



**SAVONIA**

■ OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO  
LUONNONVARA- JA YMPÄRISTÖALA

# HEVOSTEN LUONNONMU- KAISET HOIDOT

Kasveihin perustuvat hoitomuodot

TEKIJÄ: Heini Friman

Koulutusala Luonnonvara- ja ympäristöala	
Koulutusohjelma Maaseutuelinkeinojen koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Heini Friman	
Työn nimi Hevosien lunnonmukaiset hoidot, Kasveihin perustuvat hoidot	
Päiväys	2.11.2015
Sivumäärä/Liitteet	57/2
Ohjaaja(t) Katriina Pylkkänen, Pirjo Suhonen, Petri Kainulainen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t)	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Kasvilääkintä on vanha hoitomuoto lääkittää ihmisiä ja eläimiä. Kasvilääkinnällä on pitkät perinteet itämaissa, joissa se on vieläkin käytössä. Monissa kasveihin perustuvissa hoitomuodoissa, kuten Bachin kukkaterapiassa, hoidetaan hevosta psykofyysisenä kokonaisuutena. Tämä tarkoittaa sitä, että samalla hoidetaan sekä hevosen mieltä ja kehoa. Homeopatian perusideana on, että samankaltainen parantaa samankaltaisen (<i>Similia similibus curentur</i>). Homeopaattinen lääke aiheuttaa siis laimentamattomana samoja oireita kuin se laimennettuna parantaa sairaita. Homeopaatti hoitaa eläintä omistajan kertoman ja omien tutkimuksiansa perusteella. Aromaterapian käyttö perustuu hajuaistin hyödyntämiseen ja koska hevosella on moninkertaisesti parempi hajuaisti kuin ihmisellä, tämä hoitomuotoa on käytettävä varoen hevosta hoidettaessa.</p> <p>Monista niin sanotuista rikkakasveista, kuten lutukasta, nokkosesta ja voikukasta löytyy monia vaikuteaineita, joita voidaan kasvilääkinnässä hyödyntää eri sairauksien hoidossa. Kasvi- eli fytoterapia soveltuu käytettäväksi hevosen eri elämänvaiheissa ja erilaisille hevosille, erilaisissa käyttötarkoituksissa, niin harraste- kuin kilpahevoselekin. Monia kasviterapiassa käytettäviä rohtoja löytyy jo omasta keittiöstä, kuten valkosipulia ja basilikaa. Kasveja kerätessä tulee olla tarkka kasvien laadusta ja puhtaudesta.</p> <p>Opinnäytetyötä varten kysyttiin luontaishoitoja tarjoavilta henkilöiltä heidän kokemuksiaan hoidoista sähköpostitse. Vastaaajien yhteystiedot saatiin Suomen Homeopaattit ry:n nettisivuilta. Tuloksia käsitellään kappaleessa 8 Luontaishoidot ja niiden saatavuus. Kappaleessa käsitellään kyselyyn vastanneiden luontaishoitajien omia kokemuksia hoidoista.</p> <p>Tässä opinnäytetyössä esiteltyjä hoitoja voidaan hyödyntää hevosten lisäksi myös muille eläimille, niin lemmikeille kuin tuotantoeläimillekin. Tuotantoeläimiä hoidettaessa on otettava huomioon lääkkeen mahdolliset teurasvarojat. Näistä saa tietoa eläinlääkäreiltä ja Evirasta.</p>	
Avainsanat Homeopatia, aromaterapia, kasvilääkintä, Bachin kukkaterapia, lääkekasvit, hevonen, luontaishoidot	

