



Figur 2. En gallmyggans "kikbär", en parasitär bildning. Wikimedia.

Enen – en medicinskt intressant "julväxt"

Svensk Vet. tidn., nr 10, 2025

Enen är en i Sverige allmänt växande buske vars ris gärna binds till kransar inför julen. Men den har även en långvarig medicinsk användning.

→ **Text** Lars-Erik Appelgren, prof emer, HBIO, SLU, Uppsala

Botaniska egenskaper

Enen (*Juniperus communis*), som är en vintergrön barrväxt, finns i familjen cypressväxter.

Den är spridd över hela norra halvklotet. Enen är Smålands landskapsträd.

Enen är tvåbyggare och det betyder att växterna är antingen av hon- eller hankön. Honkottarna har tre fröfjäll. Det vi kallar enbär är i själva verket ett slags bärkottar. Efter befruktningen utvecklas fröfjällen till ett köttigt, bärlikt fodral kring de tre fröna. Enbärens frön mognar inte förrän under tredje året (Fig 1). Hankottarna, som är pollensäckar, torkar och kort efter att pollenkornen har spridits faller de av.

På enen ses inte sällan så kallade gall-



Figur 1. Enbär – mogna efter 3 år.

bildningar som kallas "kikbär" som har fått sitt namn av att de skulle vara bra vid kikhosta (1). Det liknar ett öppnat fröhus med tre valv. Den består av tre förstorade barr, som omger tre mindre. Under kikbäret sitter tre mycket små barr på grenen.

Denna företeelse kallas "zooecidium" och orsakas av en gallmygga (allmän engallmygga, *Oligotrophus juniperinus*) (Fig 2).

Sävenbom (*Juniperus sabina*)

En annan *Juniperus*-växt är *Juniperus sabina*, sävenbom, som kanske mest är känd som en giftig växt som sägs kunna framkalla abort (2) (Fig 3). Sävenbom har det speciella kännetecknet att barren doftar som svarta vinbärsblad om de gnids mellan fingrarna. Men denna närbesläktade växt beskrivs inte ytterligare i den här artikeln.

Medicinsk användning av enen (*Juniperus communis*)

HUMANMEDICIN

Inom humanmedicinen har enen varit en ►

trägen följeslagare. Så beskrivs till exempel i *Läkemedelsnamn* av Lindgren (3) att enbär förekom i *Papyrus Ebers* (1600 f Kr) och att Hippokrates använde dem mot kvinnosjukdomar. Senare har såväl enbär som enbärssris använts. I den första officiella farmakopén förekommer *Juniperus communis*: ”En, Ved: bär, Sverige buske” (4). Den förekommer också i de senare upplagorna av farmakopén II t.o.m. IX (1908) i olika former (*Baccae*, *Fructus Juniperi*; *Oleum Juniperi* och *Rob* och *Syrupus Juniperi*). Användningen anges vara som väderfördelande, magstärkande och urindrivande. Sedan följer ett speciellt påpekande: ”Den anv. numera hufvudsakligen i veterinärpraxis.”

I Kgl Medicinalstyrelsens Samlingar av benämningar ... (MB) från 1937 (5) finns såväl *Syrupus juniperi* (från bären) som Enträolja (*Aeteroleum juniperi Terebinthinatum*). I Ljungdahls recepthandbok från 1953 (6) förekommer såväl *Fructus* som *Aeteroluem juniperi* med följande kommentar: ”Förr som diureticum [urindrivande] men även som carmanitivum [medel mot väderspänningar] och emmenagogum [menstruationsframkallande] pulver eller mos eller infusion ... Har numera ringa användning i terapien.”

Den diuretiska effekten anses kunna vara kopplad till innehållet av terpinen-4-ol (7). I en översiktsartikel om enens (*Juniperus communis*) och andra växters antiinflammatoriska effekter visas att extrakt från densamma har antiinflammatoriska effekter (8).

I dag finns inte längre några registrerade läkemedel innehållande enbär i FASS. De flesta avregistrerades på 1950-talet (9).

