

Braam (*Rubus fruticosus* L.)

Geschreven door Martine

zaterdag, 13 november 2010 13:46 - Laatst aangepast zaterdag, 25 februari 2012 13:21

Inhoud:	*	Historiek
* Voorkomen	Plantenprofiel *	Bloeitijd *
* Werking	Gebruikte delen *	Inhoudsstoffen *
* Bijwerkingen	Indicaties *	Contra-Indicaties *
* Synergie	Interacties *	Doseringen *



Braam (*Rubus fruticosus* L.)
[Familie](#) > [Bomen & Struiken](#)
Historiek

De braam (*Rubus fruticosus*) behoort tot de familie der roosachtigen (Rosacea). De naam fungeert tegelijkertijd als waarschuwing: 'bramen' zijn stekelige voorwerpen waar je best voorzichtig mee omspringt.

Braam (*Rubus fruticosus* L.)

Geschreven door Martine

zaterdag, 13 november 2010 13:46 - Laatst aangepast zaterdag, 25 februari 2012 13:21

Weinige plantensoorten weten zich zo snel te verspreiden en op de onmogelijkste plaatsen te handhaven. In dorre woestijnen (het brandende braambos van Mozes) of langs steile oevers (Hannibal spant een hinderlaag in 218 v. Chr. nabij een zijrivier van de Po met steile oevers en dichtbegroeid door braambessen en andere stekelige planten). Ook rond het kasteel van Doornroosje groeide een ondoordringbare haag van bomen, bramen en doornstruiken.

De ironie wil dat deze 'kwetsende' plantensoort geneeskrachtige eigenschappen heeft om wonden te helen. De oude Grieken gebruikten aftreksels van braambladeren om wonden te reinigen of om keelpijn te verzachten. Ze wendden ook bramen aan voor jicht en diarree. Braambessen zijn immers zeer vezelrijk en hebben dus een constiperend effect.

Het wordt in Middeleeuwse kruidenboeken ook genoemd als middel tegen maagpijn en tandvlees problemen.

Een oud bijgeloof in Groot Brittanië zegt dat na 15 september bramen niet meer gegeten dienen mogen worden. De duivel zou ze dan geclaimd hebben en een merkteken op de bladeren achtergelaten hebben. Mogelijk vindt de legende zijn oorsprong in de grotere kans op grauwe schimmel op de plant. En dat bijgeloof gaat zelfs terug op een nog ouder verhaal dat in de herfst geesten en overledenen de bessen nodig hebben voor hun reis naar de onderwereld.

Hoe dan ook, de bramen zijn waarschijnlijk reeds goed bekend sinds de pre-historie en zelfs vandaag blijven ze nog verwonderen. Recentelijk zijn van enkele 'phytochemische' elementen vastgesteld dat deze de vorming van kankercellen tegengaan.

Plantenprofiel

Braam (Rubus fruticosus L.)

Geschreven door Martine

zaterdag, 13 november 2010 13:46 - Laatst aangepast zaterdag, 25 februari 2012 13:21

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Bloeitijd

juli – augustus

Voorkomen

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Gebruikte delen

Lorem

Inhoudsstoffen

- lorem
- ipsum
- dolor

Werking

- sit
- amet
- consecitur

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Indicaties

- lorem
- ipsum
- dolor

Contra-indicaties

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Bijwerkingen

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Interacties

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

Doseringen

Inwendig: ...

Uitwendig:

Synergie

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation ullamco laboris nisi ut aliquip ex ea commodo consequat. Duis aute irure dolor in reprehenderit in voluptate velit esse cillum dolore eu fugiat nulla pariatur.

[Literatuurlijst en Referenties](#) * [Top](#)