

Jakobsstige

Polemonium caeruleum

Jakobsstige kaldes i Danmark enten skønkrave, blålys eller floks. Den kan findes vildtvoksende i store dele af Europa, så langt nordpå som til Finmarken, men har også spredt sig til andre kontinenter og dyrkes ofte som prydblante.

Jakobsstige er en staude, der bliver omkring en meter høj.

Den har en opret, hul stængel 'stigen' med nogle korte hår øverst, der ved grunden har rosetstillede langstilkede blade, der aftager i størrelse og mister stilken på vej mod toppen, hvor blomsterne sidder i klaser.

Navnet har planten efter patriarken Jakob, der tiltvang sig en velsignelse og et nyt navn fra en ærkeengel, da han opdagede 'en stige' op til himmelen. Navnet han fik var Israel.

Blomsterne er almindeligvis lavendelblå, rosa eller hvide.

Den blomstrer fra juni til august.

Den vokser på fugtig jord i lunde eller vejkanter og er udbredt i de norske fjelde, hvor bestandene muligvis stammer fra dyrkede planter.

Medicinsk har de overjordiske dele og roden været brugt tørret eller som udtræk i alkohol.

Jakobsstige indeholder æteriske oljer, harpiks og organiske syrer, og siges at have en blodrensende, vanddrivende, sammentrækkende virkning.

Den har været brugt mod så forskellige plager som hovedpine, syfilis, hundegalskab, feber, epilepsi samt nyre- og blæresten.

Jakobsstige blev af de gamle grækere anbefalet i et udtræk med vin mod rabies (hundegalskb) og optaget i apotekernes håndbog, farmakopeen, under navnet herba valerianae graeca, hvilket forklares ved, at den i lighed med Læge-Baldrian, (*Valeriana officinalis*) virker uimodståelig tiltrækkende på katte. De to plantearter er dog ikke beslægtet.

Jakobsstige bruges sjældent i moderne europæisk urtemedicin.

Vil man dyrke den flotte blomst i sin have, bør det ske et sted, hvor der er halvskygge og jorden kan holdes fugtig. Den er temmelig let at have at gøre med, og også ret hårdfør. Planterne bør dog deles jævnlige og lever i relativt få år. Efter blomstring bør stænglerne skæres tilbage medmindre man vil samle frø fra planten.

Frøformering er også en realistisk mulighed.

I Middelalderhaven står Jakobsstige blandt 'Oldemors stauder.'