

Hjortetunge

Asplenium scolopendrium

Hjortetunge er en bregne, der vokser med aflange bølgede blade, der kan opnå en diameter på ca 35 cm.

Den stammer fra atlanterhavsøerne ud for Marokko.

Den er stedsegrøn og trives bedst i skyggefuld, fugtig jord.

Den kan forekomme i store dele af Europa, bortset fra Danmark, hvor den blot er registreret på 3 lokaliteter.

Derfor er den rødlistet af Naturstyrelsen, sådan at ingen del af planten må høstes.

Medicinsk virker Hjortetunge, slimløsende, vanddrivende, sammentrækkende, sårhelende samt hjertestyrkende og sved- og galde-drivende.

Den har været brugt til at standse diarree og dysenteri og andre former for hyperaktivitet i fordøjelsen.

Brug af Hjortetunge i dag er begrænset til behandling af mindre betændelsestilstande.

Som al anden medicin kan urtemedicin af Hjortetunge have bivirkninger. De er dog sjældent alvorlige. Mangel på b-vitamin kan være den ene, men generelt må det anbefales at man konsulterer egen læge før man forsøger sig med den sjældne plante.

I Middelalderhaven i Stege vokser en Hjortetunge under Fillippa-æbletræet.