - Alchemilla alpina

Fjellmarikåpe - Alchemilla alpina

Plante:

Fjellmarikåpe skilles fra vanlig marikåpe ved at bladene er mer oppdelte. Hvert blad består således av 5-7 koplete småblad som er glatte og lysegrønne på oversiden og silkehåret på undersiden. Blomstene er blekt gulgrønne og ligner vanlig marikåpe. Hele planten er nerliggende og blir sjelden mer enn 10 cm høy, men kan dekke et stort areal. Fjellmarikåpe vokser på kalkfattig grunn i fjellet, i Norge opp til 1760 moh., men finnes mange steder også i lavlandet.

Bruk:

Herba Alchemillae alpinae: Fjellmarikåpe. Hele den overjordiske delen av planten. Bladene høstes etter blomstringen og brukes i uttrekk som urtete eller man kan lage en tinktur av dem.

Virkning:

Egenskapene til fjellmarikåpe er lite undersøkt, men de antas å være tilsvarende som for vanlig marikåpe: Urindrivende, krampeløsende, blodstillende, sårhelende, menstruasjonsregulerende.

Hjelper mot:

Uregelmessig og rikelig menstruasjon, klimakteriebesvær, utflod, infisert skjede og andre underlivsplager som myomer (godartede svulster) og endometriose, diaré, blodig avføring, magekatarr, tarmgass, brokk, kutt, sår, eksem, insektbitt, kviser, byller, tørr og grov hud, betennelser (bl.a. i munnhulen), blødende tannkjøtt, munnsår, sår hals forkjølelse, gulsott, betente øyne, benbrudd, sterilitet, fibroider, endometriose og revmatisme.

Generelt:

Fjellmarikåpe blir angitt å kunne brukes mot de samme plagene som vanlig marikåpe (Alchemilla vulgaris), men antas å ha noe kraftigere virkning. Den brukes innvortes i form av en urtete ved menstruasjonsproblemer, plager i overgangsalderen og ved diaré. Også i veterinærmedisinen er fjellmarikåpe brukt mot diaré. Det er også angitt at fjellmarikåpe er bra å drikke i form av urtete når man plages av mye tarmgass. Slik urtete skal også kunne være fin som en slankete.

Utvortes er et uttrekk eller avkok av fjellmarikåpe fin å bruke som munnvask eller gurglevann ved betennelser i munn og

© Viten.org

hals, og som et sårhelende middel etter tanntrekking. Urten virker dessuten helende på sår og små skader i huden. Til utvortes bruk lager man et avkok ved å la en spiseskje frisk eller tørket urt koke i en 2-3 dl vann i fem minutter. Som urtete til innvortes bruk bør urten ikke koke, da det trekker ut for mye av garvestoffene i planten.

I gammel norsk tradisjon ble fjellmarikåpe brukt mot flisme eller fresme, en svull som går helt inn til beinet. For slike plager ble også legeveronika (Veronica officinalis) og linnea (Linnaea borealis) bruk. Ellers har man brukt et avkok av fjellmarikåpe til øyevask for å lege betente øyne.

Andre navn:

- Familie: Rosaceae - Rosefamilien
- Latin: Alchemilla alpina
- Engelsk: Alpine Lady's Mantle
- Norsk: Fjellmarikåpe
- Svensk: Fjällkåpa
- Dansk: Bjerg-løvefod
- Tysk: Alpen-Frauenmantel

© Viten.org