Field of Study Natural Resources and the Environment			
Degree Programme Degree Program in Agriculture and Rural Development			
Author(s) Heini Friman			
Title of Thesis Natural remedies for horses, Treatments based on plants			
Date	2.11.2015	Pages/Appendices	57/2
Supervisor(s) Katriina Pylkkänen, Pirjo Suhonen, Petri Kainulainen			
Client Organisation /Partners			
<p>Abstract</p> <p>Plant- derived medicine is an old form to heal people and animals. It is still in common use in the Eastern parts of the world such as China and Russia. In many treatments based on plants such as Bach flower remedies, the animal is treated as a psychophysical entity. The basic idea in homeopathy is that similar treat similar illnesses. It means that an undiluted homeopathical drug causes similar symptoms that its diluted version cures. Practitioners of homeopathy treat horses according to the owner's report as well as his or her own professional observation. The aromatherapy is based on the sense of smell, and since the horses have a sense of smell many times better than humans, that kind of treatment must be used with care.</p> <p>Many of so called weeds, such as heeperd's purse, nettle and dandelion, contain many substances which can be used in plant- derived medicine to cure illnesses. Plant- derived medicine or phytotherapy can be applied in all states of horse's life, to different kinds of horse, on backyard ponies and race horses alike. Many of the plants used on plant- derived medicine can be found in your own kitchen such as garlic or basil. When collecting plants to be used in phytotherapy, you must make sure they are clean and of good quality. You also have to know how to use those plants and which illness to use them against.</p> <p>As a part of this thesis, a questionnaire was made for professionals of the field about their own experiences with methods they offer. The questionnaire was sent to the experts via e-mail. The contact information of the experts was taken off the web pages of the Association of Finnish Homeopaths. The answering period of the questionnaire was one week. The collected results were then compared and analyzed. Because only two out of four people answered to the questionnaire, there can't be made scientific conclusions. The results are shown in the chapter 8 Natural remedies and their availability. The results are shown by opinions of the persons who treats horses with their methods.</p> <p>The remedies which are presented in this thesis can be used on production animals and pets alike. When using these remedies to the farm animals, you must be certain of withdrawal period of the active agents. You can get more information on the withdrawal times from your veterinarian or from Evira, the Finnish Food Safety Authority.</p>			
Keywords Homeopathy, aromatherapy, plant medicine, Bach flower remedies, horse, natural remedies			



## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO.....	6
2	AROMATERAPIA.....	9
2.1	Miten öljyä käytetään? .....	10
2.2	Yleisimmät aromaterapeuttiset kasvit .....	11
3	BACHIN KUKKATERAPIA JA RESCUE REMEDY-APUTIPAT .....	16
4	HOMEOPATIA .....	17
4.1	Potessointi.....	18
4.2	Lääkeaineet ja annostus .....	18
4.3	Yleisimmät homeopaattiset lääkkeet.....	19
5	FYTOTERAPIA ELI KASVITERAPIA.....	22
5.1	Mikä kasveissa vaikuttaa? .....	22
5.1.1	Alkaloidit .....	22
5.1.2	Eteeriset eli haihtuvat öljyt .....	22
5.1.3	Muut vaikuteaineet.....	23
5.2	Fytoterapia eri elämänvaiheissa .....	24
5.2.1	Nuoret eläimet .....	24
5.2.2	Kilpahevoseet .....	24
5.2.3	Tammat.....	25
5.2.4	Kastroidut eläimet .....	25
5.2.5	Vanhat eläimet ja toipilaat .....	25
6	LÄÄKEKASVIT JA NIIDEN KÄYTTÖ .....	27
6.1	Yrttivalmisteiden valmistaminen .....	28
6.2	Lääkekasvit .....	30
7	LUONTAISHOIDOT JA NIIDEN SAATAVUUS .....	48
7.1	Mistä hoitoja saa? .....	48
7.2	Hoitajien kokemuksia hoidoista .....	49
8	PÄÄTELMÄT.....	50
	LÄHTEET.....	52
	LIITE 1: KYSELY OPINNÄYTETYÖHÖN LIITTYEN.....	53

## 1 JOHDANTO

Kasvi- eli fytoterapia on luonnollinen ja toimiva keino hoitaa eläinten terveyttä. Kautta historian eläimet ovat vaistojaan noudattaen hoitaneet itseään erilaisilla kasveilla paljon enemmän kuin nykyisin. Yrteillä voidaan ennaltaehkäistä ja hoitaa eläinten vaivoja parantamalla samalla eläinten yleiskuntoa ja vastustuskykyä. Monissa maissa, kuten Venäjällä ja Aasiassa, kasvilääkinnällä on pitkät perinteet niin ihmisten kuin eläintenkin hoidossa. Monet alkuperäiskansat osaavat hoitaa hyötyeläimiään kasvilääkinnällä, joka perustuu perimätietoon. Suomessa kasvilääkinnän oppaita ei ole juurikaan julkaistu sitten Lönnerotin *Flora Fennican* (1866).

