Piparjuuri
Kuva: Mervi Holappa

ELIAS LÖNNROTIN YRTTIMAA

Puheenjohtaja Lasse Lyytikäinen, Elias Lönnrot -seura ry

FRORA FENNICA

Elias Lönnrotin kokoama Flora Fennica – Suomen kasvisto täytti 150 vuotta vuonna 2010. Flora Fennica perustui pääosin ruotsalaiseen 1858 ilmestyneeseen kasvistoon Handbok i Skandinaviens Flora, jonka Lönnrot suomensi ja sovelsi Suomen kasvillisuutta vastaavaksi. Se oli ensimmäinen suomenkielinen luonnontieteellinen teos. Suomen-, latinan- ja ruotsinkielisen sanaston lisäksi kirjaan sisältyy erillinen luettelo kasvien suomenkielisistä toisintonimistä, joista monet ovat kasvien niminä käytössä edelleenkin. Mikäli kasvilla ei ollut suomalaista nimeä, Lönnrot keksi sen itse.

Yrttimaa kunnostettiin yhteistyössä

Keväällä 2009 **Kapsakka Ky:n toimitusjohtaja Kirsi Kilpeläinen** esitti idean Kajaanissa Lönnrotin majan vieressä olevan yrttimaan kunnostamisesta sekä Lönnrotin majan nostamisesta paremmin esille Kajaanin kulttuurikohteiden joukossa. Hanke toteutettiin Kirsi Kilpeläisen **johdolla Elias Lönnrot -seuran, Kajaanin Kalevalaisten Naisten, Kapsakka Ky:n ja Lumonel-yrityksen** yhteistyönä kesän 2009 aikana. Hanketta on myös tuettu Opetus- ja kulttuuriministeriön kulttuurin matkailullisen tuotteistamisen rahoituksella.

Lumonelin yrittäjä Heli Pirinen suunnitteli kasvimaan peruskunnostuksen ja istutettavat yrtit. Heli Pirinen on myös laatinut yrteistä tämän julkaisun aineiston, jossa on kuvaus jokaisen yrttimaan kasvin käytöstä Elias Lönnrotin ja nykyajan ohjeiden mukaan.

Yritykset hankkeen tukena

Hankkeelle antoivat tukea Kajaanin kaupunki, Hotelli Kajaani, Kajaanin K-Rauta, Kajaanin Agri-Market ja Kajaanin Puukeskus. Lukuisat talkoolaiset hoitivat yhdessä osapuolten kanssa yrttimaan toteutuksen, hoidon, kasvien kitkemisen, kastelun sekä punamullalla maalatun päätyaidan valmistuksen. Kajaanin kaupunki rakensi verkkoaidan yrttimaan kahdelle sivustalle, toi kasteluvettä varten tynnyrit sekä puiston penkkejä, jotta yrtteihin tutustujat voivat levähtää ja tutustua aineistoihin. Yrttimaalta löytyy kasvikartta ja laatikko, jossa on tietoutta yrteistä ja niiden käytöstä.

Suosittu käyntikohde

Lönnrotin yrttimaa on heti alusta lähtien osoittautunut kiinnostavaksi ja suosituksi käyntikohteeksi. Hotelli Kajaani on käyttänyt ruuan valmistuksessaan yrttimaan kasveja ja kävijät ovat saattaneet

poimia mukaansa yrttejä. Lönnrotin majan ja yrttimaan kunnostuksen sekä esitteiden ja julkaisujen avulla pyritään laajentamaan tietoutta kajaanilaisen suurmiehen ja kulttuurihahmon Elias Lönnrotin monipuolisesta elämäntyöstä.

Yrttimaahan voi tutustua joko oma-aloitteisesti yrttimaalla olevan esittelykansionavulla tai varaamalla opastetun yrttimaan esittelyn. Esittelyjen yhteyteen järjestyvät tilauksesta myös tarjoilut joko Lönnrotin majassa tai Hotelli Kajaanin tiloissa.

LÖNNROTIN MAJA - HAUHOLAN MAJA

Lönnrotin ”kesämökki”

Piirilääkäri Elias Lönnrot asui Kajaanissa oloaikanaan (1833 - 1853) lähes kymmenessä eri paikassa. Tunnetuimmat näistä olivat Hövelö, Polvila ja piirilääkärin itsensä rakennuttama kaupunkitalo, joka aikoinaan sijaitsi nykyisen Anttilan tavaratalon paikalla Kauppatorin vieressä. Elias Lönnrotin omistamista rakennuksista on jäljellä vain pieni Hauholan maja Hotelli Kajaanin pihapiirissä Onnelantien varrella.

Elias Lönnrot osti tammikuussa 1849 Hauholan palstan värjärimestari Gustaf Örniltä. Piirilääkäri muokkasi maapalstan kuntoon ja viljeli siinä heiniä ja perunoita. Hän rakensi palstalleen myös pienehkön majan, jossa hän paikallistarinoiden mukaan istuskeli muistiinpanojaan tehden. Maja rakennettiin eri-ikäisistä hirsistä. Ilmeisesti hirret ovat palvelleet jossakin toisessa rakennuksessa. Koska osa hirsistä on voimakkaasti tummentunut, ne lienevät olleet alun perin riihessä. Tohtori Heikki Rytkölän mukaan riihi on voinut sijaita Lönnrotin kaupunkitalon tontilla ennen kuin sinne rakennettiin Lönnrotin uudistalo vuonna 1850. Hirret voivat olla lähtöisin myös Polvilasta, jossa myös oli vanhoja rakennuksia.

Maja palveli Lönnrotia eräänlaisena kesämökkinä, sillä hän ei oikein viihtynyt kaupungissa. Kalevalan tai muiden suuritöisempien teostensa kirjoituspaikkana hän ei liene majaansa käyttänyt mutta Oulun Wiikko-Sanomia hän on voinut toimitella siinä. Jos näin on, Hauholan maja on Kainuun ensimmäinen sanomalehden toimitus.

