

Svenska skogsträds medicinska egenskaper – i folktron och verkligheten



Karl XII:s karoliner som klarade sig undan skörbjuggen genom att äta c-vitaminrika tallskött. Den ryska vintern tog dock till slut ändå ut sin rätt och decimerade den svenska armén vid Poltava

Inledning

Skogen och träden har i alla tider haft en mystik över sig som i dagens samhälle ibland kan vara svår att förstå. Nyttjandet av skogen gjorde att folk kunde klara sig under nödår och med stor säkerhet, jämte mystiken och den eventuella rädslan för skogen, även fann en viss trygghet där. Jag skall i detta arbete försöka redogöra för nyttjandet av några av de svenska skogsträden ur medicinsk synvinkel. Huskurererna var många och mycket tillit sattes till växters läkande förmåga som oftast var det enda som fanns att tillgå. Många av de huskurer jag beskriver förekom dock endast lokalt, och det är viktigt att tänka på att jag långt ifrån tagit upp alla användningsområden. Du som läser detta arbete kanske har egna erfarenheter eller hört berättelser som inte alls stämmer in med mina fakta, men se dem då som att de kompletterar varandra. De trädslag jag valt ut är de som ansågs viktigast som läketråd och är inte någon personlig favorisering. Jag har valt att ta upp lite historia bakom varje träd, dess medicinska egenskaper och avslutar med dagens eventuella medicinska användningsområden.

Al (*alnus spp.*)

Alen har haft ett stort användningsområde genom historien tack vare träets smidighet och mjukhet. I folktron har dock alen i många fall setts som ett olycksbådande och övernaturligt träd, en hemvist för älvor och andra skygga varelser. Och därtill saven som färgades röd som blod när trädet sågades ner. Myten sade också att alkärren var Lucifers fallna änglars hemvist och det gällde att se upp så man inte trampade ner i deras håligheter då man vandrade genom en aleskog (Persson, 1982).

I hemmen användes lövruskor från knappt utslagna klibbalar som loppfångare, ungefär som dagens klibbiga flugpapper. I Nordiska museets folkminnessamling går att läsa att folk trodde att alens sav och en dekokt på bladen ökade blodtillgången om vätskan dracks. Vidare står det att om ett djur blev angripet av "sommarsjuka" så skulle man ta nio alkvistar och med dessa piska djuret tre gånger på varje horn. Därefter skulle man gå tre varv motsols kring djuret och sedan kasta kvistarna i elden eller i ett vattendrag som rann norrut. I Steneby i Dalsland ansåg man att alen var utmärkt till att läka mänsklig ögonondska (Persson, 1977). Det var bara att kliva in på grannens mark och skära sig ett par alepinnar som man spottade på och sedan slängde iväg. Kanske är det vår allemansrätt som gjort att denna gamla sed inte längre brukas. Allöven har också ett gammalt rykte att lindra svullnader och brännsår om man krossade dem och lade som ett omslag över det onda området. Fältskären Per Hagström skrev i början av 1700-talet att allöv kokta i lika delar vatten och ättika motverkar livmoderframfall om medlet placeras i ett varmt omslag över vulvan.

Idag är väl kunskaperna om alen något bättre och dess medicinska egenskaper begränsas till att barken används vid halsinflammationer och till sårtvätt. En näve bark kokas med ett par deciliter vatten och vätskan gurglas sedan eller används att dränka in en kompress med (Bengtsson, 1988)

Alm (*Ulmus glabra*)

Almen har sedan långt tillbaka i tiden ansetts som ett av våra förnämsta trädslag. Genom sin hårdhet och seghet har den föredragits som skaftämnen till yxor och verktyg, och genom sitt vackra virke har möbler av alm betingat ett högt pris. Pseudonymen V.M. Thelaus skrev 1865 att "möbler af vacker alm stå äfven i värde lika med mahognymöbler". Ett annat stort användningsområde för alm var under år av missväxt då almens innebark repades, torkades och maldes till mjöl (Hansson, pers komm.). Almen ansågs ha den mest närande barken och var lättast att bereda till bröd.

