

Gewoon duizendblad

De natuurlijke pleister op vele wonden

De Franse naam van het kruid is Achilée millefeuille. Het kruid heeft haar naam te danken aan de Griekse held en veldheer Achilles. Tijdens de Trojaanse oorlog gebruikten zijn soldaten Duizendblad om de bloedende oorlogswonden te stelpen.

BEELD Nataschja Derks

Millefolium is Latijn voor duizend blaadjes. Zie het rijkelijk ingesneden blad van het kruid. Duizendblad groeit meestal tussen het gras in weides. Je gebruikt het bovengrondse deel van de plant. Je oogst de plant in de zomer als ze bloeit.

Prop je neus ermee vol

In het Engels wordt het kruid ook wel Nosebleed (bloedneus) weed genoemd. Steek een paar blaadjes in het bloedende neusgat en het bloeden stopt! Het kruid heeft nog een bijnaam: timmermanskruid. Verwond je jezelf (tijdens het timmeren), breng dan (gewassen) verse, gekneusde blaadjes aan op de snij- of schaafwonden.

Een wonderkruid om bloed te stelpen

Geen enkel kruid kan zo snel een bloeding stoppen. Duizendblad was door de eeuwen heen de pleister op vele wonden. Dat komt door de samentrekkende en bloedstelpende eigenschappen van het kruid. De aanwezige looistoffen en alkaloiden zijn daar verantwoordelijk voor. Duizendblad werkt uitwendig ook onstekingwerend, verzachtend en jeukwerend.

Kruid voor je buik

De geneeskrachtige eigenschappen van Duizendblad lijken sterk op die van Kamille. Het kruid bevat bitterstoffen en etherische oliën, die de spijsvertering helpen. Maak een infusie van 1 eetlepel kruid op 1 kopje water van 90°C. Laat het **afgedekt** (anders vervliegen de etherische oliën) 10 minuten trekken. Maak het altijd vers voor gebruik. Gebruik 3 kopjes per dag bij maagklachten, trage spijsvertering, oprispingen, misselijkheid, winderigheid, opgezette buik, buikkrampen, maag- en darm ontstekingen. Niet langer dan een maand achtereenvolgend gebruiken.

Vrouwenkruid

Hetzelfde infusie is een krachtig middel dat je kunt gebruiken om menstruatiekrampen en pijn te verzachten. Of maak een zitbad van 100 gram kruid op 20 L warm water. Dat verzacht alle krampen in het onderlichaam. Daarnaast, een ligbad met Duizendblad bevordert de aderlijke bloedsomloop. Gebruik het kruid niet als je zwanger bent. Het stimuleert de baarmoeder.

Stomen

Een stoombad met verse bloemen geeft verlichting bij hooikoorts, verkoudheid en milde astma.

Ritueel kruid

Tijdens ceremonies van druiden werd met een brandend bosje Duizendblad duistere krachten, geesten en heksen verdreven. Niet vergeten: hang op 24 juni een bosje Duizendblad boven je deur om ziekten buiten de deur te houden. 🌿

www.deherboriste.com

Duizendblad salade

Werking: Goed voor de spijsvertering

Ingrediënten: Olijfolie • azijn • beetje honing • zout • snufje peper • komkommer • tomaten • fijn gesneden Duizendbladblaadjes

Bereiding: Meng olijfolie, azijn, honing, zout, **Duizendbladbloemetjes** en een snufje peper met een staafmixer. Deze dressing sprenkel je over een salade van komkommer, tomaten en enkele fijn gesneden **Duizendblad-blaadjes**.

Santé!

