



Svenska Örtasällskapet

Mattram

Det numera gällande vetenskapliga namnet för mattram är *Chrysanthemum parthenium* Bernh. (Johann Jakob Bernhards). Tidigare och även nu använda vetenskapliga namn är *Tanacetum parthenium* Sch.Bip. (Carl Heinrich "Bipontinus" Schultz) eller *Matricaria parthenium* L. (Carl von Linné) Tillhör ("familjen" - ordet familj visas i slutstavelsen i Asteraceae) *Asteraceae* (korgblommiga)

Gamla svenska namn är moderört, pyttram, bertram och silverknappar.

På norska och danska Matrem, finska Reunuspäivänkakkara, engelska Feverfew, tyska Mutterkraut

Etymologi: Artnamnet parthenium kommer av grekiskans *parthenos* (flicka, jungfru) vilket anses syfta på att de gamla grekerna använde den som botemedel mot kvinnosjukdomar. Det svenska namnet mattram kommer av *Matricaria* som är det vetenskapliga namnet på släktet kamomill-er.

Härkomst och utbredning: Mattram kommer utsprungligen från sydöstra Europa, Kaukasus och Balkan, varifrån den spred sig via medelhavet till många andra delar av världen, däribland till nordligare delar av Europa och Nordamerika. Mattram är en odlad prydnadsväxt som ofta förekommer förvildad. Arten är känd sedan medeltiden. Den är ganska vanlig, förvildad nära bebyggelse. Växer vid vägkanter, ödetomer, murar, tippor, ruderatmark, vid fiskelägen.

Beskrivning: Mattram är en ett- eller flerårig ört som har en starkt aromatisk doft. Inte bara blommorna, utan även stjälk och blad doftar. Den är en hårdig perenn men självsår sig villigt och odlas vanligen som ettårig. En dekorativ, robust och livskraftig växt som växer vild på torra, väl-dränerade jordar. Stjälkarna är upprätta, lätt ludna, färade, runda och förgrenade. Växten kan bli 30-80 cm hög. Den breder ut sig ca 45 cm. Bladen är vanligen ljusgröna, brett äggrunda och mer eller mindre djupt parflikiga med mellan två och fem loberade flikar. Holkfjäll som är gröna och dunhåriga. Mattram blommar från juni-juli till september och har vanligen många, 5-30 stycken, små blomkorgar som sitter i en kvastlik ställning. Korgarna är ungefär två centimeter breda, med vita, ibland gula, tunglika, 2-7 mm långa strålblommor och gula, rörliga diskblommor. Disken är platt i motsats till kamomill som har klart toppig disk. Blommorna liknar prästkragen men är mindre. Det förekommer också exemplar utan strålblommor och trädgårdsformer med korgar fyllda av strålblommor. Frukt med 5-8 ribbor.

A.J. Retzius skrev 1806 i sin "Försök til en Flora Oeconomica Sveciae" följande om mattram:

"Finnes på några ställen i Städer och Byar, wid hus, gården och i kåltäppor wildt växande, utan twifwel kommen til en början ur Trädgårdar. Man har deraf en art med fyllda pipiga blommor, som för sitt wackra utseende får rum i Blomsterqwarter, fast man gärna flyr dess stinkande luckt. Blommorne så wäl som bladen af Mattram hafwa en stark och för de flästa obehagelig



Svenska Örtasällskapet

både lukt och smak; men det är och i grund af denna som den varit brukad af åtskillige emot Moderkolik, dels såsom et Kryddthee, dels stött til pulwer, en fingerbår i sänder.”

Arter: *Tanacetum parthenium* 'White Bonnet'. Härdig perenn. Höjd 30 cm, breder ut sig 45 cm. Dubbla vita blommor. *Tanacetum parthenium* 'Aureum'. Härdig perenn. Höjd 15-30 cm, breder ut sig lika mycket. Små, enkla, vita blommor och gyllengula blad som är färgstarka nästan hela sommaren men bleknar mot hösten. *Tanacetum parthenium* 'Flore pleno' med fyllda vita blommor med gul disk. *Tanacetum parthenium* 'Santana' helt vita blommor
Mattram förekommer i många olika sorter.

Odling: Fröna, som är ganska små, ljusbruna, smala och platta, klumpar gärna ihop sig. Blanda dem därför gärna med sand eller perlite. De gror snabbt, på 7-10 dagar. Behöver ingen extra värme. Plantera ut med 30 cm mellanrum så snart skotten är hanterbara och har avhärdats. Vid höstsådd måste späda plantor övervintras under täckning. Delas tidigt på hösten. Stickingförökning sker med stamsticklingar på sommaren, se till att det inte finns blommor med på dem.
Mattram är tålig och växer gärna och överallt så välj växtplats med omsorg. Den tycker bäst om ett soligt läge och lerhaltig jord som gödslats med stallgödsel.

Skörda bladen före blomningen, torka om de skall användas i medicinskt syfte.

Ha den inte inomhus i kruka, den blir lång och ranglig, men utomhus trivs den bra i kruka, ampel eller balkonglåda. Skär tillbaka efter blomning för att ge plantan fin form.

Användning: Mattram odlas ofta som prydnadsväxt och kan klippas till en låg, blommande häck. Mattram har använts och används som läkemedel. Enligt Kerstin Ljungqvist har den sedan gammalt använts som stärkande, lugnande och febernedsättande medel.

Bladen är mycket bittra i smaken så användning i sallader bör göras med försiktighet. Mattram har använts som krydda i mustiga grytor. Kött och fisk har, speciellt sommartid, gnidits in och packats in med mattramblad för att få längre hållbarhet. Man kan dricka te som mildt lugnande medel, för bättre aptit och mot muskelkramper.