Som medicinalträd var almen inte speciellt hårt nyttjad. Man ansåg dock att den inre barken var starkt verksamt mot olika typer av utslag om den kokades ihop med lite salpeter och

dekokten smörjdes på huden. Speciellt på barn med svårt skorvad och fjällande hud bet denna behandling bra (Persson, 1982).

Man har idag funnit ett antal verksamma ämnen hos almen som har medicinska egenskaper och är användbara. Om man gör en infusion på barken kan man lindra smärtor och blåmärken genom att smörja blandningen utvärtes, och en dekokt på barken som dricks kan även verka febernedsättande. Denna dekokt kan också smörjas på hemorrojder och därmed lindra klådan (Wiseman, 1986).

Ask (*Fraxinus excelsior*)

Världsträdet Yggdrasil i den fornnordiska mytologin var en ask och har därför behandlats med mycket vördnad och respekt. Askens ansågs vara utmärkt att använda till vapen exempelvis spjutskaft och pilar då det var segt, hårt och av sådan tyngd att det träffade med kraft. Dessa egenskaper uppskattades mycket också av vagns- och hjulmakare. Askens ansågs vara skyddsträd vid boplatserna och gårdarna, så man tänkte sig för både en och två gånger innan man satte yxan i en ask (Hansson, 1994). Askens andra stora användningsområde var som fodertäkt. Träden hamlades i toppen och kvistarna samlades ihop i buntar som sedan fick torka. Detta bruk har förekommit under lång tid tillbaka och ända in i vårt sekel, och det var en årlig rutin d.v.s. inte enbart under nödår som den utfördes.

Som läketräd hade asken många funktioner att fylla. Ormbett kunde göras ofarliga om olika dekokter av asklöv eller askbark inmundigades, gärna i ett glas vin. Frossa botades med en blandning av askbark, fänkålsfrön och rabarber som maldes och siktades. Doseringen var en fingerborg varje timme till dess att frossan gick ur kroppen. I samtjänst med bacon kunde asken avlägsna vårtor från människan. Vårtan smörjdes med en fläskbit som man sedan kilade in under barken medan man rabblade ramsan: "Ask, ask, jag ber dej, köp vårtan av mej!". Om asken var vänlig nog att befria personen från vårtan gällde det att sedan hålla sig vän med trädet. Det värsta man kunde göra var att pinka över en askrot då man därmed skulle besättas av alla de vårtor och övriga sjukdomar som asken befriat olika människor ifrån (Persson, 1982).

Idag har inte asken någon medicinsk uppgift och fylla, utan vi får njuta och nyttja den i vackra möbler istället.

Asp (*Populus tremula*)

Aspen är ett träd som ansetts ha något magiskt över sig. När andra lövträd slokar med bladen och det är i princip vindstilla, så rör sig aspens blad livligt tisslandes och tasslandes. Detta helt utan till synes naturliga förklaringar, vilket kunde skapa oro bland människorna. En förklaring som länge brukades var att Jesus under sin färd till Golgata stannat för att vila under en asp. Aspen var den enda arten som inte visade sorg inför den korsfäste och dömdes därför av dödsängeln att för alltid stå och darra med tanke på det svek den visat Herrens son. En annan legend säger att aspen villigt upplät sitt virke till dem som tillverkade Jesus kors och därför är dömd i all evighet. Aspen används idag i Sverige i princip enbart till tändstickstillverkning och bastulavar (Stedingk, 2001).

I småland hade man följande kur för att få bort fotsvetten: Man tog tre pepparnejlikor i munnen, en asptelning till käpp och tre asplöv i varje sko, och vandrade runt kyrkan motsols. I boken Folklig läkekonst berättas också att avkok på aspbark kunde intas och motverkade då binnikemask, svullna ben, sår och ormbett (Tillhagen, 1958). Asprötter kunde vidare användas för att häva bleksot eller blodbrist. Folk som led av hemorrojder kunde lindra besvären med en salva gjord på aspknoppar. För att förebygga problem och sjukdomar som spreds med råttor och möss stack man ned aspkvistar i förvaringskärl, potatislårar och sädesmagasin. Asp barken utdunstningar ansågs vara för mycket för dessa gnagare varför de övergav de platser där kvistarna var placerade (Persson, 1977).