Majan käyttö muuttui Lönnrotin muutettua

Kun Elias Lönnrot muutti tammikuun alussa 1854 perheineen Kajaanista Helsinkiin, hän myi palstan majoineen kihlakunnantuomari Carl Carlssonille. Sen jälkeen majaa käytettiin monissa tehtävissä. Vuonna 1887 A.O. Heikel tutustui majaan ja kertoi sen olleen kesäasunto. Noihin aikoihin maja oli rappiotilassa, sillä siihen tallennetut Lönnrotin esineet olivat joutuneet pitkäkyntisten haltuun. Toinen omistaja, S.H. Kyander valmisti mökin ikkunoiden eteen suojaluukun ja lukitsi majan, jotta ulkopuoliset eivät olisi päässeet tekemään tuhojaan. Kyanderin perikunta lahjoitti Hauholan majan vuonna 1899 Kajaanin kaupungille.

Perikunta tarvitsi rahaa ja myi palstan maat vuonna 1903 huutokaupassa. Myöhemmin kaupunki hankki alueen omistukseensa. Vuosien saatossa Hauholan mökki alennettiin heinäladoksi, mutta 1900-luvun alkupuolella, kun Hauholan palstasta tuli paikallisten kesäjuhlien pitopaikka, majaa käytettiin mm. virvokekioskina. Hauholassa pitivät karkeloitaan mm. Kajaanin seminaarin jyskyt, jotka keväisin tanhusivat majan lähellä. Majan ympärillä olevaa kenttää käyttivät myös paikalliset työväenjärjestöt huvi- ja kokoontumispaikkanaan ja Kajaanin palokuntakin käytti sitä harjoitusalueena. Kajaanin kaupunki otti majan sotien jälkeen puistokalusteiden talvisäilytyspaikaksi.

Kajaanin Kalevalaisten Naisten aloite 1970-luvun lopulla

Majan huonoon kuntoon ryhdyttiin kiinnittämään huomiota vasta 1970-luvulla, jolloin Kajaanin Kalevalaiset Naiset kirjelmöivät Hauholan mökin alennustilasta. Vanhan Kalevalan juhlavuoteen 1985 mennessä majaa hieman kunnostettiin, mutta juhlavuoden jälkeen rakennus jälleen unohtui ryteikköönsä. Kun Kajaanin kaupungille myönnettiin asuntomessut kesäksi 2001 ja Onnelan leirintäaluetta ruvettiin voimakkaasti rakentamaan, myös rapistunut maja päätettiin kunnostaa ja maalata. Kajaanin asuntomessujen aikana Lönnrotin majaan koottiin Elias Lönnrot -seuran ja Kajaanin Kalevalaiset Naiset ry:n toimesta esittelyaineistoa ja Kalevalan kokoajan elämänvaiheita esiteltiin messuvieraille. Kajaanin 4H-yhdistys teki majan viereen kasvimaan, johon istutettiin Lönnrotin ajan yrttejä.

Kesän 2001 jälkeen Lönnrotin majan viereen valmistuneen kasvimaan yrttien hoidosta huolehti Kajaanin 4-H yhdistys kahden kesän ajan mutta sen jälkeen yrttimaalle ei löytynyt hoitajaa ja maa jäi luonnontilaan.

Lähteet: Majan edustalla oleva esittelytaulu, Reijo Heikkinen; Mit' itket ihana koivu, Heikki Rytkölä

YRTTIMAAN UUSI TULEMINEN

Kirsi Kilpeläisen aloite 2009

Kevättalvella 2009 syntyi idea Lönnrotin majan vieressä olevan yrttimaan kunnostamisesta sekä Lönnrotin majan nostamisesta paremmin esille Kajaanin kulttuurikohteiden joukossa. Hanketta lähdettiin viemään eteenpäin yhdessä Elias Lönnrot -seura ry:n, Kajaanin Kalevalaiset Naiset ry:n sekä kahden yrityksen, Kapsakka Ky:n ja Lumonelin kanssa.

Kesällä 2009 yrttimaan kunnostamisen ja uudistamisen yhteydessä myös majaa siivottiin ja kunnostettiin sekä majan ympäristöä raivattiin. Majaa käytettiin kesän aikana Lönnrotin tapaan – puutarhatyökalujen säilyttämiseen sekä taukotilana.

Yrittäjä Heli Pirinen, Lumonel, suunnitteli keväällä kasvimaan peruskunnostuksen ja istutettavat yrtit. Heti kesäkuun alussa aloitettiin työt yrttimaalla Kirsi Kilpeläisen, Kapsakka Ky, toimiessa työnjohtajana. Lönnrot-seuran ja Kalevalaisten Naisten ahkerien talkoolaisten lisäksi mukana töissä oli myös kaksi kaupungin kesätyösetelillä palkattua nuorta. Ensin otettiin talteen entiset, monivuotiset yrtit sekä alue raivattiin vesakoista ja pusikoista. Mukaan kunnostushankkeeseen lähti myös Kajaanin kaupunki, joka toimitti kasvimaalle uutta ruokamultaa ja soraa sekä huolehti palstan kääntämisestä.

Juhannusviikolla kasvuturveharkoista rakennettuihin penkkeihin päästiin istuttamaan yrttien taimet. Monivuotiset, aikaisemman yrttimaan vanhat kasvit siirrettiin takaisin ja Heli Pirinen yhdessä Kainuun ammattiopiston luonnonvara-alan puutarhaopiskelijoiden kanssa istutti lisää vielä uusia yrttejä. Näin juhannukseksi saatiin yrttimaa kasveineen valmiiksi. Yrttimaalla istutettiin kaiken kaikkiaan 24 erilaista yrttiä. Yrttimaan hoidosta, kasvien kitkemisestä ja kastelusta huolehdittiin talkoovoimin. Heinäkuun puolessa välissä rakennettiin vielä yhdessä yrttimaan kupeelle aita, joka maalattiin punamullalla.

