

Iver Thorstad

Pilegrimsvandring

Utfordringer underveis

Hver gang jeg har sett Olsokspelet i Tylldalen, har jeg fundert på hvordan pilegrimene i middelalderen rent fysisk kunne klare vandringene mot Nidaros. Det er ganske underlig som publikumer å sitte vendt mot Olavsberget og se skuespillerne (les pilegrimene) komme nedover stien, spillende medtatte og dårlig kledd. Men nå vinket målet ganske nært for dem, Nidaros og Kristkirken, der skrinet med kong Olavs legeme ble oppbevart. Endelig skulle de se fram til etterlengtet velsignelse eller helbredelse for sykdommen de bar på.

Men tilbake til nåtida, hvordan greide de å holde ut de fysiske plagene de sikkert ble utsatt for? En ser for seg overfall, skader, bitt av dyr og uhell av forskjellig slag. De hadde sikkert også kroppslige plager da som nå. Vi som er vant til moderne medisin og leger og sykehus i nærheten tenker automatisk på å søke hjelp der når noe skjer.

Nå var folk i middelalderen neppe uten kjennskap til hjelperåder for ulike plager. Klostrene har hatt mye kunnskap om helbredende urter. Noen av urtene har vært kjent helt fra oldtida, hvis kunnskap er blitt klostre og munkar til del. Pilegrimene derimot, var en blandet skare som ga seg ut på lange vandringar av åndelige årsaker.

Men kanskje var det plantekyndige blant dem. Kanskje var det også medisin-kyndige munkar med på ferden. I alle fall

var det lang folketradisjon og erfaring at visse planter hadde helbredende egenskaper mot diverse plager.

Faktum er at noen av disse urtene viselig nok alltid har eksistert i veikanten der mennesker har ferdes, også langs pilegrimsledene gjennom Østerdalen. Ta f.eks. *gro-*



Groblad.

blad, som har vært kjent og brukt helt fra Antikken. Denne planta ble brukt som et sårhelende middel. Dette gjaldt ikke minst såre føtter for dem som vandret lange veier. Ja, selv i dag går det an å få gnagsår! Når en tenker på hygiene, dette at infeksjoner oppsto på grunn av manglende renslighet, var groblad likevel et kraftfullt middel. Det ble sagt at baksida på bladet trekker ut verk mens framsida får såret til å gro. Ellers var groblad et naturlig valg når en hadde fått skader av ulike slag, slik som hundebitt, hoggormbitt, brannsåre og blødninger. Bladene kunne også gnis til en masse før de ble

lagt på såret, eller en kunne klemme ut litt saft av bladene og dryppe på skaden. Ja, en masse av groblad rundt ei betent tann skulle kunne trekke ut verken. En kan jo tenke seg at tannpleien ikke var den beste i middelalderen! Groblad som et sår-helende middel er forøvrig vitenskapelig bekreftet.

Pilegrimene kunne nok også være ut-satt for skader med større blødninger. Da var en annen velkjent plante løsenet. Romerne kalte den *Herba militaris*, soldaturten. Det dreier seg om noe så velkjent som *ryllik*, som til og med inngikk i legio-



Ryllik.

nærenes feltutrustning som førstehjelps-middel. Pilegrimene brukte sikkert også romernes kjente kunnskap der det i en bok om ryllik heter at «ryllik har blodstillende og sårlegende virkning og kan være nyttig både ved utvortes og innvortes sår.»

Ryllik hadde lenge ry på seg for å lukke blødende sår, f.eks. sår forårsaket av våpen. Ja, noe såpass banalt som en neseblødning kan stoppes ved å rulle sammen noen ryllikblad og plugge dem inn i neseborene og vente til blødningen har stanset. Ryllik ble også bl.a. brukt mot ulike mageplager. En kan tenke seg at pilegrimene kan ha fått i seg diverse uhumskheter gjennom skjemt mat og urent vann. Det kunne dreie seg om både innvollsormer og bakterier, selv om de sikkert ikke hadde så sarte mager som oss.



