

# Almindelig Gyldenris

*Solidago virgaurea*

Gyldenris er en flerårig plante, der i generationer har været brugt mod kvindesygdomme, dårlige tænder, og besværlige sår, samt til at farve garn gult med.

Plantens videnskabelige navn 'solidago' betyder 'Jeg heler' og sigter til plantens sårhelende egenskaber.

Gyldenris kan blive op mod en meter høj og vokser i sær på heder og bakkeskrænter

Planten blev tidligere brugt til sårbehandling, og desuden som mundvand mod løse tænder (paradentose).

Den blomstrer i højsommeren med gule kurveblomster og er temmelig udbredt i hele landet.

Mod løse tænder laves et vandigt udtræk, hvor de udsprungne blomster

udtrækkes i 2 glas koldt vand natten over og det siede vand drikkes af nogle omgange i løbet af dagen. I nogle bjergegne brugtes de friske blade som omslag på sår.

Gyldenris regnes til Jomfru Marias særlige planter og optræder ofte på malerier af hende. Afkog af bladene virker stærkt vanddrivende og sammentrækkende. Virkningen anses for at hjælpe på nyreproblemer. Kvinder med underlivsbetændelse har brugt den for at blive ondet kvit. Af denne grund sælges Gyldenris stadig på visse apoteker.

I Middelalderhaven vokser Gyldenris i farvebedet og i bedet, der hylder den hellige jomfru.

Gyldenris dyrkes sjældent i prydhaven, men en indslæbt canadisk art, breder sig i disse år i hele landet og betegnes som invasiv.