Elokuun alussa kokoonnuttiin yhteiseen iltaan, jossa Heli Pirinen antoi ohjeita yrttimaan kasvien hoitoon ja suunniteltiin loppukesän toimintaa yrttimaan ympärillä. Samoin kaupunki toimitti yrttimaalle puiston penkkejä, joilla yrtteihin tutustujat voivat levähtää ja tutustua aineistoihin.

Heli Pirinen on koonnut yrttimaan kasveista esittelyaineiston, jossa esitellään ko. kasvi sekä kerrotaan mitä Lönnrot on yrtin käytöstä neuvonut sekä miten kutakin yrttiä nykyisin voidaan käyttää. Esittelykansio, jonka avulla yrttimaalla vierailevat voivat omatoimisesti tutustua kasveihin, löytyy yrttimaan portin vieressä olevasta laatikosta.

ELIAS LÖNNROTIN YRTTIMAAN KASVIT

Elias Lönnrotin hyvä kielitaito ja lääkärin ammattitaito veivät väistämättä hänen kiinnostustaan kansanlääketieteen kautta kasveihin. Kajaanissa Lönnrot toimi Kajaanin linnan piirilääkärinä 1833 - 1854. Piirilääkärin velvollisuuksiin kuului viljellä yrttejä omassa puutarhassaan ja tehdä havaintoja kansan lääkintätavoista. Kuitenkin varsinaisen kasvion hän keräsi vasta vuosina 1856 – 1862. Kasvio sisälsi noin 900 erilaista lajia, jota käytettiin neljä vuosikymmentä kouluherbaariona Kajaanissa.

Vuonna 1860 ilmestyi ensimmäinen suomenkielinen kirja kasveista, Flora Fennica (suom. Suomen kasvisto). Flora Fennicasta tuli kasvitieteen edelläkävijä. Jokaisesta tuntemastaan kasvilajista Lönnrot kuvasi tieteellisen ja suomenkielisen nimen lisäksi ulkonäön, kertoi kasvupaikat, levinneisyyden Suomessa ja kukintakuukaudet. Lönnrot kertoi kuinka kasveja voi hyödyntää hätäravintoaineina tai tautien ehkäisyssä ja parantamisessa, mitkä kasvit soveltuvat huonekaluiksi, mitkä kankaiden värjäykseen, kotieläinten ruokintaan taikka tuholaisten torjuntaan. Näin Lönnrotista tuli myös Suomen kasvitieteen edelläkävijä.

Keto-orvokki *Viola tricolor* L.

Yksi- tai kaksivuotinen, 8—30 cm matala ruohokasvi. Kukat ovat kelta-sini-valkoiset, mutta voivat olla myös yksiväriset. Kasvi on yksivuotinen: saman kesän siemenistä kasvaneet taimet talvehtivat ja kukkivat aikaisin seuraavana kesänä. Kasvista käytetään lehtiä, juuria ja nupusta juuri aukeavia kukkia.

Lönnrot neuvoo: ” Kotilääkkeeksi ysköksiä poistavana, virtsaneritystä kiihottavana ja verta puhdistavana aineena. Maitoon liotettuna tai teenä pienille lapsille sisällisesti kasvorupea ja maitorohtumaa vastaan sekä yleensä muissakin pitkällisissä ihosairauksissa ja pahoissa haavoissa, risataudissa (tuberkuloosi), pitkällisessä keuhkoputkikatarrissa, virtsavaivoissa, rakkosairauksissa, ruusussa ja luuvalossa (kihti) keitteenä."

Nykykäyttö: Kukkia koristeena. Rohdoksena ihottumiin, maitorupeen ja yskänrohtona. Virtsan-, hien- ja limaneritystä lisäävä vaikutus. Juurilla ulostuttava ja oksettava vaikutus. Voi aiheuttaa allergista ihottumaa pitkään käytettynä.

Ruoholaukka eli ruohosipuli *Allium schoenoprasum* L.

Monivuotinen, 10 - 60 cm korkea ruohovartinen kasvi. Kukkii kesäkuussa violetinpunaisilla kukilla. Kasvista käytetään sipulinmakuiset lehdet ja kukat.

Lönnrot neuvoo: "Yleisesti tuttu ruokaryyti. Lääkkeenä nautittu hiuttava, vesityttävä ja puhkuttava, hyödyllinen hengenahdossa, yskässä, leinissä (yleisnimitys, kylmyyden ja kosteuden aiheuttama vaiva), kerpukissa (keripukki) ja horkassa (vilutauti). Iholääkkeenä nostaa rakkoja, jouduttaa paiseita ja ajokisa. Mehua käytetään savipuolen (ihotauti, sienen aiheuttama) voiteeksi."

Nykykäyttö: Tuoreena lisättynä valmiiseen ruokaan mausteena tai salaatin ainesosana. Kukkia koristeena. Rohdoksena lievästi antibioottinen ja antiseptinen. Lisää ruokahalua ja helpottaa rasvaisen ruuan sulamista. Lisää virtsaneritystä ja irrottaa limaa. Suurina annoksina voi ärsyttää vatsaa.

Raparperi *Rheum rhaponticum* L

Monivuotinen, 50 - 100 cm korkea viljelykasvi.

Kasvista käytetään mehevät lehtiruodit, jotka sisältävät oksaalihappoa.

Lönnrot neuvoo: ”Raparperimehua saadaan, jos teekupilliseen kiehuvaa vettä seotetaan luoti (13,28 g) raparperijauhoa ja pieni murunen (kymmenes osa luotia) potaskaa, jota sitte laitetaan puoleksi vuorokaudeksi lämpimään paikkaan likoamaan ja vetäymään. Sitte siilataan mehu ja puristetaan rievun läpi ulos, ja annetaan kehnovatsaisille lapsille sokerin kanssa teelusikallinen 4, 5 kertaa päivässä. Happanee ja pilautuu pian, jonka tähden ei sovi enempää kerrallaan laittaa, kun mitä päivänä tahi kahtena kuluu.”

