

## Lancet vejbred

### Plantago lanceolata

Lancetbladet eller glatbladet, er begge et almindeligt ukrudt på skrænter og græsland, den er udbredt i hele landet. Glat vejbred hedder Plantago major.

Bladene, både de smalle 'lancetter' eller de glatte runde vokser i en roset fra hvis midte en tynd blomsterstand står på tæer. Når folk går rundt og snøfter og taler om græspollen og høfeber, står vejbredden med en sky af hvide støvknapper rundt om blomsterstanden, hvor frøene modnes.

Vejbred er navnlig populær blandt børn og spejdere, hvor bladsaften bruges til at mildne kløe og smerte efter insektbid.

Den har været brugt til sårbehandling, samt betændelse i mund og svælg.

Ved at trække bladstilken over afslører de bladstreng, der stikker ud, hvor mange kærestere fremtiden vil bringe. En fornøjelse generationer af børn har haft gennem tiden.

Bladene er spiselige og kan bruges i salat, og er blevet spist af fattigfolk. Uden tvivl et gavnligt tilskud til ernæringen.



Alle tørrede overjordiske dele af planten kan anvendes som te, og virker vanddrivende og slimløsende på luftvejene. Der er foretaget kliniske forsøg med ekstrakt af vejbred, forsøgspersonerne oplevede en markant bedring af deres symptomer på luftvejslidelser. Imidlertid blev forsøget udført uden en placebo gruppe, dvs. en gruppe af personer der ingen behandling modtog. Derfor kan forsøget ikke tjene som videnskabeligt bevis på plantens virkning.

I Nordamerika kaldes den glatbladede vejbred også for 'hvid mands fodspor', idet planten blev slæbt ind samtidig med europæernes ankomst og udbredt med landbrugets fremmarch.

I græsplæner tåler den det meste af hvad slåmaskinen byder den.

Kort sagt en plante man kun kan holde af.



### Middelalderhaven fakta:

Lancet vejbred og glat vejbred er almindelige i hele Danmark.

Tema 8a: Lægeplanter