Tepperot.

Det mest kjente middelet når det dreide seg om diaré var *tepperot*. I dag vet vi at den rødfargede margen i rota er bakteriehemmende. Spesielt indre blødninger kunne stoppes ved hjelp av dette stoffet. Men størst betydning har tepperot mot magesjau p.g.a innholdet av garvestoffer, som virker sammentrekkende på vev. Derfor har planta fått navnet sitt, at den «tepper» igjen. Og derfor virker den også på blødende sår. Da ble rota tørket og knust og f.eks. blandet med fett til en salve. Oppskrifter der tepperot inngår finnes fra middelalderen.

Når en først tenker seg at vandreren kunne ha mageproblemer, kan en nevne at *kjerringrokk* (åkersnelle) virker oppbyg-



Kjerringrokk.

gende på såre slimhinner både i mage- og urinveisregionene. Og ikke minst kunne den styrke slitent bindevev i sener og muskelfester. På oss sjøl kjenner en andre, nær-sagt. Forstrekkinger, forstuinger og lignen-

de er lett nok å pådra seg, og kraftig kjer-ringrokkte virker gunstig på skaden.

Smerter, feber og reumatisk pine er noe som forfølger oss av ulike årsaker. Pilegrimene var neppe noe unntak. Her kunne hjelpen være nær i form av *mjødurt*. Denne



Mjødurt.

planta viser seg å inneholder salisylsyre, (som på 1800-tallet dannet utgangspunktet for Globoid.) Den kunne (og kan) virke betennelseshemmende og nøytralisere et syreoverskudd, dessuten dempe leddsmarter. Det er tenkelig at pilegrimene våre kunne slite med slike plager også!

Det er trolig at den vandrende skaren slet med irriterende plager som lus. Denne skapningen har fulgt menneskene til alle tider. Sjøl i dag dukker den opp med jevne mellomrom når hygienene ikke er på topp. Men her fantes det også en plante som



Lusgras.

kunne hjelpe, og navnet taler sitt tydelige språk. Det er snakk om *lusegras*. En kraftig vask med lusegraslåg gjorde underverker. Ned til vår tid ble slik låg også brukt på krøtter som var befengt med utøy.

Det er kjent at *kvann* har vært brukt siden 1000-tallet til å bedre allmenntilstanden. Den inneholder svært mange virkestoffer. En kan nesten kjenne det dersom en tygger på en bit av kvannrot, hvordan ulike smaker og flyktige stoffer utfolder seg på tunga!



Kvann.

Kvann ble sett på som en universalplante når det gjaldt å lindre ymse plager. Den kan være virksom mot ulike mageproblemer som infeksjoner, manglende magesyre, tarmgass, apettittløshet, forkjølelse, ja rene universalmedisinen mente man! I middelalderen var dessuten kvann et stort middel mot pest.

Det kunne ofte være aktuelt å ha en bandasje eller beskyttelse over sår. Eventuelle tekstiler var sikkert ikke rene til det formålet. Men her visste de også råd i mellomalderen. Den innerste hinna på bjørkenevera, kalt *silkenever*, ble brukt. Samtidig som den ga beskyttelse, var den også bakteriedrepende.



Her trekkes silkenevera løs fra innsida av nevra.

Når en ser eksempler på de virksomme medisinplantene pilegrimene trolig brukte, er det fantastisk hvordan en i tidligere tider ut fra erfaring og utprøving kom fram til de nytteplantene de gjorde.

Medisinsk kunnskap i dag kan bekrefte mye av eldre tiders valg av medisinplanter. De inneholder eteriske oljer, bitterstoffer, garvestoffer, fete oljer, saponinholdige stoffer, slim, kiselsyre, flavonider, og salisylater, som virker på kroppens hud, slimhinner, kjertler, blodlevring, magefunksjon, åndedretsorganer, muskulatur og nervesystem. Dessuten inneholder de stoffer som dreper mikroorganismer!

Alle foto: Iver Thorstad.