

## PEBERMYNTE

### *MENTHA PIPERITA* (LABIATAE)

Denne plante nævnes ikke i antikkens litteratur, men dens blade skal være fundet i en oldægyptisk grav fra ml. 1200 og 600 f.Kr.<sup>1</sup> Året 410 beskriver biskoppen af Ptolomais en urt, der måske var pebermynte.<sup>2</sup> Middelalderens og renæssancens læge- og urtebogsforfattere har tilsyneladende ikke kendt den. Først fra og med 1700-tallet anvendes pebermynten i vid udstrækning af både skole- og folkemedicinen.

#### FOLKEMEDICINEN

Maven: en te af pebermynte blev og bliver i mange lande drukket for alle mavesygdomme (kolik, diarré, krampe o.s.v.).<sup>3</sup> Afkoget modvirker opkastning, halsbrand og dårlig ånde,<sup>4</sup> stimulerer fordøjelsen.<sup>5</sup> Nybyggerne i Amerika tog pebermynte-te for dyspepsi,<sup>6</sup> i Pennsylvania bladene kogt med agurkskræller.<sup>7</sup> Et dekokt af pebermynte, ensian og kanel er et russisk husråd for mavesår,<sup>8</sup> et brændevinsudtræk af pebermynte og malurt var *tjenligt for kolde maver og svagelige personer*.<sup>9</sup> I Indonesien tages mod slim i maven et afkog af den asiatiske pebermynte.<sup>10</sup>

Galdesten: pebermynte-te virker smertestilende under galdestensanfald.<sup>11</sup> Homopatien tilbereder af planten en essens for galdestenskolik.<sup>12</sup>

Nyrerne: Teen skal stimulere nyrefunktionen og virke urindrivende.<sup>13</sup> Pebermyntedråber indgår i flere midler mod vattersot (Transvaal).<sup>14</sup>

Hjertet: mod nervøs hjertebanken tygges blådene og saften svælges (Kentucky)<sup>15</sup> eller drikkes pebermynte-te (Belgien, Rusland, USA).<sup>16</sup> Den russiske naturlæge Olga Morozova:

At drikke pebermynte-te bør være en vane gennem måneder og år uden én dags afbrydelse. Som ung havde jeg et meget svagt hjerte. Men efter i 50 år at have drukket denne te hver morgen kan jeg som 80-årig med største lethed løbe op ad trapper, hvad jeg slet ikke var i stand til som yngre.<sup>17</sup>

Nerverne: et dekokt af bladene beroliger og styrker nerver og muskler. Teen blev drukket for dårlige nerver, hypokondri og hysteri og givet urolige spædbørn (Alabama). For hovedpine spises pebermynte (Montegnais indianerne, USA),<sup>18</sup> tages pebermynte-te (USA),<sup>19</sup> et afkog af pebermynte og jernurt eller bukkeblad mod hovedpine og migræne, et udtræk af pebermynte og baldrianrod for nervøsitet og dårlig søvn. Bladene er komponent i russiske husråd for nervøse lidelser, bl.a. søvnløshed.<sup>20</sup>



*Pepparmynta (Mentha x piperita) ur Franz Euguen Köhler's Medizinal-Pflanzen in naturgetreuben Abbildungen mit kurz erläuterendem Texte, 1883–1914.*

Pebermynte tages for miltsygdomme (Belgien)<sup>21</sup> og indvortes krampe.<sup>22</sup>

Åndedrætsvejene: pebermynte-te er et alm. brugt husråd mod forkølelse og hoste,<sup>23</sup> teen blev tilsat honning, eller man spiste tørret og knust pebermynte blandet med honning (Danmark).<sup>24</sup> Irlænderne drikker pebermynte-te for bronkiallidelser,<sup>25</sup> i USA mod betændte bronkier; dampe fra dekoktet indåndes mod svælg- og bronkialkatar (Schweiz),<sup>26</sup> mod forkølelse og bronkitis (Kickapoo-indianerne, Meksiko).<sup>27</sup> I Letland blev teen taget for kighoste,<sup>28</sup> i Schlesien for astma,<sup>29</sup> i flamsk Belgien og Rusland mod åndenød,<sup>30</sup> for lungebetændelse en te af pebermynte og katteurt (Menomini-indianerne, Wisconsin).<sup>31</sup> En tysk læge anbefalede pebermynte-te mod influenza;<sup>32</sup> under epidemier 1833 og 1837 i Rusland

kendte naturlægen J. Fr. Osiander intet mere effektivt middel.<sup>33</sup> Af planten tilbereder homøopatien en essens for hæshed, tør hoste og halssmerter. – Andre infektioner: pebermynte-te mod malaria (Schlesien, Rusland),<sup>34</sup> kolera<sup>35</sup> og mæslinger (Irland, Alabama).<sup>36</sup>