Men inom naturmedicinen är de vanligt förekommande som medel mot framför allt urinvägsinfektioner.

VETERINÄRMEDICIN

Inom veterinärmedicinen förekommer enbär redan i slutet av 1200-talet. I en beskrivning i *Kilikische Heilkunst für Pferde* (10) beskrivs hur enbär kan användas när svans- och manhår faller av: ”Tag enbär, mal dem och tag i det i vatten för att bada ställena.”

Enbär förekommer också i Peter Bernquists skrifter. Så här skriver han i sin *Husdjurslära* (11):

”Baccae juniperi, enbär, äer slemlösende, urindrivande och något retande. Använt vid olika former av vatutos hos flera djurslag; också som retande och stärkande vid kvarka, sumpfeber och rots, rödsot hos får.”

I sin *Zoopharmacologia* (12) skriver han:



Figur 3. Sävenbom med bär. Wikimedia.

”Enen ansågs vara en vän och skyddade mot faror och död. En stor en vid vägen vaktade resande folk.”

”Juniperus communis [nis] en buske, hwilken kan dragas up til ett träd. Trädet har en angenäm balsamisk lukt, håller litet aetherisk olja men mer harts. Der renar wäskorna, drifwer urin uti Dosis förordnat ... af bären destilleras en vitgrön olja som lucktar star[k]t och smakar hetsit och star[k]t här af 30 droppar gifvet på bröd för stor dosis bör man agta sig.”

I den första svenska veterinärfarmakopén (13) från 1809 finns såväl ”Enebär” som ”Enebärsmos”. Det rekommenderas i denna farmakopé att användas som ”slemlösende, urindrivande.

”De gröna bären kan göra en god

sårsalva [...] En stark dekokt av Enerötter utgör ock ett ganska brukbart medel till twättning på skabb hos hästar och boskapen, hwilket borde allmännare brukas.”

Även från 1871 och senare upplagor av veterinärfarmakopéerna finns enbär upptagna.

I annan litteratur från 1800-talet visas också att enbären är användbara. I Lundbergs bok från 1868 (14) anges det att enbär, tillsammans med borax, skulle kunna användas vid ”Wattusot” och i Vennerholms och Svenssons *Handbok i Husdjurens sjukdomar* (15) förekommer även enbär:

”Frukterna af vanliga enen, *Juniperus communis*, uppsamlade under andra året. Innehåller flygtig olja och ett bittert hartz. Ökar urinutsöndringen och tarmrörelsen, höjer aptiten; användes vanligen i samband med en del andra aptitmedel, såsom karlsbadarsalt, kräksalt m.fl.”

I senare arbeten förekommer enbär i Kliniskt Vademecum (16) från 1932 som *Fructus juniperi* och anges kunna brukas som diureticum, stomachicum, expectorans

och mjölkmedel.

I min egen lärobok i farmakologi från studietiden vid Kungl. Veterinärhögskolan (17) finns enen med, men då i form av trätjära, *Juniper Tar USP*, och indikationen anges vara behandling av luftvägsinfektioner! I dag använder vi nog inte enen i terapin, eller ...?

Enen i modern medicinsk litteratur

Som ett exempel på nutida forskning om

enen kan nämnas att i en artikel från 2022 (18) sammanfattas enens egenskaper på följande sätt i en bild: Fig 4.

De beskrivna egenskaperna återstår dock att testa i kliniska prövningar.

Enen i litteraturen

Strindberg anges av en av sina döttrar ofta ha liknat sig själv vid en vresig enbuske. Han hade nämligen av konstnären Arthur Sjögren fått en landskapsbild med en ensam enbuske. Han beskriver i flera av sina skrifter användningen av enbär i olika konstellationer. Så nämner han till exempel enen i sitt historiska verk *Svenska folket I*, där han refererar till en gammal läkarbok från 1500-talet (19) (Fig 5).

Enen i konsten

Den mer eller mindre kände uppsala-konstnären Olof Thunman har återgivit enen i en för honom karakteristisk stil (Fig 6). För övrigt har Sven Ljungberg gjort en fin oljemålning av en enbuske. Se bilden (Fig 7) under rubriken ”Enen som dricka”. Även Eva Holmér Edling har framställt karakteristiska enbilder (Fig 8).

