

Kruidengeneeskunde en de oude kennis.

Dat de kruidengeneeskunde al heel oud is, heb ik al eerder geschreven. Duizenden jaren geleden, wellicht nog langer, werden de kruiden al gebruikt als geneesmiddel. In de huidige tijd is de kruidengeneeskunde nogal in de vergetelheid geraakt, maar door bewustwording van de mensen neemt de interesse wel weer enorm toe.

Aangezien ik zeer beperkt ben in het schrijven over de geneeskrachtige werking van kruiden door de nieuwe wetgeving, kan ik niet veel melden over de waar de kruiden voor in te zetten zijn. Maar ik kan wel beschrijven hoe de mensen vroeger de kruiden inzetten. De generaties voor ons gebruikten kruiden nog als geneesmiddel. Mijn eigen oma is daar een mooi voorbeeld van.

Letterlijk en figuurlijk beter de spijs verteren

Zo werd Munt vroeger al ingezet als middel ter verbetering van de spijsvertering. De frisse smaak en geur werd ook gewaardeerd om het concentratie verbeterende vermogen. Zodoende werd tijdens de preek in de kerk vaak Pepermunt gebruikt. Zo kon men letterlijk en figuurlijk de spijs beter verteren. Ook Citroenmelisse werd bij spijsverteringsproblemen ingezet.

Respect voor de Vlier

De Vlier werd door de Germanen al als een heilige struik gezien. Voordat je een Vlier omhakte moest je eerst respect tonen. Aan het begin van de twintigste eeuw moest je nog steeds voor de Vlier de hoed afnemen.

Vroeger stond ook bij bijna ieder huis een vlierstruik. Deze hield niet alleen de insecten goed weg, maar werd ook gezien als een volledige medicijnkast. De Vlier werd namelijk gewaardeerd om de werking voor allerlei (winter)kwaaltjes en zowel bloesem als bessen werden daarvoor gebruikt.



Ook op bijna ieder erf stond een Paardenkastanje. Het dragen van een kastanje in de zak zou goed zijn tegen reuma. Kastanjepuree werd ingezet tegen winterhanden en –voeten.

Mond- en keelklachten

Bij kiespijn en ontstekingen in de mond werden kruiden als Kamille en Salie gebruikt. Kamille was bovendien een goed gewaardeerd stoomkruid bij een verstopte neus. Salie werd ook gebruikt bij zweetvoeten, evenals eikenschorspoeder.

Bij keelklachten was Salie ook een heel mooi kruid, evenals Goudsbloem en Witte Dovenetel.

Duizendblad stond bekend om de bloedstelpende werking. De plant groeit vaak ook daar waar ongelukken gebeuren. Maar ook Weegbree stond bekend als bloedstelpend kruid. Weegbree werd ook ingezet bij insectenbeten.



Kinderziektes

Madeliefje en het Driekleurig viooltje werden vroeger ingezet bij kinderziektes, zeker als deze gepaard gingen met koorts. Maar ook de werking van het Madeliefje bij een verhoogd cholesterol werd gewaardeerd. Bij verbrandingen gebruikten de mensen meestal St. Janskruid of Goudsbloem.

Veel kruiden werden ook ingezet vanwege hun reinigende werking en daarmee het verhelpen of voorkomen van

allerlei kwalen, als reumatische klachten. Heermoes, Braam, Berk, Brandnetel, maar ook weer het Madeliefje zijn hier voorbeelden van.

En zo zijn er nog enorm veel meer voorbeelden te noemen van klachten waarbij kruiden ingezet kunnen worden.

Generaties lang wisten de mensen heel goed hoe ze de kruiden die om hun heen groeiden moesten gebruiken. Ze herkenden deze en wisten waarvoor en hoe ze deze moesten inzetten. Vaak is aan de kruiden al te herkennen, waarvoor dat ze nuttig zijn en groeit een bepaalde plant ook niet voor niets bij iemand in de omgeving.

Gelukkig is deze oude kennis wel bewaard gebleven en wordt deze nu door een nieuwe generatie kruidengeneeskundigen weer toegepast en in een hedendaags jasje gestoken.