

Jasmin - Jasminum officinale

Jasmin - Jasminum officinale

Plante:

Dette er en slyngende, løvfellende klatreplante med tynne, lange og kantete, grønne, unge skudd. De mellomgrønne bladene består av fem, syv eller ni småblader. Snøhvite blomster kommer i rikt monn i 5-8 cm lange sidestilte kvaster i juni-september. Hvit jasmin er omtrent like hardfør som gul jasmin, og kan dyrkes utendørs bare på svært lune steder i Norge.

Bruk:

Den eteriske oljen som utvinnes fra blomstene ved en prosess som kalles enfleurage. I Kina benyttes dessuten blomstene og roten i tradisjonelle medisiner. Jasmin er i Norge klassifisert som handelsvare.

Virkning:

Aromatisk, nervestyrkende, euforiserende, krampeløsende, smertestillende, beroligende, varmende, betennelseshemmende, antidepressiv, melkedrivende, livmorstyrkende og antiseptisk. Den eteriske oljen regnes som et afrodisiakum.

Hjelper mot:

Brukes i aromaterapi ved depresjoner, nervøse spenninger, impotens, frigiditet, menstruasjonsforstyrrelser, hoste, åndedrettsforstyrrelser av nervøs opprinnelse, stress, muskelkramper, forstuinger, svak fordøyelse, tørr og sprukken hud. Blomstene brukes i kinesisk medisin ved hepatitt, skrumplever og dysenteri, og roten ved hodepine, søvnproblemer, leddsmerter og revmatisme.

Generelt:

Jasmin har en rik historie som prydblade, smakstilsetning og viktig ingrediens i parfymeindustrien. Siden planten ble introdusert i Europa på 1600-tallet, har den vært høyt skattet for sin intense duft, spesielt fra blomster høstet om natten. I tradisjonell kinesisk medisin brukes hele planten – fra blomster mot fordøyelsesplager til røtter mot revmatisme og søvnløshet.

Det mest eksklusive produktet er jasminolje. Den utvinnes gjennom den kostbare enfleurage-metoden, der duften trekkes

ut av friske blomster via voks. På grunn av den omfattende prosessen er ekte jasminolje svært kostbar og ofte utsatt for forfalskninger. Oljen er kjent for sine terapeutiske egenskaper, spesielt som et styrkende middel for nervesystemet og som støtte under kvinnehelse og fødsler.

- Psykisk helse: Oljen virker antidepressiv og oppløftende. Den er ideell mot stress, apati og motløshet, og kan med fordel brukes i badevannet for å fremme velvære.

- Kvinnehelse: Jasminolje regnes som styrkende for livmoren. Den kan lindre menstruasjonssmerter og er spesielt gunstig under fødsel for å stimulere veer og lindre smerte, samt forebygge barseldepresjon.

- Fysiske plager: Har en varmende og betennelseshemmende effekt på vonde ledd og muskeltremor. Ved luftveisplager kan den blandes i massasjeolje og smøres på brystet.

- Hudpleie: Virker revitaliserende og mykgjørende på tørr og aldrende hud.

- Afrodisiakum Tradisjonelt brukt for å øke lyst og motvirke impotens, men bør brukes i moderate doser for best effekt.

Andre navn:

- Familie: leaceae - Oljetrefamilien

- Latin: Jasminum officinale

- Engelsk: Jasmine

- Norsk: Jasmin

- Svensk: Jasmin

- Dansk: Jasmin

- Tysk: Jasmin

- Fransk: Jasmin

- Spansk: Jasmin