Gåsemure - Potentilla anserina

Gåsemure - Potentilla anserina

Plante:

Dette er en lavvokst og flerårig urt med tydelig behåring. Planten sprer seg effektivt ved hjelp av lange, krypende utløpere som slår rot underveis. Bladene vokser i rosetter og er finnete, bestående av 15–25 avlange småblad med skarpe tenner. Et karakteristisk trekk er den tette, sølvhvite behåringen på bladenes underside, som ofte også dekker oversiden og gir planten et metallisk skinn. Blomstene er klare og gule med fem kronblader, måler mellom 15 og 25 mm i diameter, og vokser enkeltvis på egne stengler fra en kort og treaktig jordstengel.

Bruk:

Gåsemureurt (Herba anserinae) består av de tørkede delene av planten. De overjordiske delene, eller kun bladene, høstes normalt like før blomstring, mens roten med fordel samles inn om høsten. Etter at materialet er renset for urenheter, tørkes det skånsomt ved maksimalt 40 ºC. I Norge er gåsemure klassifisert som handelsvare, noe som betyr at den kan selges fritt. I tillegg benyttes den friske, blomstrende planten inkludert rot som grunnlag for det homøopatiske middelet Potentilla anserina.

Virkning:

Astringerende, blodstillende, mildt krampeløsende, stoppende, urindrivende, fordøyelsesfremmende, katarrdempende og lokalt betennelseshemmende.

Hjelper mot:

Sår, hevelser, feber, magekramper, tarmkramper, kolikk, irritabel tykktarm, diaré, smertefull menstruasjon, hudbetennelser, kviser, blødende hemorroider, øm hals, betennelser i munnen og svelget.

Generelt:

Gåsemure er først og fremst verdsatt for sin astringerende (sammentrekkende) effekt. Selv om den er mildere enn sin slektning tepperot, er den også mer skånsom mot mage- og tarmkanalen. På grunn av likhetene har de to plantene tradisjonelt hatt samme bruksområder, spesielt ved behandling av diaré og ulike blødninger. Det er likevel verdt å merke seg at gåsemure har en betydelig svakere virkning enn tepperot, ettersom den inneholder mindre mengder garvestoffer.

© Viten.org

Gåsemure fungerer som en effektiv urt mot katarrtilstander og er nyttig ved overflødig slimproduksjon. Ved utfordringer i munn og svelg – som tannpine, løse tenner, sår hals eller betennelser – kan gurgling med en konsentrert te av planten gi lindring.
Innen kosmetikk har destillert vann fra urten tradisjonelt blitt benyttet for å fjerne kviser og fregner, samt for å pleie huden etter solforbrenning. For utvortes bruk benyttes gåsemure ofte i form av kompresser, salver eller kremer, særlig for å behandle blødende hemorroider.

Medisinsk anvendes gåsemure i hovedsak som urtete, tinktur, salve eller kompress. For å tilberede en kopp te benyttes to teskjeer av urten i kokende vann, med en trekketid på minimum ti minutter. Ved mage- og tarmsmerter av krampeaktig karakter er anbefalt dosering to til tre kopper daglig.

Teen virker både stoppende ved diaré og lett urindrivende, samtidig som den antas å styrke veggene i de minste blodårene (kapillærene). Ved bruk av tinktur er vanlig dose 2–4 ml tre ganger om dagen. Dersom man har behov for et kompress, fuktes et tøystykke i en sterk gåsemure-te og legges direkte på det aktuelle området.

Av den friske, blomstrende urten fremstilles det homøopatiske preparatet Potentilla anserina. Middelet har klinisk vist seg verdifullt ved smertefull menstruasjon, magetarmkramper, magesår, sår på tolvfingertarmen, irritert mage, tykktarmsbetennelse, leggkramper og andre kroniske krampesykdommer i den tverrstripete muskulaturen.

Oppsummering av bruk og dosering:

- Urtete: 2 ts per kopp vann, trekk i 10 min. 2–3 kopper daglig ved kramper.
- Tinktur: 2–4 ml inntas 3 ganger daglig.
- Kompress: Tøystykke dynket i konsentrert te legges på huden.
- Virkning: Stoppende, urindrivende og styrkende for kapillærårene.

Andre navn:

- Familie: Rosaceae - Rosefamilien
- Latin: Potentilla anserina
- Engelsk: Silverweed
- Norsk: Gåsemure
- Svensk: Gåsört
- Dansk: Gåse-potentil
- Tysk: Färberdistel
- Fransk: Gänsefingerkraut
- Spansk: Potenille

© Viten.org