Gynækologisk: pebermynten er blev brugt mod kolikagtige smerter ved menstruationens begyndelse og for efterveer,<sup>37</sup> et afkog som mensesdrivende og drukket af barselkvinder for at mindske laktationen.<sup>38</sup> I Hessen bør vordende mødre drikke megen pebermynte-te, så får de en lettere nedkomst,<sup>39</sup> et vinaf kog tilsat smør skulle fremskynde den (Bosnien, Hercegovina).<sup>40</sup> Unge piger i Bayern drak pebermynte-te for blegsot,<sup>41</sup> hos Delaware-indianerne i USA indgår planten i en tonikum for svagelige kvinder, den skal desuden øge fertiliteten.<sup>42</sup>

Kontusioner etc.: der blev lagt knust pebermynte rørt op med æggehvite på sår (Fanø),<sup>43</sup> i Schweiz og Ukraine bades vanskeligt helende sår med et afkog,<sup>44</sup> et udtræk blandet med olivenolie lægges på brandsår.<sup>45</sup> Knust pebermynte med linolie og voks gav i Rusland et fordelende omslag på mælkeknunder i brystet.<sup>46</sup> Frost i hænderne blev gnedet med et brændevinsudtræk (Fyn).<sup>47</sup> Man lagde bladene på eksemer,<sup>48</sup> spædbørn med kløende udslæt får pebermynte-te (Kentucky, Georgia).<sup>49</sup> Plantens saft drukket med eddike skal virke blodstillende (Meksiko).<sup>50</sup> – Senest blev opdaget, at indgnidning med japansk pebermynteolie er et effektivt middel mod yverbetændelse.<sup>51</sup>

Pebermynte-te er et kendt sveddrivende husråd; den tages mod øresusen og døvhed (Argentina),<sup>52</sup> svindsot, kvalme, ildebefindende, søsyge,<sup>53</sup> saften skal kunne stimulere kønsdriften (Meksiko)<sup>54</sup> og pebermynte-te fordrive indvoldsorm.<sup>55</sup>

## INDHOLDSSTOFFER

Hele planten indeholder æterisk olie (bladene indtil 1,5 pct.) med menthol og menthon som væsentligste bestanddele (henholdsvis 50–86 og max. 20 pct.), desuden menthanol, jasmon, cineol, terpener, terpenalkoholer og -aldehyder, limoner, piperitonin, dimetylsulfid, garve- og bitterstof samt flavoid-forbindelser, friske blade indtil ca. 25 mg C-vitamin pr. 100 g.<sup>56</sup>

## T E R A P I

Menthol har en karakteristisk, meget gennemtrængende lugt og smag. I mundhulen og efter indgnidning i huden virker stoffet afkølede fordi de aktiverer de kuldefølsomme nervepunkter, samtidig sker der en mindskelse af smertefornemmelsen; pebermynteolie har derfor en (kortvarig) lokalt bedøvende virkning. Den såkaldte migrænestift til indgnidning af øjenlågene indeholder ren menthol og kom ved århundredskiftet fra Japan til Europa.<sup>57</sup> Menthol indgår med 1–2 pct. i lotions og salver til kløende hud, med 5–10 pct. i inhaleringsvæsker og pastiller til lindring af næsens og ganens betændte slimhinder, med 2 pct. i ”kølede” salver og 1–2 pct. i pulvere til indsnusning. Tobaksrøgens irritation af slimhinderne mindskes når menthol er sat til tobakken.

Pebermynteoliens menthol, bitter- og garvestof bidrager væsentligt til, at et bladudtræk virker beroligende på mave-tarm-kanalen, krampestillende og mod diarré. Mavens surhedsgrad sænkes, olien indgår i midler mod mavesår ledsaget af høje pH-værdier.<sup>58</sup> Endvidere stimulerer den leverens produktion af galde og fremmer dennes transport mod fordøjelseskanalen. Et udtræk af bladene kunne eksperimentelt øge galdesekretionen til det nidobbelte af normalen; selve mentholet er i så henseende langt mindre effektivt

end samme kvantum friske pebermynteblade. Teen bevirker en langsom men stadig forøgelse af sekretionen indtil virkningen kulminerer, og den rigelige afsondring opløser evt. sten,<sup>59</sup> hvortil kommer mentholets og menthonens antiseptiske virkning på selve galdevæsken.