Trots genomgång av mycket litteratur har jag inte kunnat hitta något område där aspen idag används som medicinalväxt.

Björk (*Betula spp.*)

Björken är ett träd som människan under lång tid haft mycket stor nytta av. Björkens virke är segt och hårt och återfanns i en mängd verktyg och redskap. Räfskammar, hjul, ekrar och kvastskäft är bara några exempel. I stugorna fann man ofta bord, stolar, gungstolar och sängar som var tillverkade av björk. Björkens näver som var lättarbetad och vattentät flåddes i stora ark och användes som takpapp eller för tillverkning av skor, snusdosor och knivslidor. I Nordamerika lärde sig indianerna till och med att bygga kanoter av nävern. Om man torrkokade nävern kunde man utvinna björkolja, även kallad ryssolja, som man smörjde in läder med. Björkens sav tappades under våren med begärlighet och den sockerrika drycken dracks naturell eller förädlad som vin.

Björken har brukats mycket i den folkliga läkekonsten. Rännskit, reumatism och ledvärk botade man med ett hopkok på björkbark, medan giktbrutna bäddade ner sig helt och hållet i björklöv för att få sjukdomen ur kroppen. Mot trög mage var ordinationen ”en halv kvarter björksav i sänder, två eller tre gånger om dagen”. Björkkol och pulver av detta har på en del håll i Sverige använts för att lindra hosta, halsbränna, dysenteri och lungshot och människor som led av skörbjugg rekommenderades att lindra sjukdomen genom att tugga späda björkblad.

Idag har många av dessa huskurer förkastats och tas inte på något större allvar. Dock vet man att några beståndsdelar i björken kan vara smärtstillande. Vid blåmärken och stelhet kan man göra en infusion på björkbladen och stryka utvärt på det smärtande området (Hildreth, 1976). Att björkbladen förr kunde lindra skörbjuggen har på senare år bekräftats då man upptäckt att bladen innehåller mycket c-vitaminer (Bengtsson, 1988).

Bok (*Fagus sylvatica*)

Boken har ett finporigt och hårt virke och har därför alltid nyttjats på områden där stora krav på slitstarkhet finns. Trösklar, parkettstavar och gevärskolvar är bara några användningsområden. Boken var förr i tiden ett kronans träd och redan i den yngre västgöotalagen förbjöds vanligt folk att hugga ner boken. Boken som släpper sina frukter i form av ollon var dock mycket populära betesmarker för svinen. Djur som ätit av de feta ollonen fick ett mycket välsmakande, lite sötaktigt, kött som stod högt i kurs hos bönderna (Persson, 1977). Att ha ett lager hull på kroppen var ett tecken på välmående i tider då sjukdomar drog fram och gjorde människorna magra och eländiga.

Trots att ollonen anses ha en lätt narkotisk verkan så har boken inte upptagit något större kapitel inom folkmedicinen. Det som dock finns att läsa är att bladen kunde tuggas för att läka sårade läppar och tandkött. Stötta blad kunde avhjälpa stelhet och reumatism om de lades över de utsatta kroppsdelarna, medan färska blad kunde dämpa inflammationer. Om löven kokades och vätskan dracks så skulle diarrén snart upphöra (Persson, 1982).

Någon medicinsk nytta har vi knappast av boken idag. De fettrika ollonen kan dock vara en bra kunskap då de innehar ett tämligen högt energivärde och således kan användas i brist på annan energirik föda (Östling, pers komm.).