Enen i religionen och folktron

Enen ansågs vara en vän och skyddade mot faror och död. En stor en vid vägen vaktade resande folk.

Vår förste bibelöversättare anknöt till ett träslag som folk kände till. När denne skulle beskriva hur Elias tog sin tillflykt till ett träd blev det:

”Men han gick bortt uthi öknena ena dagsreso och kom ther in och satte sigh under itt Enebärträ” (20).

I senare översättningar har ”Enebärträet” i stället blivit en ginstbuske.

Vidare såg man under tiden för asatron Tors hammare i bärkottarnas sömmar, något som de kristna senare tolkade som Kristi kors!

Rökning med enris ansågs ha en magisk och medicinsk verkan. Man ”rökte” mot såväl smittkoppor som kolera (21).

Enedricka

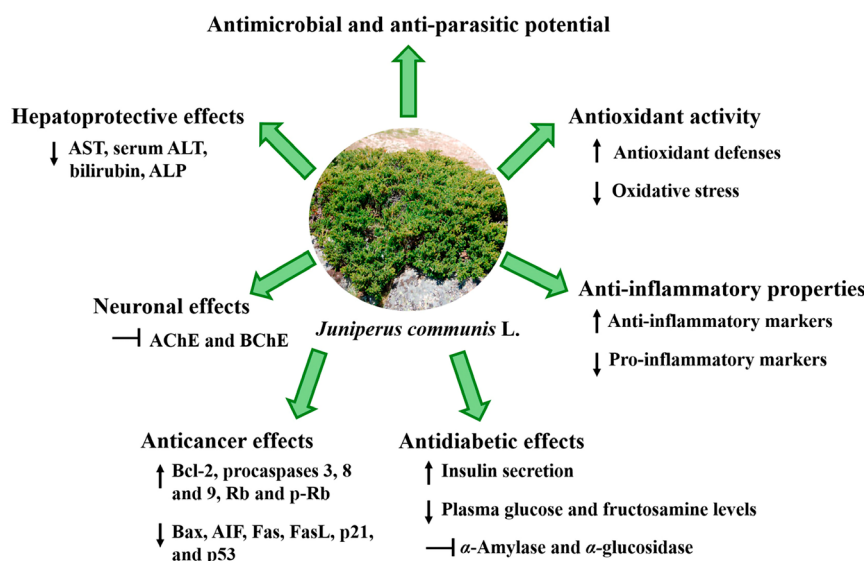
Redan Linné noterade i Småland 1741 att enbärdricka var allmänt förekommande:

”Enebärs dricka brukas wäl allment i Sverige, men här nedre mäst och göres utan konst: på stötta Enebär slår man kalt watn, hwilket lakas af, då dricket strax är färdigt, utan att giäsas eller kokas.” (22).

Torgny Lindgren har också uppmärksammat enedrickan i ABC-boken (23):

”Enbärdrickan, den ädlaste av drycker, föraktas och försummas av gourmeten.