Kasvilääkintä on yleistymässä eläinten hoidossa, koska kasveja ja niiden ominaisuuksia tunteva hoitaja voi kerätä kasvit itse ja valmistaa niistä kasviterapeuttisesti toimivia valmisteita. Hoitajan on tunnistettava eläimelle tarjoamansa kasvit! Ei pidä luottaa eläimen vaistoon, että se ei syö myrkyllisiä kasveja, sillä nälkäinen eläin saattaa syödä jopa myrkyllisiä kasveja. Hoitajan on hankittava paljon tietoa kasveista voidakseen hoitaa eläimiään. Aluksi riittää, että tuntee suurimman osan kauppayrteistä. Kun kasveja on opittu tunnistamaan, on tiedettävä mihin vaivaan niitä käytetään. Useimmat yrtit vaikuttavat moniin eri vaivoihin. Useimmiten käytettävissä olevien yrttien määrä on rajallinen, jonka vuoksi eläinten hoitajan on tiedettävä hankkimiensa kasvien muut hoitavat ominaisuudet, silloin kun ensisijaista kasvia ei ole saatavilla. Myös eläimen koko (varsinkin pienet eläimet), ikä, kunto, mahdollinen allergisuus ja mahdollinen tiineys on otettava huomioon. Hoitajan on myös tiedettävä eri tavat, joilla kasvia voi eläimelle antaa. Väärä käsittely tuhoaa kasvin hoitavia ominaisuuksia, jonka jälkeen kasviterapeuttisesti kasvista ei ole mitään hyötyä. Rauhoitettuja tai uhanalaisia ja harvinaisia kasveja ei saa kerätä. Osa rohdoskasveista voidaan kasvattaa itse puutarhassa tai parvekkeella.

Suomessa kasvilääkintää käytettiin yleisesti vielä 1900-luvun alkupuolella. Useimmat rohdokset olivat kasvipäisiä, mutta niihin käytettiin myös eläinperäisiä osia, mineraaleja ja kuituja, kuten villaa. Apuna käytettiin myös esimerkiksi lämpöä tai kylmyyttä. Aikaisemmin kasvien ominaisuudet olivat laajalti tiedossa ja yhteneväisiä eri puolilla maata ja maailmaa. Tiedettiin mikä kasvi vaikuttaa kiihmyyden ja mikä vaikuttaa maidontuotantoon. Tieto kasveista siirtyi sukupolvelta toiselle parantajien ja tavallisten ihmisten kautta. Useimmiten näihin hoitoihin liittyi joku rituaali, kuten eläimen kävelyttäminen tiettyyn ilmansuuntaan tai tasajaloin hyppiminen. Usein näiden rituaalien taustalla oli kuitenkin jonkin aineen antaminen tai muu konkreettinen hoitotoimenpide. Eläimelle annettiin rohdoskasveja tai niistä tehtyjä valmisteita joko ulkoisesti tai sisäisesti. Kansanparantajat joutuivat kokeilemaan useampia eri aineita ja keinoja, ennen kuin oikea löytyi. Ajoissa löydetty oikea aine paransi eläimen, aina apukeinoa ei löytenyt ja potilas menehtyi. Näin tapahtuu myös nykyään, varsinkin eläinten kohdalla. Ennen ei uskallettu tai osattu tehdä leikkauksia, joita nyky lääketieteen valossa osataan ja uskalletaan tehdä ja niistä suoriudutaan hyvin. Kansanparantajat eivät näitä osanneet tehdä ja potilas menehtyi hyvin usein. Syynä tähän oli hygienian puute. (Tuomivaara 2009, 9-14.)

Nykyaikana kiinnostus vaihtoehtoisia hoitomuotoja kohtaan, niin ihmispuolella kuin eläinpuolellakin, on lisääntynyt. Luontaishoidoiksi voidaan määritellä kaikki ei-lääketieteellinen hoitomuoto. Luontaishoidoissa hoidetaan eläintä tai ihmistä kokonaisuutena, jossa kaikki asiat vaikuttavat toisiinsa. Esimerkiksi Bachin kukkaterapiassa hoidetaan eläimen psykofyysistä kokonaisuutta, jossa kaikki ovat liitoksissa toisiinsa. Heal thyslef eli paranna itsesi on Bahcin kukkaterapian ydin.