Nykykäyttö: Kiisselit, piirakat jne. Raparperijauhe lisää ruokahalua. Suurina annoksina jauhetta pidetään turvallisena, voimakkaasti vaikuttavana ulostuslääkkeenä. Pureskeltuna juuri lisää syljen eritystä. Liika-annos aiheuttaa mm. pahoinvointia, oksentelua, ripulia, mahalaukun ja suoliston ärtymistä. Suositellaan syötäväksi kalsiumpitoisten elintarvikkeiden kera kuten esim. maidon, koska oksaalihappo sitoo kalsiumia.

Kumina *Carum carvi* L.

Kumina on kaksivuotinen, 30—60 cm korkuinen sarjakukkaiskasvi, johon ensimmäisenä kesänä kasvaa lehtiruusuke ja porkkanamainen juurakko. Toisena kesänä kasvi kukkii. Kuminan kukat ovat yleensä valkoisia, mutta joskus myös vaaleanpunaisia. Hedelmät ovat soikeita lohkohedelmiä, joiden tuoksu voimakkaan mausteinen. Kasvista käytetään lehdet, juuret ja siemenet.

Lönnrot neuvoo: ”Kumina hedelmiä nautitaan ripulissa, punataudissa (verinen ripuli, yleensä tappava tauti) ja kaasunmuodostuksessa vatsassa. Kuminaviina on erinomaista antamaan ruokahalua, lehmille annetaan kuminaa maito- ja poikimiskuumeessa.”

Nykykäyttö: Mauste säilyke- ja makkarateollisuudessa. Käytetään hapankaaliin, kaaliruokiin, papuruokiin, leipiin ja juustoihin. Lehdet salaatissa, padoissa tai perunoiden kanssa. Juuria voi käyttää palsternakan tapaan ja viinojen mm. akvaviitin mausteena. Lisää ruokahalua, ruuansulatusta, virtsaneritystä, maitorauhasten toimintaa ja liman irtoamista. Savustuspöntössä katajalastujen lisäkkeenä antaa kalalle hyvän maun.

Mesiangervo *Filipendula ulmaria* L.

Monivuotinen, 50 - 120 cm korkea kasvi. Kukinto on tiheä, kermanvalkoinen kerrannaishuiskilo, voimakkaasti medelle tuoksuva. Kasvista käytetään lehdet, kukinnot ja juurakko.

Lönnrot neuvoo: "Kukat luultiin taudin aineita ulosajaviksi. Käytettiin ihotekuumeissa ja rohtumavioissa. Juuria leivän aineeksi. Kukat antavat hyvän maun maidolle, kun sitä niiden kera keitetään".

Nykykäyttö: Viinien, siman ja oluen maustamiseen, teeksi. Kukinnoissa on kivennäissuoloja, jotka edistävät virtsaneritystä. Salisyylihapon johdannaiset alentavat kuumetta, lisäävät hien- ja virtsaneritystä sekä lievittävät kipuja, särkyjä ja tulehduksia. Mesiangervon kukista on myös löydetty proteiineihin sitoutunutta hepariinia, jolla on veren hyytymistä estäviä vaikutuksia. Paksu muhkurainen juurakko sisältää parkkiaineita, ja sitä on käytetty ripulirohtona. Kipeytyneille lihaksille mesiangervosta tulee mainio saunavasta.

Rohtoraunioyrtti *Symphytum officinale* L.

Monivuotinen kookas perennakasvi. Kukat ovat aluksi punertavia muuttuen sinertäväksi. Kasvista käytetään juurta, joka kerätään keväällä tai myöhään syksyllä. Lehtiä voi käyttää hauteina ja uutteina ulkoisesti samoihin tarkoituksiin kuin juuria.

Lönnrot neuvoo: “Juuri erittäin näljäinen. Kiitetään hyväksi vatsatautua ja rakkovikoja parantamaan, sekä ihmisten että eläinten kohtauksissa. Voiteena nahkoille pitää ne kauvan pehmeinä“.

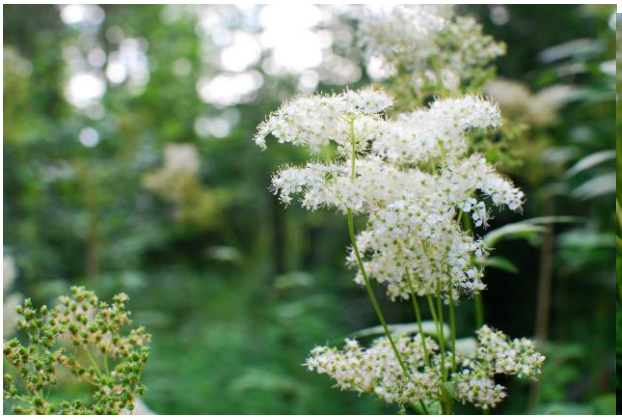
Nykykäyttö: Lehdet sisältävät erittäin paljon valkuaisaineita, mistä syystä niitä käytetään monissa maissa karjanrehuna. Komposti- ja katemateriaalina sekä yrttikäytteenä raunioyrtit ovat erinomaisia runsaan kaliumpitoisuutensa vuoksi. Vaikuttava aine on allantoiini, joka edistää ihon paranemista ja haavojen arpeutumista, estää tulehduksia ja lisää virtsaneritystä. Juurien sisältämä lima pehmittää ihoa ja lievittää kutinaa. Sisäinen käyttö voi aiheuttaa maksavaurioita, syöpää sekä laskimotukkeumia. Kasvi kuuluu lääkeluetteloon.

Rohtovirmajuuri *Valeriana officinalis* L.

