

AHUDUDU(Rubus ıdaeus)



İçindeki Maddeler: Yapraklarda tanen, organik asitler, C vitamini, meyvalarda pektin, demir şekerler ve yine C vitamini taşır.

Tıbbî Etkiler: İştah açıcı, kuvvet verici, idrar söktürücü ve tanen ile pektin sebebiyle kabız yapıcıdır. Bu etkiler için 50 gr. kuru böğürtlen yaprağı 1 lt. suyla kaynatılarak çay yapılır ve gün içinde 3 kez birer bardak içilir. Yine tanenin mikrop öldürücü etkisi sebebiyle haricen ağız ve boğaz hastalıklarında gargara olarak kullanılır. Gargara olarak kullanmak için 80 gram kuru yaprak ve çiçek 1 litre suda kaynatılır. Yine bu su antimikrobik özelliği sebebiyle gözle ilgili hafif iltihaplarda pansuman olarak kullanılabilir. Gözlerde çapaklanmanın basit bir ilacıdır.

Geleneksel olarak ahududu yaprağı çayı gebeliğin son 3 ayında rahimi ve kasık adalelerini kuvvetlendirmek maksadıyla içirilir. Böylece doğum ağrıları kolaylaştığı gibi, doğum sırasında kanamada azalır. Ayrıca düşüklerin önlenmesine yardımcı olmak maksadıyla da içilmektedir.

Ahududu meyvelerinin dişlerde tartar denilen zararlı tabakaları çözücü etkisi vardır.

Yetiştirildiği Yerler:

Avrupa kıtası ve Kuzey Anadolu'da yaygın bir bitkidir.

Tarihçe: Arkeolojik

çalışmalardan elde edilen bulgular Ahududunun pre-historik zamanlardan beri toplandığını ve yendiğini göstermektedir.

Kullanılışı: Yaprakları bitki

çiçek-
liyken koparılıp, gölgede kurutulur.

Meyvaları gıda olarak kullanılabilir.
gibi sıkılmak suretiyle elde edilen özden de faydalanabilir.