Ett rov för modeväxlingarnas nycker. ►



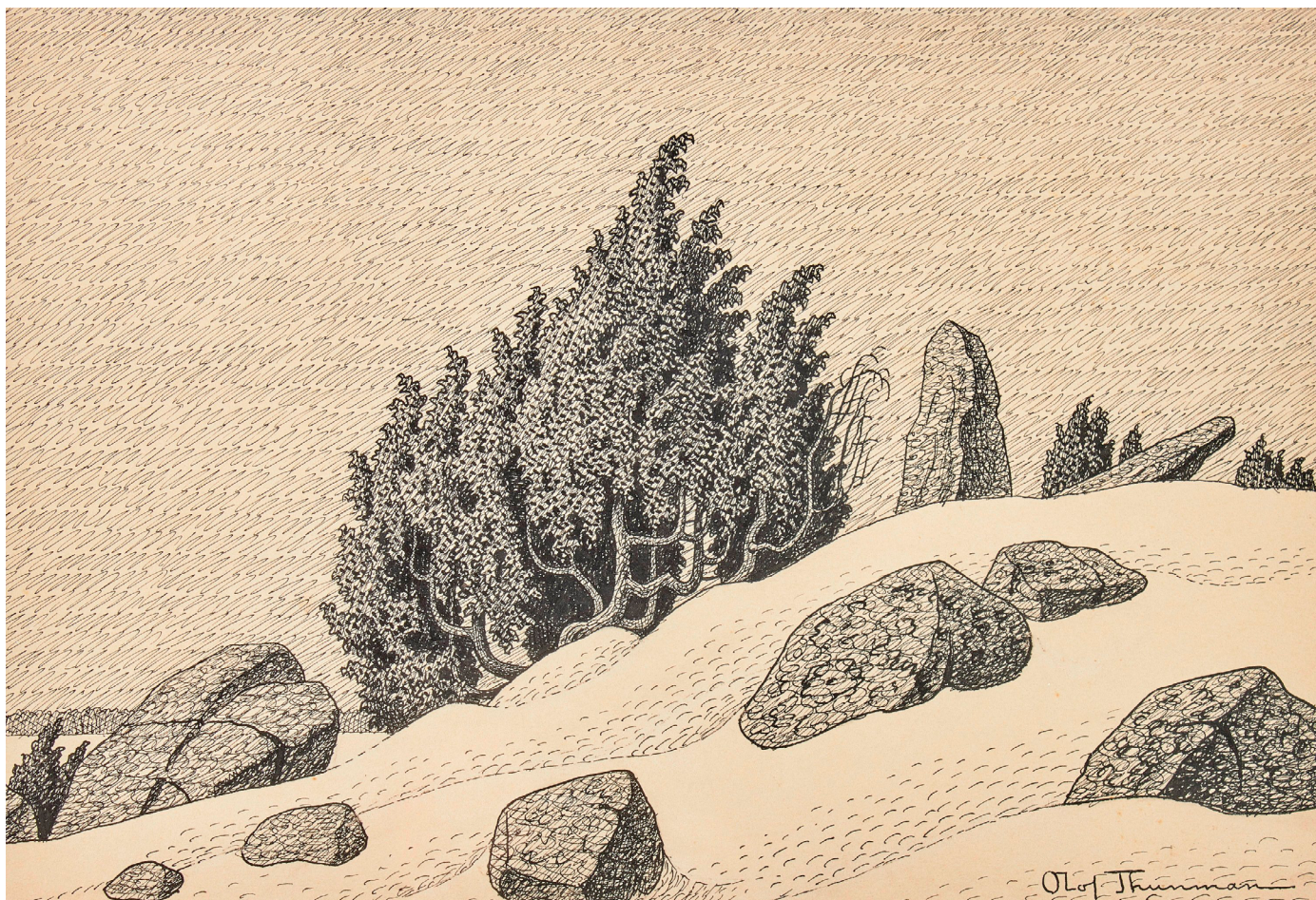
Figur 4. Biologiska effekter av en (*Juniperus communis*) hävdade i en artikel från 2022 (18). AST: aspartat aminotransferas; ALT: alanin aminotransferas; AChE: acetylcholinesteras; BChE: butyrylcholinesteras; Bax: Bcl-2-associerat X protein; AIF: apoptosis-inducing factor; Fas: cell-surface death receptor; FasL: Fas ligand; Bcl-2: B-cell lymphom 2; ↑ ökning; ↓ minskning; — inhibering.



Figur 5. Lågväxande en på Mastskär i Stora Nassaskärgården i juli 2025. Eget foto.



Figur 7. Enebusk, Sven Ljungberg. Olja, 55 x 39. Publiceras med tillstånd av Almlöfs.



Figur 6. Enen av Olof Thunman. Bilden publiceras med tillstånd av Metropol Auktioner.

Systembolagsexperten tiger som stenen. Nu känner ingen utom själva enen den stora hemligheten."

Hans inlägg illustreras av Sven Ljungbergs oljemålning (Fig 8).