Monivuotinen, 70 - 150 cm korkea kasvi. Kukinto on tiheä viuhko, jonka pienet, heikosti punertavat kukat kukkivat keskikesällä. Imelä, jalkahikeä muistuttava tuoksu johtuu kasvin sisältämästä isovaleriaanahaposta.
Kasvista käytetään 2-3 vuoden ikäinen juurakko, joka kerätään varhain keväällä tai myöhään syksyllä.

Lönnrot neuvoo: "Juurta käytetään lääkkeenä virnaa (epilepsia), matoja, päänkivistystä, lavantautia, vaimollisten tukkeusta vasten keitteenä, keitesakina t. jauhoina."

Nykykäyttö: Juurakko sisältää yhdisteitä, jotka vaikuttavat rauhoittavasti, mielialaa parantavasti ja rentouttavasti. Suuret annokset vaimentavat keskushermoston toimintaa ja alentavat verenpainetta. Se soveltuu unettomuuden hoitoon sekä erilaisten ihottumien ja aknen hoitoon. Lehtiä käytetään myös kosmetiikassa jopa jäätelöissä, makeisissa ja leivonnaisissa. Liiallinen käyttö voi aiheuttaa maksavaurioita. Kasvi kuuluu lääkeluetteloon.



Kultapiisku *Solidago virgaurea* L.

Monivuotinen, 30—100 cm korkuinen keltakukkainen kuivan paikan kasvi. Varsi on pysty, jäykkä ja yläosastaan haaroittunut. Kapeiden lehtien alapinnan lehtisuonet muodostavat sydän kuvion. Kasvista käytetään kukkivat verson latvat ja lehdet.

Lönnrot neuvoo: "Lääkevoima vahvistava ja kutistuttava, vesittävä. Siitä laitettua teetä t. keitettä kiitetään hyväksi sisällisiä haavoituksia ja verestyksiä parantamaan."

Nykykäyttö: Teenä, mikstuurana ja kosmetiikassa mm. hauteissa ja kylpy-yrttinä. Voimakkaasti virtsan- ja hieneritystä lisäävä. Supistaa limakalvoja, irrottaa limaa ja häätää matoja. Kroonisissa munuaissairauksissa ei pidä käyttää ilman lääkärin lupaa. Kasvi sisältää runsaasti parkkiaineita, jotka vaikuttavat ripulia parantavasti.

Ei saa käyttää yhtäjaksoisesti kahta viikkoa kauempaa! Kultapiiskun siitepöly voi aiheuttaa oireita siitepölyallergikoille.

Humala *Humulus lupulus* L.

Monivuotinen köynnös, joka perennamaisesti kuihduttaa syksyllä kesän versoston ja talvehtii juurilla. Kaksikotisena sen hede- ja emikukinnot ovat eri yksilöissä. Paras sato saadaan alle 20-vuotiaista kasveista. Kasvista käytetään emikukinnot ja lehdet. Emikävyt korjataan syksyllä elo-syyskuussa, kun niiden väri on muuttunut kellertävään vivahtavaksi.

Lönnrot neuvoo: "Hedelmä vatsaa vahvistava. Käytetään keitettynä kääreiksi ajettumisiin ja ulkonaisiin vikoihin, myöski vatsalle vävähtämisissä madoissa. Siemeniä nautitaan vatsan kovuudessa ulostavana tahi pehmittävänä aineena. Käytetään tavallisimmasti lämpimiksi hauteiksi kuiviltaan. Taitaan myös seottaa jauhoilla, saunakukilla."

Nykykäyttö: Nuoria versoja keväällä parsan tapaan ja salaattien raaka-aineena. Emitähkät sopivat hyvin sisältämänsä karvaan lupulonin vuoksi mallasjuomien mausteeksi. Uutteenaunettomuuden hoidossa. Kasvin kukinnot vaikuttavat rauhoittavasti myös ärsytys- ja jännitystilojen hoidossa.

Ampiaisyrtti *Dracocephalum moldavica* L.

Yksivuotinen, korkeudeltaan noin 50 cm yrttikasvi, joka on myös mesikasvi. Väriltään kukat ovat sinipunaiset tai siniset ja sijaitsevat tähkämäisissä kukinnoissa ylempien lehtien lehtihangoissa. Kukinta-aikaa on heinä-elokuu. Kasvista käytetään kukat ja lehdet, jotka muistuttavat maultaan sitruunamelissaa.

Nykykäyttö: Tuoksuampiaisyrtin sisältämä haihtuva öljy on antiseptista. Kasvilla on ruuansulatusta edistävä sekä ilmavaivoja ja kouristuksia lievittävä vaikutus. Se vaikuttaa myös rauhoittavasti. Koska tuoksuampiaisyrtti muistuttaa kemialliselta koostumukseltaan sitruunamelissaa, sitä on käytetty lääketeollisuudessa sitruunamelissan korvikkeena.

Väinönputki *Angelica archangelica subsp. archangelica* L.

Kaksi- tai kolmivuotinen jopa kaksi metriä korkea sarjakukkainen kasvi. Kukkii vasta toisena vuonna valkoisin-vihertävin sarjakukin. Kukinnan jälkeen kasvi tavallisesti kuolee, mutta kasvaa jälleen paikalle varisseista siemenistä. Siemenet vaativat kylmäkäsittelyn itääkseen. Kasvista käytetään versot, juuret ja siemenet.

Lönnrot neuvoo: “Siemenet ja juuri vieläki tehoisampia kuin karhunputken vatsan huonoudessa, ähky-, emä-, kolotus-, yskä- ja kuumetaudeissa. Kuorituita varsia syövät lappalaiset haluisesti“

Nykykäyttö: Alkukesästä kerättyjä varsia syödään sellaisenaan, keitettynä tai kuivattuna puuron seassa sekä hilloksi. Siemenet ja nuoret lehdet sopivat tuoreina tai kuivattuina keittojen mausteeksi. Jo 1600-luvulta lähtien väinönputki on ollut Benediktine- ja Chartreuse-likööorien tärkeimpiä mausteita. Rohdoksi käytetään kasvin juurta sivujuurineen, joskus nuoria varsia ja lohkohedelmiä. Edistää ruuansulatusta ja ehkäisee ilmavaivoja. Kasvi kuuluu lääkeluetteloon.

