



Svenska Örtasällskapet

Ringblomma *Calendula officinalis*

Tillhör familjen korgblommiga växter (*Asteraceae*)

Andra namn som används om ringblomma är: ringbloma, läkeringblomma, solsicka, solsvicka, solsvicker, solskvä. På **engelska** heter den calendula, marigold eller marygold, på **danska** morgenfrue, morgenfrublomst, på **norska** ringblom, ringblomst, på **finska** casanut plommu, kehäkukka, på **tyska** Ringelblume, Studentenblume, på **franska** souci.

Etymologi. Artnamnet *officinalis* kommer av latinets officina (verkstad, apotek) och syftar på artens användning som läkeväxt, varit officinell. Officinell kallades en växt som fanns med i farmacopén och kunde köpas på apotek. Släktnamnet *Calendula* är svårare att härleda. Det kan komma från det latinska verbet *calere* som betyder vara varm och syftar då på växtens vana att blomma året runt tills frosten kommer. Latinets *calendae* betyder ”första dagen i månaden” och kan antyda att den blommar vid varje månadsskifte. Det kan också ha att göra med att blommorna slår ut vid nio-tiden varje morgon och stänger sig på eftermiddagen och på så sätt mäter den tiden. Om blommorna inte öppnade sig på morgonen skulle det bli regn sades det. Linné skapade en *horologium florum*, en tidsvisare, med hjälp av blommornas vana att slå ut vid en viss tid och sluta sig ungefär samma tid varje dag. Man kunde inte med säkerhet säga vad klockan var slagen men man kunde veta vad dagen var liden med hjälp av denna *horologium*. Dock var klockan lite osäker eftersom det ändrade

sig under sommaren och i olika delar av landet.

Släktet *Calendula* omfattar ca 20 arter av örter med gula till orange blommor. Numera kan man också hitta rosa ringblommor, bland många olika sorter.

Utbredning. Ringblomma är en art som ofta odlas och som ibland kan påträffas förvildad. Arten hör ursprungligen hemma i Medelhavsområdet och Iran och spreds norrut med klosterväsendet under medeltiden. Ringblomma var från början ett inslag i indiska och arabiska kulturer, innan den upptäcktes av de gamla grekerna och egyptierna. Första fynduppgift som förvildad är från Skåne och publicerades 1780, men arten är känd redan under medeltiden (Hylander 1971).

Ringblomma som medicinsk växt är av förhållandevis sent datum. Det första verk som uttryckligen omnämnde denna ört som läkeväxt var Hildegard av Bingens ”Physica”. Här kallades den ”ringele” och rekommenderades mot eksem och matsmältningsstörningar. Albertus Mangus, vetenskapsman i dominikanorden, behandlade ringblomma i sitt botaniska verk. I många böcker från 1400-, 1500- och 1600-talen angavs ringblommestjälkens ytterskikt felaktigt som botemedel. Kanske genom förväxling med kapris som båda i folkmun kallades ”munkhuvud”.

Linné skrev om ringblomman i Svenska floran 1755: ”Växer vid allmänna landsvägen på en sträcka av en hel mil i närheten av Malma gästgivaregård i Uppland”.



Svenska Örtasällskapet

Beskrivning. Ringblomma är en ettårig, karaktäristiskt doftande ört. Den blir 30-60 cm hög. Breder ut sig lika mycket. Stjälken är upprätt, hårig, saftig, förgrenad upptill och har strödda, långsmala blad som vanligen har helbräddade kanter. Ringblomma blommar från juli till september. Blomkorgarna sitter ensamma i toppen av stjälken och i grenspetsarna. Blommorna öppnar sig på morgonen och sluter sig på eftermiddagen. Korgen är stor, mellan fyra och sju centimeter, och har tunglika, gula eller orangegula strålblommor. De inre diskblommorna kan vara av varierande färg, de är vanligen rörliga men kan hos odlade sorter vara tunglika. Frukterna är mer eller mindre krökta och rynkiga eller taggiga på ryggsidan, de saknar hårpensel. Torkade kronblad håller färgen väl och är mångsidigt nyttiga.

Många prydnadssorter har odlats fram, höga och låga, enkla och fyllda, med blommor i gult, orange och rött med samma eller kontrasterande färg på blomkorgen i mitten.

Ringblomma kan knappast förväxlas med några andra växter. Arten åkerringblomma (*C. arvensis*), som kan påträffas tillfälligt, är till alla delar mindre och har blomkorgar som är mindre än tre centimeter breda.

Innehåll och verksamma beståndsdelar. Eterisk olja, karotenoider, flavonoider, saponiner och polysackarider, salicylsyra, calendulin, bitterämnen.

Växtförhållanden. Frösår sig lätt och kan i Sverige ibland hittas förvildad längs vägkanter och på avfallsplatser. Lättodlad i sol till halvskugga på varm plats. Gärna lerjord. På skuggig och fuktig plats angrips den lätt av svamp och sjukdomar. Bra att

ha bland grönsakerna eftersom den anses hålla nematoder borta. Ta bort vissna blommor så kommer nya. Klarar den första frosten.

Förökas lätt från frö från april och framåt. Så på friland och täck fröna med ett tunt lager jord. Tätast och rikast blommande blir plantorna om de står ganska glest (15-30 cm). 30-45 cm radavstånd. Det tar ca sex veckor från sådd till blomning. Man kan så i omgångar och därigenom ha blommor till långt in på hösten. Frösådda plantor liknar inte alltid moderplantan.

Sjukdomar och skadegörare. Sniglar älskar späda ringblomsblad, jaga på kvällar eller sätt ut ölfällor. Mot slutet av växtsäsongen kan plantorna angripas av svarta bladlöss. Borsta bort på tidigt stadium, avlägsna skadade delar. Spruta med såplösning för att få bort äggsamlingarna.

