

Kvann - *Angelica archangelica*

Kvann - *Angelica archangelica*

Plante:

Dette er en stor plante med en tykk rot og en kraftig, rørformet stengel. Bladene er store og flikete med tydelige «oppblåste» fester (slirer) nederst på stilken. De grønn-hvite blomstene sitter i store, runde kuler. Du kjenner planten på den sterke lukten og den krydrede smaken. Det er også forskjeller på typene: Strandkvann er den skarpeste, mens vosskvann er mildere og har marg i stengelen.

Bruk:

De ulike delene av planten benevnes som Radix (rot), Herba (urt), Flores (blomster) og Fructus (frukter) av kvann. Ingen av disse er offisielle legemiddelråstoffer i Norge. Karakteristisk for drogene er en aromatisk duft kombinert med en bitter smak. Ved tørking av røtter og rotstokker må temperaturen ikke overstige 35 °C. Siden røttene trekker til seg fuktighet (er hygroskopiske), er det avgjørende at de oppbevares i lufttette glassbeholdere. I Norge har kvann status som handelsvare.

Virkning:

Kvann kombinerer en aromatisk smak med kraftige medisinske effekter. Den fremmer appetitt og fordøyelse, lindrer hoste og virker krampeløsende. I tillegg er den kjent for sine bakteriehemmende, rensende og varmende egenskaper, samt sin evne til å styrke nervene og dempe feber.

Hjelper mot:

Kvann brukes som et styrkemiddel for fordøyelsen og mot infeksjoner i luftveier og urinveier. Den er kjent for å bedre blodomløpet og lindre revmatisme, samtidig som den historisk har vært et viktig vern mot epidemier og mangelsykdommer.

Generelt:

Kvann fungerer som et varmende og styrkende middel for hele kroppen, men er spesielt effektivt mot fordøyelsesplager. Planten bekjemper magesykdommer på to måter: den virker direkte bakteriedrepende i mage- og tarmkanalen, og den stimulerer produksjonen av saltsyre i magesekken. Begge disse prosessene bidrar til å nøytralisere skadelige bakterier og skape et sunnere miljø i magen.

Kvann forbedrer blodomløpet i hender og føtter og lindrer luftveisplager som astma og slimete bronkitt. Den virker varmende og stimulerer svette ved forkjølelse. Det er viktig å unngå planten ved tørr bronkitt, da den kan irritere ytterligere. Selv om røttene er den vanligste medisinen, kan man også bruke frø og stengler for å oppnå samme styrkende effekt.

Te brygget på unge kvannblader har en smak som minner om kinesisk te, og virker spesielt beroligende hvis den drikkes før leggetid. Den er et godt middel mot både nervøs hodepine og fordøyelsesbesvær, i tillegg til å lindre hoste, forkjølelse og blodmangel. Hvis du sliter med bronkieplager som forverres av fuktig og kaldt vær, kan te laget på selve roten gi god lindring.

Du kan bruke kvann i badet for å få ny energi og døyve smerter i leddene. Knuste blader fungerer som en naturlig luftfrisker i bil som kan hjelpe mot bilsyke. Både stilkene på bladene og blomstene er sunne og kan spises som de er.

Kvann har en lang tradisjon som smakssetter i alkohol, helt siden en munk skapte en populær urte-likør tidlig på 1500-tallet. I dag er urten fortsatt den viktigste smaksingrediensen i fransk Benediktinerlikør, og den gir også særpreg til den norske klassikeren St. Hallvard.

Hvis du er gravid, har diabetes eller sliter med magesår, bør du unngå bruk av kvann. Pass også på å ikke få saften fra friske planter på huden når du er ute i solen, da dette kan føre til hudirritasjon og sår.

Andre navn:

- Apiaceae - Skjerimplantefamilien
- Latin: *Angelica archangelica*
- Engelsk: Angelica
- Norsk: Kvann
- Svensk: Ängläört
- Dansk: Kvan
- Tysk: Engelwurz
- Fransk: Angélique cultivée