Ek (*Quercus spp.*)

Ända sedan asatron har eken ansetts som ett gudomligt träd bland människor. I takt med att kristendomen etablerades i vårt land blev eken allt hårdare ansatt. Dock var eken ett mycket värdefullt träd för svinen och till redskapstillverkning, så böter väntade den som högg ner ek på kronans eller annan markägares ägor. Från 1500-talet och framåt användes ekarna till att bygga skepp till Sveriges flotta. Man räknar med att varje slagskepp krävde mellan 1500 och 2000 välväxta ekar för att kunna förfärdigas (Persson, 1982). På Visingsö i Vättern planterades på 1830-talet ca 350 ha ekskog, men då de första järnfartyget togs i bruk 1842 hade eken spelat ut sin roll som material till skeppsbyggnad. På grund av detta har vi numera Sveriges vackraste ekskog kvar och den är väl värd ett besök.

Redan i den gamla Eddan beskrivs några huskurer där eken är involverad. Trög mage ansågs kunna botas genom att äta ekollon och en trolldryck med lätt narkotisk verkan kunde framställas med hjälp av bl.a. brända ollon. Ekarken av unga grenar kunde kokas och lagen kunde därefter drickas i portioner om "en halv kvarter" (ca. 16 cl) varannan timma för att motverka rödsot. Vätskan kunde också gurglas och hjälpte då mot svullen hals och svullna mandlar, och som tvättvätska för bölder, hudutslag och fotsvett. Även skärsår, liggsår och såriga fötter kunde behandlas med denna huskur (Persson 1982).

Ekollonen innehåller en hög halt av garvsyror. Vid sårbehandling med detta ämne utspätt med vatten faller proteiner ut och blodflödet avtar. Garvämnena verkar även på slemhinnekatarrer och infektioner och har därmed fortfarande en plats bland dagens moderna medicinalväxter (Östling, pers komm.).

En (*Juniperus communis*)

Enen har med sina vassa barr alltid varit ett skydd mot onda makter i folktron. I den kristna trädskulten prisades enen högt då varje bär hade ett tydligt markerat kors. Vid jordfästningar skulle vägen till kyrkan och viloplatsen strös med hackade ene- och granpinnar och då helst i form av kors. Detta skulle skydda den avlidna mot onda andar som ville erövra dennes själ. På grund av sin svårighet att nå grövre dimensioner har enen inte använts praktiskt i hemmen i någon större utsträckning. Dock gjordes mindre bruksföremål och stängselpinnar av ene. Enens sega bark kunde användas till stängseltråd men detta upphörde då taggträden gjorde sitt inträde (Persson, 1977).

Förutom att enen användes för att förebygga sjukdomar och olyckor användes den också mycket flitigt som botemedel. Sjukhussalar "vädrades" ofta med enrisrök då det troddes rensa luften från sjukdomar. En sup med enlut och vitlökssirap troddes hjälpa mot vattusot och feta bastanta damer skulle dricka te kokt på hackade enrötter för att minska i omfång. Enbären ansågs vara vattendrivande och skulle också hjälpa mot hosta, frossa och förkylning (Tillhagen, 1958). Sin onda tandvärk botade man med ett enebarr som stacks in i det svullna tandköttet så att det kunde tömmas på var. Enen drabbas ofta av gallbildningar som orsakas av engallmyggan. Dessa missbildningar kallades för kikbär och om dessa bär intogs tillsammans med varm mjölk trodde man att de hjälpte mot kikhosta. Det var dock inte bara människan som medicinerades med delar från enen. Enlag kokades av enflis och gavs till kor och kalvar i förebyggande syfte mot kommande sjukdomar.

En huskur som håller än idag är att gurgla eller dricka vätska som kokats mot enbär för att bemästra rethostan. Ett avkok på unga grenar kan också hjälpa mot magsmärtor (Hildreth, 1976).

Gran (*Picea abies*)

Liksom enen symboliserade granen med sina vassa barr ett skydd mot onda makter både under och efter livet. Granen användes flitigt som virkestäkt till hägnader och ved samt till timmerproduktion redan under 1500-talet och detta ledde till virkesbrist i vissa delar av Sverige. Granen var också omtyckt av barnen då den stod för det enda godis som ofta gick att få tag på nämligen i form av kåda som tuggades. Trädets bark som är rik på garvsyror var en viktig ingrediens i skinnberedning och granflis användes som takbeklädning då det var väderbeständigt under lång tid.