Iisoppi *Hyssopus officinalis* L.

Monivuotinen puolimetriseksi kasvava jäykkävartinen puolipensas, jolla on kapeat lehdet ja toispuoliset kukinnot. Kukat ovat yleensä sinisiä (voi olla myös puna- ja valkokukkaisia). Kasvista käytetään tuoreita lehtiä ja versonlatvoja. Pääsato korjataan elo-syyskuussa täyskukinnan alussa jättämällä varsiin n. 10 cm:n pituinen sänki.

Lönnrot neuvoo: "Laitetaan teeksi yskässä ja muista rintavaivoissa, kuin myös korlausvedeksi kurkkuvioissa."

Nykykäyttö: Iisoppi sopii moneen ruokaan, mutta tekee ruuan helposti kitkeräksi. Tuore, ennen kukintaa kerätty iisoppi on miedomman ja pehmeämmän makuista kuin kuivattu. Kukilla voi koristaa ruokia ja juomia. Ruokahalua lisäävänä yrttinä, ilmavaivoissa ja kurlausvetenä. Sitä käytetään myös ihovoiteissa ja Chartreuse-liköörin mausteena.

Piparminttu *Mentha x piperita*

Monivuotinen reilun metrin korkuiseksi kasvava vesimintun ja vihermintun risteymä, joka ei tee itävää siementä. Kasvista käytetään lehdet ja versot.

Lönnrot neuvoo: "Erilaisia minttuja käytetään oksetusvioissa, vatsataudeissa, vilustuksissa ja muissa kohtauksissa. Myös haudekääreinä lämpimältä vaimoväen rinnoille maitoummessa ja suonivedoissa."

Nykykäyttö: Erilaisiin juomiin joko yksinään tai yhdessä muiden yrttien tai marjojen kanssa. Rohdoksi käytetään lehtiä ja kukkivia versonlatvoja. Kasvista tislataan eteeristä öljyä sekä rohdoksi että maustamaan mm. lääkkeitä, tupakkaa, hammastahnaa ja makeisia. Minttua on pidetty rauhoittavana ja kouristuksia laukaisevana yrttinä. Kasvin flavonoidit vaikuttavat suolen, sappiteiden ja virtsateiden kouristuksia laukaisevasti. Niitä voidaan käyttää ripulin, vatsakatarrin, ilmavaivojen ja hengityselinvaivojen hoitoon. Ei suositella alle 3-vuotiaille!

Kamomillasaunio *Matricaria recutita* L.

Yksivuotinen, matala, mykerökukkainen kasvi, jonka kukinnot tuoksuvat "omenamaiselle" hienolle aromille.
Kasvista käytetään aukeavia kukintoja.

Lönnrot neuvoo: "Kukilla on hiestyttävä, lieventävä, vatsaa vahvistava voima, hyödylliset horkkaa, ähkyä, väänteitä, ulkotautia, kouristajaa, kivitautia, jälkipureita, emätautia vastaan. Ulkonaisesti käytetään niitä lavamangeiksi (l. peräruiskeiksi) vatsan vaivoissa ja kuiviltaan (lämpimiksi) haudekääreiksi kaikenlaisia kivistyksiä ja ajetuksia lieventämään ja vanhoja mätähaavojakin parantamaan."

Nykykäyttö: Rauhoittava iltatee. Antiseptisena haavojen hoitoon ja yleisrohdoksi etenkin lapsille suoliston ja vatsan vaivoihin. Vilustumisoireisiin, ruuansulatusvaivoihin, röyhtäilyihin ja ilmavaivoihin, maha-suolikanavan tulehduksiin, kuukautiskramppeihin sekä pikkulasten koliikkiin. Kääre lievittää ihon ja limakalvon vaurioita ja ihon ärsytystä. Kosmeettisissa valmisteissa puhdistaa, kirkastaa ja rauhoittaa herkkää ihoa. Hiusten huuhtelu teellä kirkastaa hiuksia.

Kynteli *Satureja hortensis L.*

Kesäkynteli on yksivuotinen nopeakasvuinen yrtti, jolla on kapeat ehytlaitaiset lehdet, karvaiset vanhemmiten punertavat varret ja pienet vaaleat tai lilanpunertavat kukat. Talvikynteli on monivuotinen varpumaisempi ja voimakasaromisempi. Lehdet ovat tiheämmässä ja usein pienempiä. Se ei talvehdi Suomessa ulkona. Kasvista käytetään versot ja lehdet ennen kukintaa. Maku pippurinen.

Nykykäyttö: Keittoihin, muhennoksiin ja vihannesten keitinliemiin. Makkara-, maksa-, veri-, lammas-, jauheliha- ja riistaruokien mauste. Kasvisruuista se sopii papu-, herne-, linssi-, kaali, sieni- ja perunaruokiin sekä salaatteihin ja piparjuurikastikkeisiin. Edistää ruuan sulamista ja poistaa rasvan makua. Ilmavaivoja poistava vaikutus, mistä syystä sitä käytetään erityisesti herne- ja papuruokien mausteena. Hyvä korvike pippurille ja suolalle. Talvikyntelin maku on aromikkaampi kuin kesäkyntelin.

Anisiisoppi eli yrtti-iiso Agastache *foeniculum* L.

Monivuotinen jäykkävartinen lähes metrin korkuiseksi kasvava yrtti. Kukat ovat kirkkaan sinipunaisissa tähkissä. Kasvi sekä tuoksuu että maistuu anikselta. Aniksen makea maku johtuu haihtuvan öljyn sisältämästä metyylikavikolista. Kasvista käytetään lehdet ja kukat.

