

POLLEN

*P*ollen, blomsterstøvet, er planterigets hanlige kønsceller med en for arten karakteristisk form og overfladestruktur. Det enkelte pollenkorn måler fra 10 til 50 tusindedele af en millimeter.

Pollen er overordentlig rig på æggehvide, fedt og kulhydrater og indeholder praktisk taget alle de for vor organisme livsvigtige stoffer. Mange blomsters pollen består af 25–44 pct. protein, hvori frie aminosyrer kan udgøre op til 88 pct.

I pollen er fundet tyve af de 22 kendte aminosyrer. Ud fra sammenlignende beregninger findes der i 100 gram lige så mange essentielle aminosyrer som i ½ kg oksekød eller syv æg. Cirka 30 gram pollen dækker et voksent menneskes daglige behov for aminosyrer. Indere, kinesere og amerikanske indianere har i umindelige tider samlet dunhammers rigelige pollen og brugt den som mel til suppe, grød, brød og kager.

Men derud over indeholder pollen en lang række andre biologisk vigtige stoffer: umættede fedtstoffer, enzymer, næsten hele vitamin-alfabetet, i asken af nændt pollen findes indtil 20 pct. fosfor, 20–40 pct. kalium, indtil 12 pct. jern, 2–10 pct. silicium, indtil 15 pct. magnesium, endvidere kobber og natrium.¹

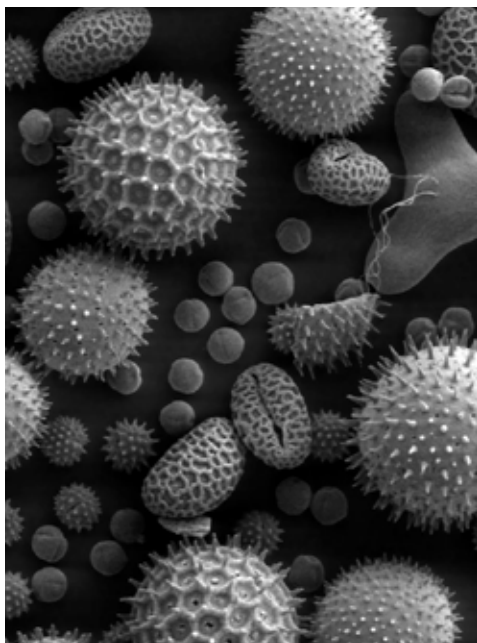
Som et kuriosum er mælkesukkeret laktose, der ellers kun forekommer i mælk, påvist også i pollen fra den kendte prydbusk Forsythia.

Pollen har et stort indhold af lecithin, hvis fysiologiske betydning forlængst blev erkendt. Lecithinholdige lægemidler gives for nervøse lidelser, kirtel- og lungetuberkulose.

Mange hudcremer er tilsat pollen. På Marja-klinikken i Stockholm blev opnået for avsende resultater; cremer, olier og lotions med pollen gjorde ansigtshuden glattere og fjernede synlige tegn på fysisk udmattelse: rynker, grå hud og poser under øjnene. Orkidépollen har en særlig gunstig virkning i så henseende, et fransk kosmetikfirma avler derfor orkidéer i det vestlige Bengalen. Pollenpræparaterne kan uden uheldige bivirkninger bruges til sart, ømfindelig hud, også af kvinder der ellers er disponeret for høfeber (overfølsomhed for luftens blomsterstøv).

Af det vigtige væksthormin B₁₂ er isoleret indtil 4,5 milligram pr. gram pollen. E-vitaminet er ligeledes rigeligt repræsenteret. Begge stimulerer bloddannelsen og gives mod anæmi.

Vitamin E deltager i protein-stofskiftet. Får gravide kvinder for lidt af dette vitamin risikerer de at abortere. Det vidste etnomedicinen længe før videnskaben. Bøhmiske bønder gav deres drægtige køer en god portion pollen rystet ud af elle- og hasselrakler for at de ikke skulle "kaste" (abortere).² Nordamerikanske indianerkvinder og arabiske kvinder spiser pollen af henholdsvis kogleaks og



Blandede pollekorn Foto: Dartmouth Electron Microscope Facility, Dartmouth College.

daddelpalmen som middel mod sterilitet.³ Nu véd man, at der i pollen findes en substans, der virker som kønshormonet østrogen.⁴ I ungarnsk og kinesisk folkemedicin blev pollen brugt for indre blødninger, specielt kvinders efter nedkomsten, og dunhammers pollen regnes for sårlægende og indgår i et middel for gonorré.⁵ Andre steder spiste man pollen mod gulsot og feber,⁶ amerikanske indianere tager majs pollen mod hjertebanken.⁷

Allerede i Simon Paulli's *Flora danica* 1648 oplyses, at man samler liljers støvdragere, som indgives barselkvinder for at fødselen, som nu er nær, desto snarere (næst Guds og en forstående jordemoders hjælp) kan befördres og gå for sig, medens rosens støvdragere tages for smertefuld menstruation.

Bierne fodrer yngelen med pollen. Den russiske biolog N. Zinzin udarbejdede 1964 en

statistik over mænd i Kaukasus i alderen 80 til 120 år og interviewede et par hundrede af dem. Det viste sig, at næsten alle var biavlere og havde for vane hver dag at spise de pollenholdige rester af bitavlerne som et lækkeri. Hvis organismen ældes bl.a. fordi den ophører med at danne kønshormoner, kan pollen med hormon og vækst-vitamin være hemmeligheden bag de gamle kaukasieres usædvanlige vitalitet. Adskillige af dem fik børn i en "bibelsk" alder. Der fremstilles nu pollentabletter til mænd med svigtende potens.

Pollenpræparaterne Cernitin og Cernilton kan hjælpe for betændelse i blærehalskirtlen prostatitis (ikke at forveksle med den forstørrelse af kirtlen, der giver ældre mænd besvær med urineringen). Læger i Helsingborg har med gode resultater brugt præparaterne ved behandling af kroniske sår, migræne og influenza. Pollens umættede fedtsyrer i forbindelse med vitaminer kan forebygge sklerose.

Blomsterstøvet's fysiologiske virkningsmekanisme er ikke fuldt opklaret. Man antager, at det mobiliserer kroppens eget forsvarssystem mod sygdomme. Pollen virker ikke antibiotisk som for eksempel penicillin. Præparaterne har i al fald ingen skadelige virkninger.

REFERENCER

- 1 15 31-34.
- 2 *Zeitschrift für Österreichische Volkskunde* 3, 1896, s. 115.
- 3 57 bulletin 34, 1908, 232 (White Mountain Apache ind.).
- 4 310 11, 1963, 218.
- 5 404 92; 391 447; 342 55; 191 179.
- 6 448 I, 1894, 439 (Bosnien); 459 II, 1914, 167 (Rheinl.).
- 7 362 185.

Referensnyckeln för 19 artikler om planter återfinns på sidorna 333-342.