På hösten kan bladen drabbas av mjöldagg. Klipp bort alla angripna delar och bränn för att förhindra spridning.

Skörd. Hela, fullt utslagna blommor insamlas i juli-september vid torrt väder på morgonen när de håller på att öppna sig. Man kan dra loss blombladen (eller hela blomkorgen) redan vid skörd och torka dem lösa. Lägg luftigt i korg och rör om i dem varje dag. De kan också frysas.

Användning. Ringblomma odlas som prydnadsväxt och som snittblomma.

Ringblomma är en medicinalväxt. Hoffberg (1792) skriver att "Utpressad saft af blombladen kokt med alun, gifwer en gul wattufärg för målare. Blombladen torkade tjena i stället för Saffran".



Svenska Örtasällskapet

Blommorna har sårhälsande och inflammationshämmande egenskaper. Ett utdrag från blommorna är utvärtes ett bra medel för att läka hud- och läppsprickor och hjälper vid eksem, brännskador och mer svårläkta sår som liggsår och bensår. Stjälkens saft sägs vara verksam som medel mot vårtor, liktornar och förhårdnader. Särskilt bra mot hudinflammationer, köldskador samt bröstvårtor som är såriga av amning, oskadligt för barnet.

Hudpreparat och kosmetika innehåller ofta ringblommor. Gör ett avkok på blommorna och använd det som hudlotion. Den ger näring åt hyn och får stora porer att dra ihop sig samtidigt som den är rengörande.

Invärtes verkar den milt kramplösande på matsmältningskanalen samt svett- och urindrivande. Den sänker även blodtrycket och verkar lugnande. Skölj tandköttet med avkok efter tandutdragning.

Vid inflammationer i munhåla och svalg har i synnerhet gurgelvatten med ringblommans blommor visat sig verksamt.

Arvid Månsson Rydaholm anger i "En myckit nyttigh örta-book" att caliendulan har 4 dygder:

1. Ögna sjukdom. Att det vatten som av hennes blomster bränner, är gott för alla handa ögna sjukdomar, vare sig av hetta eller köld, och det gör dem klar och förta-ger huvudvärk.
2. Pissa blod. Den som pissar blod, han må taga ringblomma, och sjuda henne, och dricka där av, då stillas det.
3. Efterbörd. Ett besynnerligt experiment, när kvinnan haver fött barn, och hon bliver icke av med efterfödelsens hud, som benämnes *secundina* på latin, då må man taga ringblomma, både blomster och blad, och torka dem väl, och tända eld på dem med

ett vaxljus, och låta den rök gå upp under sig, det hjälper henne och är försökt.

4. Maskar i öron. Varder lagen som av ringblomma avtryckt är, låtin uti örat, då dräper han maskar i öronen.

Hela växten går att äta men nyutslagna kronblad smakar bäst. Slösa med kronblad, som ger saffransfärg och en lätt, men inte saffranslik, kryddsmak åt ris, fisk- och köttsoppa, youghurt, omeletter och kakor. Ringblomma passar också bra i sallader och i bröd. De är mycket dekorativa att strö på maten. Blommorna har använts som falsk saffran och till att färga smör och ost. De gamla grekerna smaksatte och garnerade sin mat med dess gyllene kronblad.

Man kan koka blommorna till en ljusgul textilfärg.

Örten var förr en ansedd kärleksört. Den spelade en betydande roll i den invecklade trollformel som skulle avslöja för unga flickor vem deras tillkommande var. Att drömma om ringblommor var ett mycket lyckosamt tecken och bara anblicken av dem kunde skingra mörka tankar. Den har fått symbolisera sympati och tillgivenhet, i glädje och sorg. I Indien flätades kransar av ringblommor som prydnad för gudar och gudinnor.

Egyptierna betraktade ringblomman som en ungdomsbevarande ört.

I Ashmolean Museum i Oxford finns ett recept från 1600-talet på hur man ska göra för att få se de underjordiska. Man tar ett högt glas och diskar det i rosenvatten och därefter i ringblomsvatten. Ringblommorna måste dock vara plockade i öst. Man häller olja i glaset, lägger i ringblommor och blommor eller skott av vild timjan. Timjankvistarna måste vara plock-



Svenska Örtasällskapet

ade nära den höjd där de underjordiska håller till. Glaset ska stå i solen i tre dagar. Varje gång man vill se de underjordiska är det bara att gnida in ögonen med lite av oljan. Och oljan håller tills man förbrukat den, står det i receptet.

”Det är väl ej underligt, att denna blomma blifvit en stor favorit. Mot slutet af sommaren uppträder den, gärna i stor flock, småler och utstrålar den mest ogrumlade lifsglädje från sina runda blommor. Från ljusaste solgult till varmaste orange omfattar den alla färgnyanser och ger stämning och uttryck åt alla skiftningar af strålande godt lynne, som det kan vara möjligt i blomstervärlden att framställa.”

Ur Från gamla trädgårdsland av Ida Sager (1910)

OBS. Allergiker bör iaktta försiktighet vid användning av ringblomma.

Lisbeth Flising

Källor:

Lisbeth Almark **Min örtagård** Rabén Prisma 1998

Lesley Bremness **Vår örtabok** Prisma 1990

Marie-Louise Eklöf **Gröna apoteket** Prisma 2007

Pater Kilian **Lilla Klosterapoteket** Walström och Widstrand 2005

Kersin Ljungqvist **Nyttans blommor** Calluna förlag 2006

Jekka McVicar **Örtaboken** Wahlströms 1994

Arvid Månsson Rydaholm **En mycket nyttig Örta-book** Bokförlaget Rediviva 1987

Den virtuella floran