Tässä opinnäytetyössä keskitytään kasveilla toteutettaviin hoitomuotoihin. Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää luontaishoitojen käyttöä ja tunnettavuutta haastattelemalla alan asiantuntijoita. Opinnäytetyössä esitellyt kasvit ja niistä valmistetut valmisteet esiintyvät useaan kertaan eri otsikoiden alla, sillä samoja kasveja voidaan hyödyntää eri tavalla eri hoitomuodoissa.

Luontaishoidoissa on tärkeää tietää mitä hoitoa, lääkettä tai menetelmää käyttää mihinkin vaivaan. Jos eläin on vakavasti sairas, tulee kutsua eläinlääkäri paikalle! Kasvilääkinnästä ja muista luontaishoidoista voi olla suuri apu eläimen tilan helpottamiseksi ennen eläinlääkärin saapumista. Eläinlääkärille on kuitenkin hyvä kertoa, jos luontaislääkintää on käyttänyt eläinlääkäriä odotellessa. Hoidot sopivat kaiken kokoisille ja -ikäisille eläimille.

Tähän opinnäytetyöhön liittyen toteutettiin pienimuotoinen kysely alan ammattilaisille. Kyselyllä kerrotettiin hoitajien kokemuksia omista tarjoamistaan hoidoista. Hoitajien yhtetystiedot saatiin Suomen Homeopaatir ry:n nettisivuilta ja kysely lähetettiin heille sähköpostitse. Vastauksia on tarkemmin käsitelty luvussa 7 Luontaishoidot ja niiden saatavuus.

Luontaishoidoiksi voidaan määrittää kaikki valtavirrasta poikkeavat hoitomuodot. Usein näitä niin sanottuja uskomushoitoja ei lueta tiedeyhteisöissä tieteeksi. Luontaishoidot, joista käytetään myös nimitystä luontaislääkintä, eivät häiritse elimistön normaalia toimintaa. Luontaishoidoiksi katsotaan muun muassa hieronta, shiatsu, kiropraktiikka, osteopatia, akupunktio ja refleksologia eli vyöhyketerapia.

Luontaislääkintää on harjoitettu kauan. Lääketieteen isää Hippokratesta (460- 377 eaa.) voidaan pitää myös luontaislääkinnän isänä. Häneltä periytyy luontaislääkinnän kaikkein tärkein periaate; luonnollisten parannusvoimien herättäminen. Keskiajalla luontaislääkintää harjoitettiin luostareissa, joissa viljeltiin lääkekasveja. Upsalan yliopiston lääketieteen professori Carl von Linné (1707- 1778) luennoi elinaikanaan terveistä elämäntavoista ja lääkekasvien vaikutuksista teoksessaan *Clavis medicinalis* (Lääkinnän avain). (Wikipedia, Luontaislääkintä.)

Myös yhtenä kasvilääkinnän kehittäjänä voidaan pitää Alfred Vogelia (1902- 1996). Hän perusti Suomeen vuonna 1977 nimeään kantavan lääkekasveihin perustuvan yrityksen. Hän syntyi ja vietti nuoruutensa Sveitsissä, jossa hänen isänsä ja isovanhempansa tutustuttivat hänet lähiseudun rohtokasveihin. Hän teki elämänsä aikana monia tutkimusmatkoja muun muassa Afrikkaan ja Uuteen-Seelantiin luonnonkansojen pariin. Vogel omisti koko elämänsä luonnonmukaisen terveydenhuollon ja kasvilääkinnän kehittämiseen. Tunnetuimpia hänen tuotteistaan lienevät Herbamare- yrttisuola ja Molkosan- heratiiviste. (Vogel-nettisivut.)

Keskeiset käsitteet

**Aromaterapialla** tarkoitetaan eteeristen öljyjen käyttöä fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin lisäämiseen.

**Bachin kukkaterapia** koostuu 38 kasvista uutetuista yhdisteistä, joilla hoidetaan eläimen mielentilaa.

**Eteeriset öljyt** ovat haihtuvia, aromaattisia ja kemiallisesti hyvin monimuotoisia aineita, joiden pitoisuus kasveissa vaihtelee paljon.