Inom folkmedicinen är granen relativt outnyttjad. Den redan omnämnda kådan var den mest använda delen. Kådan består av bl.a. harts och terpentiner vilka verkar vidhäftande och sårhelande. Dessa egenskaper gemensamt gjorde kådan till en utomordentlig salva, vilken samtidigt fungerade som häftplåster. Frostknölar, svullnader, tandvärk var bara några av de sjukdomar som botades med kådan. Av granen kunde man dessutom utvinna tjära som var användbart mot skabb och för att läka sår (Persson, 1977).

Grankådan är fortfarande en erkänd gammal huskur mot tandvärk. Kådan läggs runt den ömmande tanden och en viss lindring sker. Det är terpentinet i kådan som har en smärtstillande effekt och samtidigt verkar för en ökad blodgenomströmning (Bengtsson, 1988).

Lind (*Tilia cordata*)

Linden är ett av våra urgamla vårdträd och det träd där kärlek ofta uppstod. Vid gårdarna planterades gärna lindar som skulle skydda mot olyckor som exempelvis blixtnedslag och värna om gårdens invånare. Det var en helt otänkbar tanke att ge sig på en lind med en yxa eller med andra tillhyggen, då trädets invånare, bl.a. tomtar och vättar, med styrka och slagkraftighet genast skulle hämnas tilltaget. Linden sades också vara hemvist för lindormen som med snabba hugg och utan nåd försvarade trädet mot den som gick för nära (Persson, 1977). Ur nyttosynpunkt användes lindens mjuka virke till sniderier, bl.a. till ikoner i kyrkan och andra vackra detaljer som skulle siras med stor precision. Lindens bast användes till repslageri och tvinnades ihop till långa och hållbara rep som var en stor nordisk exportvara.

Lindbasten troddes också vara ett bra skydd mot magsjuka. Med lindbast lindat runt huvudet när man gick till bords kunde man äta av allt och hur mycket som helst utan bekymmer. Lindblommorna har länge ansetts ha en bred medicinsk verkan. Te på dessa blommor troddes motverka dåliga nerver, huvudvärk samt dämpa infektioner och fördriva förkylningar. Epilepsi och urinvägsinfektioner kunde avhjälpas med torkade lindblommor. Lindens bark utsöndrar i vatten ett slem som applicerades på brännskador och verkade lindrande.

Dagens största medicinska användningsområde för linden är tillverkning av koltabletter för att lindra magsjuka. Blommornas medicinska egenskaper är dock bekräftade och en infusion på dessa är utmärkta att bota feber och förkylningar med (Wiseman, 1986).

Lönn (*Acer platanoides*)

Lönnen har med sitt vackra yttre länge betagit konstnärer, målare och inte minst oss vanliga livsnjutare med sin prakt om sommaren och framför allt om hösten då den fullkomligt exploderar i ett väldigt eldhav. I Sverige har virke av lönnen inte varit speciellt eftertraktat. Dock ansåg man förr att dörrklinkan borde vara av lönn om hade en lönn på gården. Hade man tur kunde man i månsken i så fall se gårdstomtarna dansa runt lönnen. Mest eftertraktad har lönnen varit för den sockerhaltiga saven som kunde kokas till sirap och sedan torkades till den tidens sockerbitar. Lönnlöv samlades in och torkades som vinterföda åt djuren.

Engelska sjukan kunde tämjäs med lönnens hjälp. Tre pinnar av lönnen skulle bäras nära kroppen under en så stor del av dygnet som bara var möjlig. Ett annat alternativ för barn som hade engelska sjukan var att finna en lönn med så stort hål att de kunde dras därigenom. Pojkar drogs från höger och flickorna från vänster under det att de som drog hela tiden upprepade barnet namn och sjukdom. Detta förfarande skulle upprepas vid solnedgången tre torsdagar i följd. För att förstärka effekten av behandlingen knöts en tygbit från barnens kläder i trädet. Vidare ansågs saven från lönnen vara ett gott botmedel mot bröstsjukdomar och dålig mage (Persson, 1982). Sår läkning ansågs också stimuleras om sirap, gjord på lönnssaven, smordes på besvärliga och infekterade sår.