Nykykäyttö: Mausteena erityisesti jälkiruokiin. Teeaineksena. Makeisiin. Ruuansulatusta helpottava. Flunssaan hengitystä helpottava joko teenä tai höyryhengityksenä.

ewew

Poimulehti *Alchemilla vulgaris* L.

Monivuotinen matala perenna. Lehti-hampaiden kärkiin erittyy pisaroina kasvin erittämää karvasta liuosta, joka valuu lehden kuppimaiseen syvennykseen. Vesihelmillä on uskottu olevan voima muuttaa rauta kullaksi. Kasvista käytetään lehdet, kukat ja siemenet.
Lönnrot neuvoo: "Käytetään veto- ja vatsatautia vasten".

Nykykäyttö: Salaateissa tai pinaatin tapaan höyrystettynä, teenä, kaalin tapaan esim. poimulehtikääryleet. Vihersilppuna. Kukkia ja siemeniä mausteena. Vaikuttaa limakalvoja supistavasti parantaen mm. ripulia ja ehkäisten verenvuotoja. Pitkällinen poimulehden käyttö lievittää kuukautis- ja vaihdevuosivaivoja. Ruuansulatusta edistävä ja ruokahalua parantava vaikutus. Ulkoisesti haavojen hoitoon edistämään arpeutumista ja estämään tulehduksia. Kosmetiikassa iho puhdistavia ja hoitavia sekä turvotusta poistavia ominaisuuksia.

Kissanminttu *Nepeta cataria* L.

Monivuotinen alle metrin korkuinen mintulta tuoksuva harmahtavakarvainen ruohovartinen kasvi. Kukat ovat tähkämäisissä kukinnoissa varren latvoissa. Terälehdet ovat valkoiset ja alahuulessa on punertavia täpliä. Kasvi tuoksuu mintulta, mutta maku on polttavan kirpeä. Kasvista käytetään kukkivia versonlatvoja tai koko maanpäällistä osaa

Lönnrot neuvoo: ”Hyvä löysääväksi ja hiostavaksi teeksi. Vaimoväen kasvetustaudissa avullinen. Kissoille on tämän kasvin haju erittäin mieluinen”.

Nykykäyttö: Laukaisee kouristuksia, vahvistaa vatsaa ja edistää ruuansulatusta. Ulkoisesti kasvia voi käyttää kääreinä haavojen hoitoon ja esim. hammassärkyyn. Lihaa voi maustaa hieromalla niitä aitokissanmintun lehdillä.

Lipstikka eli liperi *Levisticum officinale* L.

Monivuotinen jopa parimetriseksi kasvava yrttikasvi. Kasvista käytetään lehdet, verso ja juuri.

Lönnrot neuvoo: "katarrilääkkeenä, vesipöhössä ja kuukautisten puuttuessa. Hauteena lihassärkyyn."

Nykykäyttö: Keittojen, kastikkeiden, patojen, muhennosten, riisi- ja makaroniruokien maustamiseen. Kasvisruuissa liperi sopii lantun, kaalien, kurpitsan ja perunan mausteeksi sekä juustoihin ja leipiin. Nuoria juuri puhjenneita versoja voi keväällä silputa salaattien joukkoon. Lihaliemen perusmauste. Lehdet ja varsinkin juuri sopivat alkoholijuomien maustamiseen. Juurta on ennen käytetty jauhettuna pippurin asemesta. Lehtiruoteja on käytetty valkaistuna lehtisellerin tapaan.

Rohtona virtsaneritystä lisäävä ja kouristuksia laukaiseva. Siementen pureskelu auttaa ruuansulatus- ja ilmavaivoihin. Vaikuttaa myös ruokahalua parantavasti ja yskänärsytystä vähentävästi.

Siankärsämö *Achillea millefolium* L.

Monivuotinen matala ryydintuoksuinen kasvi. Lehdet liuskaiset ja kukinto valkea. Kasvista käytetään kukkivan kasvin maanpäälliset osat.

Lönnrot neuvoo: "Haju ryytisekainen väkevä, maku karvas, kutistava. Oluehen käydessä pantuna lisää sen voimaa. Lääkkeeksi käytetään kukkia joko teenä, keitesakona, tahi kukkaviinana (tinktuura) asettamaan veren tai muita juoksuja, puhkuja, ähkyjä, reväsimiä (sydänalanpoltto, pitkällinen sydämen- ja vatsanseudun vaiva, mm. mahakatarri), synnytystuskia, leinivikoja, lökätautia ja muita".

Nykykäyttö: Ruuansulatusta edistävänä kasvina nuoret lehdet sopivat erityisesti rasvaisten ruokien maustamiseen. Estää tulehduksia eli sitä voi käyttää haavojen ja ihon hoidossa. Parkkiaineet vaikuttavat esim. ripulitaudeissa. Kosmetiikassa siankärsämöä käytetään rasvaisen ja näppyläisen ihon hoitoon. Vahva siankärsämön vesiuutos edistää kompostin toimintaa ja sitä voi myös käyttää lannoitteena.

Korianteri *Coriandrum sativum* L.

Yksivuotinen noin puolimetrinen luteentuoksuinen ruoho. Kypsissä hedelmissä on raikkaan kirpeä appelsiinin tuoksu ja maku. Juurissa sitruunan aromia. Kasvista käytetään hedelmät ja nuoret vihreät versot sekä juuret

Nykykäyttö: Lehti "kiinalainen persilja" osa vietnamilaista, thaimaalaista ja meksikolaista ruokakulttuuria. Hedelmät kiinalaisen, intialaisen ja japanilaisen keittiön mauste, jota käytetään mm. lampaan- ja sianlihan, kalan, siipikarjan ja riisin maustamiseen sekä curry-mausteseoksen osana. Kasviksista mm. herne-, kesäkurpitsa-, kurkku-, linssi-, papu-, punajuuri- ja viljaruuan. Hapankaalin, pikkelssin ja sillisäilykkeiden mausteena. Vaikuttaa ruuansulatusta edistävästi. Alkoholiteollisuudessa mm. ginin ja erilaisten likööorien mausteena. Saippua- ja hajuvesiteollisuudessa hajusteena. Lehdistä ja muista vihreistä osista tislattua lehtiöljyä käytetään mm. kuuluisaan Chanel 5 -hajuveteen.