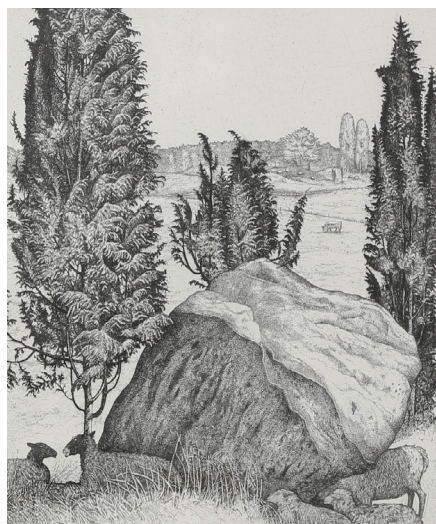
Nog minns jag också med välbehag från Dalarna den brygd som jästes med enris och som förvarades källarsvalt. En underbar törstsläckare varma dagar. Receptet var följande:

"Plocka ca en plastkasse enris, gärna med bär på. Skölj. Lägg riset i en syltkittel och fyll på med vatten. Får koka ca 1 tim. Sila. Får svalna. Tillsätt ½-1 sockerbittsstor jäst. 1 dl socker/liter dricka. Låt jäsa ett dygn före buteljering. Förvaras källarsvalt."

GENEVER & GIN,

Lucas Bols började att tillverka *Agua juniperi* eller genever kommersiellt år 1575 i Schiedam utanför Rotterdam. Det är en oljig, aromatisk och mindre kryddig sprit. Den är, med sitt inslag av en i smaken, en populär dryck i de länder som drycken produceras i: Nederländerna, Belgien och norra Frankrike.

Gin är en spritdryck med cirka 40 % alkohol. Den innehåller alltid smaken



Figur 8. Fårer i skuggan, Eva Holmér Edling. Bilden publiceras med tillstånd från Auctionet.

av enbär, som tillsatts till en sprit destillerad från olika sädesslag eller druvor. Ibland förekommer även andra kryddiga tillsatser.

Gin Lane är ett tryck från 1751 av William Hogarth. Det är ett av hans mest kända verk (Fig 9). Det skildrar den negativa sidan av ginmissbruket i 1700-talets



Figur 9. *Gin lane* av William Hogarth visar följderna av missbruk av gin. Wikimedia.

London, där gin var en populär och billig alkoholhaltig dryck för de fattiga. *Gin Lane* visar smutsen och förtvivlan i ett samhälle som fötts upp på gin. Desperation, död och förfall genomsyrar bilden. Pantlånaren till vänster i bild synar snickarens såg och husmoderns kärlek för att ge några pennies för inköp av gin. Men mest ►

chockerande är bildens förgrund: hur en ginberusad mor, med syflitiska sår på benen, låter sitt barn falla ner för trappan medan hon själv är upptagen med att ta sig en pris snus.

Enen i operans värld

The Juniper Tree (Enbusken) från 1985 är en opera med musik av Philip Glass och Robert Moran. Den har komponerats till ett libretto av Arthur Yorinks. En av Bröderna Grimms sagor har gett idén till operan. Sagan handlar om en elak styvmor, som dödar sin styvson på grund av att han påminde hennes man om dennes döda fru. Hon tillreder styvsonen i en gryta och bjuder den hungrige och ovetande fadern. Styvsonens syster ser till att begrava benen från brodern under samma enbuske, som deras mor begravts under. Pojkens ande återkommer i form av en sjungande fågel. Den hämnas på styvmormen genom att låta en kvarnsten ramla ner på henne. Pojken återförenas sedan med sin familj i sin rätta gestalt. (24)

Enen i det praktiska och traditionella

Eneträ doftar ljuvligt gott och har använts och används fortfarande som slöjdvirke. Otaliga smörknivar i eneträ har sett dagens ljus. Men eneträ har också använts för tillverkning av korgar och staket. Enris hackat och utstrött förekom såväl vid begravningar som vid jultiden. Så här till jul förekommer ofta att man gör vackra enriskransar (Fig 10). ■



Enriskrans. Publiceras med tillstånd av Elsa Törnblom, fotograf.