Idag har lönnen ingen direkt dokumenterad medicinsk användning, förutom den vederkvickning man kan få när man under vacker höstdag går ut i ett skogsparti med lönnar som för en inbördes tävlan om färgprakten.

Tall (*Pinus sylvestris*)

Att tallen som kan uppträda i många olika former och storlekar hörde ihop med häxorna och de svarta makterna var förr vida känt. Ingen normal människa vågade eller fick fälla en iögonfallande fura som ofta fridlystes. Dessa furor som kunde utgöra vägmärken har alla sin speciella historia. En av de mest kända är suptallen i Vittangi där resenärerna av sed stannade för att ta sig ett par supar (Persson, 1977). Förutom att tallen var ett mycket viktigt timmerträd användes de också för

att utvinna tjära. Träden katades så att endast en smal livsgivande barksträng fanns kvar, och på så vis producerade träden mycket kåda och kunde efter ett par år fällas och läggas i tjärdalen. Ståtliga exemplar av tallen som var närmare 25 meter höga var viktiga som mastvirke och hämtades över hela landet.

Precis som lönnen kunde ihåliga tallar användas för att bota engelska sjukan. Vidare användes tallar som läketräd för allehanda sjukdomar. Man tog en sticka från trädet och stack i den onda kroppsdelens och därefter applicerades stickan i en hålighet i trädet och täcktes över. Sjukdomen var nu överförd till trädet. Den olyckliga själ som råkade falla en sådan tall skulle få överta alla de sjukdomar som trädet hade i sitt förvar och således gå en säker död till mötes. Tallen tros också ha räddat många svenskar undan skörbjuggen. Tallstrunten, d.v.s. de späda tallskotten som är c-vitaminrika tuggades bl.a. av Karl XII:s soldater som därmed lindrade eller förhindrade sjukdomen. Hur det gick sedan är ju en annan historia! Kådan och tjäran är också gamla beprövade läkemedel och ansågs ha bra verkan på sår, eksem och giktknölar.

Idag är det framför allt kådan som är användningsbar. Den har en bakteriedödande, smärtstillande verkan och kan främst användas vid tandvärk. Mjuk färsk kåda läggs då på tanden eller runt tandköttet. Som redan nämnts är skotten c-vitaminrika och te på dessa kan utgöra en viktig vitaminkälla om inte annat finns att tillgå (Bengtsson, 1988).

Summering

Som texten ovan anger har det aldrig varit något fel på folks fantasi eller uppfinningsrikedom. Att ta vara på de möjligheter som fanns var en självklarhet, fast många människor idag kanske rynkar på näsan eller rent av skrattar åt våra förfäders försök till att lindra sina medicinska åkommor. Det är dock viktigt att komma ihåg att en del av de huskurer som nyttjades har en bevisad effekt, och att det i grund och botten är växter och träd som är grunden till dagens mediciner. Jag har under detta arbetes gång fått känslan av hur sjuka och nästan uppgivna människor med stor entusiasm sökt sig till de lokala läketräden för att finna lindring. Kanske var de riktigt illa därän och trädet symboliserade deras sista hopp. Tron kan ju som alla vet förflytta berg, och det är inte svårt att förstå att ett träd troddes besitta magiska krafter om dessa svårt sjuka människor plötsligt kom på bättringsvägen.

Muntliga referenser

Hansson, B. 1994. Muntlig information. Halmstad.

Östling, J. 1997. Instruktor vid Kustjägarskolan. Muntligt. Stockholm

Referenser

Bengtsson, E. 1988. Arméns handbok i överlevnad. Allmänna förlaget AB. Uppsala

Hildreth, B. 1976. How to Survive. Nordstedts förlag. Stockholm

Persson, O. 1977. Träd och människor. Skogsek förlag. Stockholm

Persson, O. 1982. Från al till tall. LTs förlag. Stockholm

Tillhagen, C. 1958. Folklig läkekonst. Stockholm

Wiseman, J. 1986. Överlevnadshandboken. Forum AB. Stockholm