Kalmusrot - Acorus calamus

Kalmusrot - Acorus calamus

Plante:

En flerårig plante som blir 60-150 cm høy. Har en tykk, krypende jordstengel (rhizom) med sterkt aromatisk lukt og smak. Blad sverdformede, 1-2 cm brede og like lange som stengelen. Den ene bladkanten er bølget. Stengelen er trekanta, like lang som bladene, og med en grønn, kjevleformet, 6-8 cm lang blomsterstand, og langt, sverdforma hylseblad. Blomstene har 6 små blomsterblad. Ofte setter ikke plantene blomster. I Norden finnes bare hunnplanter, og plantene setter derfor ikke frø hos oss.

Bruk:

Jordstengelen. Drogen består av brunhvite biter med rotarr. Jordstenglene samles inn om høsten (helst i september og oktober). De vaskes og renses, deles på langs og tørkes på et skyggefullt sted ved høyst +35°C. Urten bør tørkes atskilt fra andre planter pga. sin gjennomtrengende duft. Kalmusrot kan også brukes frisk. En eterisk olje utvinnes fra jordstenglene ved dampdestillasjon.

Virkning:

Kalmusrot er en aromatisk, bitter, skarp, varm og tørr urt som virker appetittstimulerende, fordøyelsesfremmende, magestyrkende, slimløsende, slimhinnebeskyttende, krampeløsende, svettedrivende, styrkende, beroligende, nervestyrkende, smertestillende, antibakteriell, afrodisierende, menstruasjonsfremmende, feberstillende, hjernestyrkende, blodtrykksenkende og "foryngende". Urten har dessuten vært brukt som brekkmiddel og som middel mot innvollsorm. Inntatt i store doser kan kalmusrot virke som et hallusinogen.

Hjelper mot:

Fordøyelsesplager som magekramper, kolikk, tarmgass, oppblåsthet, forstoppelse, diaré, dysenteri, anoreksi, magesår og for mye eller for lite magesyre. Dessuten ved halsbrann, hoste, bronkitt, astma, bihulebetennelse, dårlig appetitt, hodepine, tannpine, hjerneslag, hukommelsestap, sjokk, epilepsi, feber, hudutslett, revmatiske smerter, tretthet, depresjon og nevralgier.

Kalmusrot er et folkemedisinsk remedium mot artritt, kreft, kramper, diaré, dårlig fordøyelse, epilepsi etc. Å tygge roten sies å medføre at tobakksrøyk smaker vondt.

Generelt:

© Viten.org

Kalmusrot er et allsidig middel for fordøyelseskanalen som både beskytter, stimulerer og fremmer god magefunksjon. Den brukes tradisjonelt mot et bredt spekter av plager, inkludert magesår, kolikk og oppblåsthet. For de som sliter med dårlig matlyst eller spiseforstyrrelser, kan urten virke appetittvekkende. Ved akutt halsbrann anbefales det å tygge på rotbiter i noen minutter uten å svelge selve roten, mens kroniske tilfeller kan behandles med jevnlig tygging eller te.

Kalmusrot er et allsidig middel for fordøyelseskanalen som både beskytter, stimulerer og fremmer god magefunksjon. Den brukes tradisjonelt mot et bredt spekter av plager, inkludert magesår, kolikk og oppblåsthet. For de som sliter med dårlig matlyst, kan urten virke appetittvekkende. Ved akutt halsbrann anbefales det å tygge på rotbiter i noen minutter uten å svelge selve roten, mens kroniske tilfeller kan behandles med jevnlig tygging eller te.

Du kan forsterke virkningen av kalmusrot ved å blande den med andre planter. For eksempel fungerer den godt sammen med ingefær mot gass, eller mjødurt ved generelle mageplager. Urten kan tas som tinktur eller te, men det er viktig å være varsom med mengden for å unngå irritasjon i fordøyelsen.

For de som kjemper mot røyksuget, kan tørket kalmusrot fungere som et effektivt hjelpemiddel. Ved å tygge på roten frigjøres en bitter saft som letter abstinensene og ødelegger smaken av tobakk i etterkant. Historisk sett har roten hatt mange bruksområder, fra lindring av tannpine til beskyttelse mot influensa, i tillegg til sin rolle som en klassisk smakstilsetning i dram.

Selv om kalmusrot i dag er underlagt strenge restriksjoner og forbud mot innvortes bruk i Norge, har planten en rik historie som strekker seg langt utover medisin. Den eteriske oljen er kjent for å holde insekter unna, noe man før i tiden utnyttet ved å legge roten i sengehalmen mot utøy. I tillegg har planten vært høyt verdsatt i skjønnhetspleie og parfymeproduksjon, mens bladene har vært et nyttig materiale for kurvfletting.

Det finnes et tradisjonelt råd om at kalmusrot fungerer som en vannrenser mot giftige stoffer. Det er verdt å merke seg at det ikke finnes dokumentasjon som bekrefter at roten faktisk har denne effekten.

Andre navn:

- Familie: Acorales
- Latin: Acorus calamus
- Engelsk: Calamus
- Norsk: Kalmusrot
- Svensk: Kalmus
- Dansk: Kalmus
- Tysk: Kalamus
- Fransk: Acore vrai
- Spansk: Cálamo aromático

© Viten.org