Referenser

1. Bergman, M. Vallört och Vitlök. Om folkmedicinens Läkörter. Prisma. Skogs Grafisk AB, Malmö, 1981.
2. Zlotucha Kozub, A. "To Married Ladies It Is Peculiarly Suited": Nineteenth-Century Abortion in an Archaeological Context. *Hist Arch*, 2018, 52, 272.
3. Lindgren, J och Gentz, L. Läkemedelsnamn : ordförklaring och historik, Apotekarsocieteten (medarbetare); Stockholm, 1986.
4. Svenska farmakopén 1775, översättning av G Göthberg. Apotekarsocieteten, Helsingborg, 1997.
5. MB, Samling av benämningar vilka må jämlikt § 10 i Apoteksvarustadgan ... 1937, Stockholm 1938. Nordstedt & söner.
6. Ljungdahl, M. Recepthandbok ... Gleerups, Malmö, 1953.
7. Newall, C L A Anderson & J D Phillipson. Herbal medicines, The Pharmaceutical Press, London, 1996, 176.
8. Tunón H, Olavsdotter C, Bohlin L. Evaluation of anti-inflammatory activity of some Swedish medicinal plants. Inhibition of prostaglandin biosynthesis and PAF-induced exocytosis. *Journal of Ethnopharmacology*, 1995, 48, 61-76.
9. <https://www.fass.se/LIF/substance?userType=2&substanceID=IDE4POH2UBCXAVERT1>
10. Dum-Tragut, J. Kilikische Heilkunst für Pferde - Das Vermächtnis der Armenier. Olms Presse. Hildesheim, Zürich, New York, 2005, 1-320.
11. Hernquist, P. Handskrift HS081 tolkad och kommenterad av Dyrendahl, S. Peter Hernquists Sjukdomslära ... Kgl. Skogs- o. Lantbruksakademien, Stockholm 1996, 1- 309.
12. Hernquist, P. Zoopharmacologia. Handskrift 059, Skara, Veterinärhistoriska museet. 1803?.
13. Florman, A H. Pharmacopoea Veterinaria eller Handbok för Häst- och Boskaps-Läkare ... Lund, 1809, 19-20.
14. Lundberg, Fr. Beskrifning öfver Husdjurens Sjukdomar. 1868, Stockholm, 1-638.
15. Vännerholm, J och Svensson, J. Handbok i Husdjurens sjukdomar, Stockholm Looström & Co, 1892, 125.
16. Svahn, C. Kliniskt vademecum för veterinärer, Linköping, 1932, 31.
17. Meyer Jones, L. Veterinary Pharmacology and Therapeutics, The Iowa State College Press. 1954, 61.
18. Gonçalves, A C, Flores-Félix, D J, Coutinho, P, Alves, G och Silva, L R, Zimbro (Juniperus communis L.) as a Promising Source of Bioactive Compounds and Biomedical Activities: A Review on Recent Trends. *Int. J. Mol. Sci.* 2022, 23, 3197.
19. Rasmussen, A. Strindbergs flora. CKM förlag, Stockholm, 2009, 251.
20. Biblia/Thet är/All then Helgha Scrifft/på Swensko [Gustav Vasas bibel], 1541, Then första Konungaboken, 19:4, LXXXIII.
21. <https://litteraturbanken.se/f%C3%B6rfattare/Anonym/titlar/BibliaGV/sida/217/faksimil?storlek=5>
22. Människan och floran/[vetenskapliga redaktörer: H Tunón, B Pettersson, M Iwarsson], Wahlström & Widstrand, Stockholm, 2005.
23. Carl von Linnés Gotländska resa ... utgiven av B Molde, Stockholm, Ronzo, 1957, 154.
24. Lindgren, T och Ljungberg, S. ABC, Almlöfs förlag, Ödeshög, 2005.
25. [https://sv.wikipedia/wiki/The_Juniper_Tree_\(opera\)](https://sv.wikipedia/wiki/The_Juniper_Tree_(opera))