Kolerabaciller svækkes af fortyndinger af olien ned til 1:2000 og tb-baciller indtil 8:10000; arbejdere der til stadighed får kontakt med menthol får ikke tuberkulose.<sup>60</sup> Pebermynteolien har en lokalt betændeshæmmende effekt.<sup>61</sup> Schapek iagttog hos influenza-patienter, der fik 0,5 g menthol i olivenolie eller gelatinekapsler, at de i løbet af 18–24 timer ikke længere havde hoste og feber, samtidig blev *den kropslige balance* genoprettet.<sup>62</sup>

Sammenfattende er drogens vigtigste indikationer: sygdomme i mave og tarme ledsaget af slimhindebetændelse og svigtende kirtelsekretion, krampagtige mavesmerter, diarré, opkastning, træg tarmfunktion; galdesten, lever- og nyrelidelser med svigtende diurese og stendannelse; kredsløbsforstyrrelser, nervøs hjertebanken, svækket hjertemuskelatur og især forstyrrelser i hjertets funktion som følge af tarmluft.

## R E F E R E N C E R

- 1 209 24.
- 2 98 4, 1950, 139.
- 3 194 42; 82 14, 17; 284 2, 75; 182 102; 53 103; 177 4, 1894, 189 (Letland); 68 52; Paque, E., 1896, *Volksnamen der planten van Berlië Fransch-Vlaanderen en Zuid-Nederland*, 525; 47 857; 207 13, 1985, 99 (Mapuche ind., Chile); III 128, 205; 98 37, 1983, 221 (Chile).
- 4 463a 386; 257 221.
- 5 209, 1982, 246 (Sydl. Italien).
- 6 249 190f.
- 7 51 165.
- 8 215 112f.

- 9 328 130 (primo 1700-t.).
- 10 211 197, 300, 317.
- 11 257 221; 91 58; 112 165.
- 12 223 1, 274f.; 237 155f. jnf. 133 2, 157 (olien er gal-  
dedrivende).
- 13 257 221.
- 14 307 23f.
- 15 377 32, 1968, 324.
- 16 462 73, 1911, 163f.; 74 156; 151 210; Paque [note 3].
- 17 215 78 sml. 102.
- 18 314 314.
- 19 74 156.
- 20 215 60 sml. 19of.
- 21 Paque [note 3].
- 22 217 108 (engelsk læge 1750); 105 426 (Meksiko);  
210 9, 1909, 192.
- 23 97 162; 53 15, 47; 47 857.
- 24 225 1, 339; 194 42.
- 25 425 18, 1972, 72, 76.
- 26 227 II.I, 1953, 135.
- 27 98 31, 1977, 354.
- 28 177 4, 1894, 184.
- 29 210 9, 1909, 192.
- 30 462 73, 1911, 163; Paque [note 3].
- 31 374 39.
- 32 2 31, 1894, 463.
- 33 290 49, 68, 247.
- 34 210 9, 1909, 192; 218 138; 168 52 (1833).
- 35 Paque [note 3]; 217 108; 210 9, 1909, 192; 290 49,  
68, 247.
- 36 425 18, 1972, 72, 76; 53 80.
- 37 290 405, 433.
- 38 260 202; 134 299; 197 1908–09 (1909) 107.
- 39 246 485.
- 40 448 2, 1894, 411.
- 41 229 149.
- 42 401 26.
- 43 225 1, 339.
- 44 184 70; 291 84.
- 45 428 65.
- 46 218 138.
- 47 279 16347.
- 48 134 299.
- 49 47 857.
- 50 255 583.
- 51 *Effektivt Landbrug* nr. 14, 1985.
- 52 395 31, 1938, 85; 347 90.
- 53 74 210; 249 19of.
- 54 255 583.
- 55 249 19of.; 194 47; 255 583.
- 56 134 297 (m. litt.henvisn.); 274 4, 1968, 65 (litt.  
henvisn.); 185a 54.
- 57 117 686f.
- 58 50 65, 67.
- 59 300 nr. 51, 1922; 441 nr. 49, 1926.
- 60 23 Lieferung 19, 1959.
- 61 109a 27, 1964, 571–73.
- 62 441 46, 1933, 1107.