Nyman skrev 1867 att den brukats ”till pulver mot mask och dess dekokt har ansetts verksam i flera krämpor”. Örtkännaren Gerard rekommenderade att örten skulle användas torkad mot yrsel och vimmelkantighet. I flera århundraden har den ansetts hjälpa mot melankoli. Mattram har enligt Knight (1995) använts sedan urminnes tider mot allehanda febersjukdomar (därav det engelska namnet) och flera olika åkommor som psoriasis, magont, reumatism astma, tandvärk, menstruationsproblem, insektsbett och hotande missfall. Den har kallats medeltidens acetylsalicylsyra.

På 1600-talet gav Culpeper rådet att mattram kunde brukas mot huvudvärk och förkylningar. Arvid Månsson Rydaholm skriver i sin bok ”En myckit nyttigh Örta-Book” att matram har 11 dygder. Här återges några av dem: 4 Matram ätin med fröet, då dräper det maskar i livet. 5 Vatten som är bränt av matram, är gott för en förstoppad maga, och fördriver svullnad, om det drickes dagliga,



Svenska Örtasällskapet

och man blandar sin dryck där med. 6 Vatten som är bränt av matram, är god för röde blemmor i ansiktet, om man tvättar ansiktet där med, två gånger om dagen.

Under senare delen av 1700-talet ansågs den som ett utmärkt medel för den som förstört sin hälsa med för mycket opium.

I sin bok "Hekseurter" skriver Anemette Olesen om matram: Bær planten på kroppen så du ikke kommer ud for ulykker, og du bliver heller ikke forkølet. Afkog af planten hjælper på dårligt humør, hvis du drikker afkoget i små slurke. Blomster drikkes i te til at styrke blodcirkulationen.

Nu för tiden används växten vid behandling av migrän och dess blad tros ha gynnsam inverkan vid muskelkramp. Under 1970-talet gjordes flera kliniska försök under en 6-månadersperiod och det visade sig att ca 70% av de migrändrabbade upplevde förbättring. För 18% fick preparatet otrevliga bieffekter.

Enligt en rapport från Institutionen för Fysiologi och Farmakologi vid Karolinska Institutet vt 2007 (10-poängsarbete)

"Matram som profylax vid migrän" konstaterar författaren att "Matram har effekt som förebyggande drog mot migrän och tolereras mycket väl under långtidsanvändning och ger inga allvarliga biverkningar. Mer grundforskning behövs för att fastlägga den aktiva substansen/substanserna i drogen som ger effekt."

En annan rapport från Institutionen för Läkemedelskemi vid Uppsala Universitet visade att flera undersökningar gjorts som visar att matram har effekt, men det fanns också undersökningar som inte gav någon säker effekt.

Örtens migränlindrande verkan antas bero på att den sakta häver de muskelkramper

som hör samman med många former av migrän. Enligt en annan källa, Kerstin Ljungqvist, kan den till och med hindra uppkomsten av de muskelkramper som utlöser migränanfall. Växten har kumulativ effekt, det vill säga verkan uppnås först efter en tids användning. För att lindra migrän kan man äta 3-5 färska blad om dagen mellan ett par brödkivor. Ta grovt bröd som är bra för magen. Lägg gärna i en kvist mynta, mejram eller persilja. Obs överdosera inte.

Den totala effekten av de aktiva ämnena i matram har en starkt kramplösande och samtidigt en smärtlindrande verkan.

Matram har även visat sig verksam mot depressioner, illamående, hosta och ledsmärtor.

En dekokt eller ett avkok på bladen blir ett svagt antiseptiskt medel.

Man kan skölja munnen med avkok på matram efter tandutdragning eller dricka det som mild laxermedel

En påse fylld med blad håller malen och andra kryp på avstånd.

Avkok av blad användes i gamla tider som lotion mot hudfläckar. Färska mosade blad kan användas som lindrande omslag vid svullnader och insektssting.

Blommorna ger färg åt potpurrier.

Innehåll: bitterämnen, parthenolid, i blommorna ca 0,5% och i bladen under blomningen ca 0,3%, eterisk olja 0,3%.

Varning: Man kan få munsår vid intag av matram. I Sven-Olof Strandhedes bok "Farliga och ofarliga växter" uppges matram innehålla doftämnen som kan verka irriterande. Flera rapporter finns en-



Svenska Örtasällskapet

ligt boken om att direktkontakt kan orsaka allergisk dermatit.

Lisbeth Flising

Källor:

Den virtuella floran

Wikipedia

Jekka Mc Vicar: *Örtaboken* Wahlströms förlag 1994

Lesley Bremness: *Vår Örtabok* Prisma 2000

Marie-Louise Eklöf: *Gröna apoteket* Prisma 2007

Anemette Olesen: *Hekseurter* Skarresøhus Forlag 2006

Kerstin Ljungqvist: *Nyttans växter* Calluna förlag 2006

Sven-Olof Strandhede: *Farliga och ofarliga växter* 2002

Arvid Månsson Rydaholm: *En myckit nyttigh ÖRTA-BOOK* 1642 Rediviva 1987

Rapport från Institutionen för Fysiologi och Farmakologi vid Karolinska Institutet vt 2007 (10-poängsarbete) "*Mattram som profylax vid migrän*"

Mary Hagelin Emilsson, Institutionen för Läkemedelskemi, Uppsala universitet: *Mattram* ht 2006

Steinar Dragland & Bertalan Galambos: *Produksjon og første-foredling av Medicinplanter* Forskningsparken i Ås As 1996

David Knight Feverfew: Chemistry and biological activity. *Natural product reports* 1995