Koiruoho eli mali *Artemisia absinthium* L.

Monivuotinen kookas ruohovartinen kasvi. Kasvi kukkii loppukesällä ja syksyllä keltaisin kukin. Kasvista käytetään kukinnot ja lehdet.

Lönnrot neuvoo: ”Hyvä vatsanparantava ja matoja surmaava lääke. Viinassa liottamalla saadaan siitä kukkaviinaa, jota kiitetään hyväksi väänteitä asettamaan ja kadonnutta syntihalua korjaamaan kuin myöski horkan keltataudin, kerpukin ja pöhön lääkkeeksi. Rihmamadoille on marunaviina niin vastaista, että heittää jäytimisensä vähäksi ajaksi. Oluen saattaa maruna väkevämmäksi ja paremmin happanemista kestäväksi. "

Nykykäyttö: Vermuttien, likööorien ja yrttiviinien ainesosa. Vatsa- ja sappivaivojen hoitoon, ruokahaluttomuuden parantamiseen, reumaan ja matojen häätämiseen. Sopii rasvaisiin liharuokiin ja erityisesti riistaruokiin. Sisältää tujonia! Ei suositella lainkaan lapsille tai odottaville äideille. Kasvi kuuluu lääkeluetteloon.

Piparjuuri *Armoracia rusticana L.*

Monivuotinen paksujuurinen ja suurilehtinen ristikukkaiskasvi.

Kasvista käytetään juuret.

Lönnrot neuvoo: "Juuri kaavittuna tuttu ruokaryyti tuoreen lihan ja kalan kanssa. Käytetään myös juomassa, viinissä tai maidossa liotettuna lääkkeeksi jäsenkolotusta, ruusua, vesitautia, kerpukkia, rinnan-ahdistusta ja kivitautia vasten, joko yksinään taikka sekaisin katajanmarjasiirapin tai männynkerkkä-keitteen kanssa. Ulkonaisesti ienlihalla pidettynä lievittää se hammastautia. Saattaa myös monessa muussaki sisännäisessä kivussa, vatsan väänteissä jne. lievitystä, jos sitä iholle asetetaan."

Nykykäyttö: Kastikkeisiin, maustevoihin, tuorejuustoihin, punajuuri- ja kaaliruokiin. Säilykkeissä se estää homehtumista. Edistää ruuansulatusnesteiden eritystä eli vilkastuttaa aineenvaihduntaa. Suu- ja kurlausvetenä suun ja nielun tulehdusten hoitoon.

Voimakas yrtti- ja rohdoskasvi, joka voi liiallisesti käytettynä polttaa niulua ja aiheuttaa ihovaurioita!

Laventeli *Lavandula angustifolia* L.

Monivuotinen, hienoarominen kasvi, jonka siniset kukat sijaitsevat tähkämäisissä kukinnoissa versojen latvoissa. Lehdet ovat harmahtavan vihreät, karvaiset ja laidoiltaan sisäänpäin kääntyneet. Ei talvehdi Pohjois-Suomessa! Kasvista käytetään lehdet ja kukat.

Nykykäyttö: Kosmetiikka, saippuat ja hajusteet. Ennen kukintaa kerättyjä tuoreita lehtiä ja nuoria versoja käytetään voimakkaan makuisten liha- ja kalaruokien maustamiseen. Kasvi sopii kasvispatojen, salaattien ja yrttikastikkeiden sekä erilaisten juomien mausteeksi. Yrtti kuuluu perinteisesti provencelaiseen mausteseokseen yhdessä basilikan, rosmariinin ja timjamin kanssa. Lammaspataan yhdessä valkosipulin ja timjamin kanssa. Sienistä erityisesti sinivalmuska sopii laventelilla maustettavaksi. Voi säilöä pakastamalla, kuivaamalla, öljyssä ja etikassa. Kukat ovat kauniita salaattien koristeena, leivonnaisissa sokeriliemessä kuorrutettuina. Yrttinä rentouttava, alentaa verenpainetta ja laukaisee kouristuksia.

Lähteet:
Lönnrot, E. Flora Fennica 1-3.
Piippo, S. Luonnon lääkeyrtit
www.yrttitarha.com
www.tts.fi/Eliaksenyrttitarha

Ote Elias Lönnrotin alkulauseesta ensimmäiseen Flora Fennica – Suomen kasvisto laitokseen vuonna 1860:

”Tarpeellisten ja hyödyllisten koulu-oppien sekaan on epäilemättä kasvioppi luettava. Se tarjoaa samassa sielun, kun ruumiinki voimille hyvin sopivaa ja otollista harjoitusta, eikä kuin moni muu oppiaine yksipuolisesti ainoastaan edellisille. En tiedä, mikä paremmin kun kasvioppi totuttaisi harjoittajaansa omavaraiseen tutkintoon ja ulkonaisten erinäisyyksien tarkkaan havaintoon.

Enkä tiedä mikä oppilaiselle saattaisi paremman mielihyvityksen, kun se että äsken tuntematto-mista kukista sai tuttavia itselleen. Tuttavia, jotka jälkeenpäinkin usein näkee ja joiden seurassa voipi monta iloista hetkeä viettää, monella suloisella muistolla mieltänsä lohdutella, ettei suuresti kaipaakkaan muita joutavia, usein turmelevaisiaki seuroja.”

Kasviopin sanotaan myös vaikuttavan siveämielisyyttä, tyyneyttä ja lempeyttä harjoittajissansa.