

# Siankärsämö

## Kasvitiede

Laji: *Achillea millefolium*, siankärsämö  
Suku: *Achillea*, kärsämöt.  
Heimo: *Asteraceae*, mykerökasvit.

Muita saman suvun lajeja ovat mm.

*Achillea ptarmica*, ojakärsämö  
*Achillea filipendulina*, kultakärsämö - puutarhakasvi  
*Achillea salicifolia*, isokärsämö - isompi ojakärsämö

Muita saman heimon lajeja ovat mm.

voikukka, pujo, kultapiisku, kamomillasaunio, päivänkakkara, kehäkukka, kaunokki, punahattu, maarianohdake, takiainen, ...

Hyvin allergisoiva pujo on samassa heimossa. Siankärsämössä on pujon kaltaisia seskviterpeenejä, se voi siis myös allergisoida, mutta se on harvinaista.

## Kasvuolosuhteet

Kuiva läpäisevä maa, aurinkoinen paikka.  
Rönsyilee, yhden alueen kasvusto voi olla yksi kasvi.

## Käytetty osa

Kukkiva latva, juuret. Lehtiä käytetään lähinnä villivihanneksiksi, mutta minusta on parempiakin.

## Maku

- \* karvas
- \* mausteinen (aromaattinen)

karvas -> viilentävä, kuivaava  
mausteinen -> lämmittävä, kuivaava

## Muu käyttö

- \* I Ching
- \* Villivihannes
- \* Mauste

### Siankärsämö



*Achillea millefolium* L. Asteraceae, mykerökasvit.

**Käytä:** kukinto.  
Siankärsämö käy melkein vaivaan kuin vaivaan. Se vahvistaa puolustusjärjestelmää ja hengitysteitä. Koska se vahvistaa sekä maksaa että ruoansulatusta, siitä on apua ihottumiin ja sukuhormoniongelmiin — sekä tietenkin myös ruoansulatus- ja maksaongelmiin.  
Käytä siankärsämöä teenä ja juo kolme kuppia päivässä.

**Käytä:** lehti. Väkevä salaatin tai juustovoileivän mauste.

Kortti no. 12

luonnonvarainen • monivuotinen • hyvin yleinen

<http://www.henriettes-herb.com> kuva....kosteaa viileä...lämmin

© 2017 Henriette Kress

## Vaikutuksia

vahvistaa maksaa

siksi auttaa ihon ja hormonitoiminnan ongelmiin

vahvistaa ruoansulatusnesteiden erityksiä

siksi vahvistaa ruoansulatusta ja ruokahalua

ja tämän kautta vaikuttaa uupumukseen, masennukseen ja vastaaviin oireisiin, joissa on ainakin osana mukana ravintoaineveja.

Lisäksi ravintoaineiden imeytyminen tehostaa kilpirauhasen toimintaa.

vahvistaa puolustusjärjestelmää

höyryhengitettynä yskään

juuri hammassärkyyn

Maku selittää osan vaikutuksista:

Karvas auttaa maksaa ja ruoansulatusnesteiden erityksiä. Tähän voi käyttää laajalti muita karvaan makuisia, esimerkiksi voikukka, takiaisen lehti, pujo jne.

Mausteinen taas auttaa suolisto- ja kuukautiskipuihin. (Menkkakipuihin tosin aina myös magnesiumia + B vitamiineja!). Ilmavaivoihin, ähkyyän sun muihin voi käyttää myös muita mausteisia, esimerkiksi fenkoli, kumina, kamomillasaunio jne.

Siankärsämö sisältää hieman maarianohdakkeen kaltaisia maksan kudosta uusiutuvia vaikuttavia aineita.

Siankärsämössä on hieman punahatun kaltaisia vaikuttavia aineita, siksi se vahvistaa puolustusjärjestelmää. Osa vaikutuksesta tulee todennäköisesti myös ruoansulatuksen ja maksan tehostuneesta toiminnasta.

Siankärsämö on hieman diureettinen, ja vaikuttaa tämän kautta munuaisten ja virtsateiden toimintaan.

## Lääkekäyttö

**Käytetty osa:**

	<b>Kukkiva latva</b>	<b>Lehti</b>	<b>Juuri</b>
Ruoansulatus, ylempi	<u>  x  </u>	<u>  x  </u>	<u>  x  </u>
Ruoansulatus, alempi	<u>  x  </u>	<u>  x  </u>	___
Maksa	<u>  x  </u>	___	___
Munuaiset	<u>  x  </u>	___	___
Alemmat virtsatiet	<u>  x  </u>	___	___
Sukuhormonit	<u>  x  </u>	___	___
Hengitystiet	<u>  x  </u>	___	___
Sydän ja verenkierto	<u>  x  </u>	___	___
Puolustusjärjestelmä, imujärjestelmä	<u>  x  </u>	___	___
Iho, limakalvot	<u>  x  </u>	___	___
Kilpirauhanen	<u>  x  </u>	___	___
Hermosto	<u>  x  </u>	___	___

Siankärsämöä on käytetty ihan kaikkeen, ja syystä.