**Fytoterapia** tulee kreikan sanoista *fyton* eli kasvi ja *terapia* eli parantaa.

**Homeopatiassa** homeopaattinen lääke aikaansaa kehon oman parannusprosessin.



## 2 AROMATERAPIA

Aromaterapian isänä pidetään ranskalaista kemistiä René- Maurice Gattefosséa, joka tutki eteerisiä öljyjä ja alkoi käyttää nimitystä aromaterapia huomattuaan joidenkin eteeristen öljyjen ilmaa puhdistavan ominaisuuden. Hän tutki paljon eteerisiä öljyjä ja huomasi, että osalla niistä oli suurempi antiseptinen voima kuin monilla synteettisesti valmistetuilla öljyillä. Yksi hänen tekemistään huomioista kiinnittyi laventeliöljyyn ja sen tehoon palovammojen hoidossa. Laventeliöljyllä hoidettu palovamma parani nopeasti eikä palovammasta jäänyt arpea. Gattefossé kirjoitti kirjan eteerisistä öljyistä 1937. (Ingraham 2006, 5.)

1800-luvulla huomattiin monien sairauksien johtuvan mikro-organismeista. Todettiin, että Ranskan kukankasvatusalueilla esiintyi vähemmän tuberkuloosia. Tutkimukset osoittivat, että rauhas- ja kelta-kuumetta aiheuttavat mikro-organismit olivat helppo tappaa altistamalla ne valikoimalle antibakteerisia ja antiviraalisia (viruksia tappavia) öljyjä. Näin eteerisistä öljyistä tuli nopeasti tärkeä osa lääkärin- ja eläinlääkärin laukkaa. Eteeristen öljyjen käyttö väheni 1900-luvun puolivälissä synteettisten lääkkeiden tuotannon myötä, vaikka monet uusista lääkkeistä perustuivat eteeristen öljyjen molekyyli-rakenteeseen. Uudet lääkkeet vaikuttivat tehokkaammilta. Niitä oli helpommin saatavilla, mutta niistä puuttui luonnon elinvoima, jota luonnon kasveissa esiintyy. (Ingraham 2006, 5.)

Aromaterapialla tarkoitetaan eteeristen öljyjen käyttöä fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin lisäämiseen. Eteeriset öljyt uutetaan kasveista. Näillä öljyillä hoidetaan vaivoja hajuaistin ja ihon läpi imeytymisen kautta, jolloin ne samalla myös kiihdyttävät pintaverenkiertoa. Aromaterapeuttisia eteerisiä öljyjä käytetään harvemmin sisäisesti. Öljyjä käyttämällä voidaan säädellä ja tasapainottaa ruumiinlämpöä, hengitystä, verenpainetta ja natrium-kaliumtasapainoa. Öljyt vilkastuttavat nestekiertoa ja aineenvaihduntaa sekä rentouttavat lihaksia. Suurella osalla öljyistä on hormonaalinen, umpirauhasten toimintaa tasapainottava vaikutus. Aromaterapeutti hieroo hoidettavan oireen mukaan valitut öljyt eläimen iholle. Eläinten hoidossa aromaterapian käyttömahdollisuudet ovat melko suppeat. Lähinnä kysymykseen tulevat linimenttityyppiset hierontaöljyihin ja haudepakkauksiin lisättävät aromit. Koska eläinten hajuaisti on monta kertaa herkempi kuin ihmisten, on aromaterapiaa käytettävä varovasti. (Tuomivaara 2009, 30; Ingraham 2006; 5, Nyman 2005, 49.)

Eteeriset öljyt ovat tiivisteitä, joita saadaan tislamalla yrttejä, kukkia, hedelmiä, hartseja, juuria ja siemeniä. Kaikilla öljyillä on omat ominaisuutensa, joita hyödynnetään kun valitaan öljyä tilanteen mukaan. Monet öljyt ovat antiseptisiä eli tulehduksia estäviä ja hillitseviä. Tällaisia öljyjä ovat esimerkiksi siankärsämä ja laventeli. Öljyt vaikuttavat eri ruumiintoimintoihin eri tavalla, riippuen mihin käyttöön öljy on valittu. Aromaterapiaa voidaan käyttää tukihoidona esimerkiksi flunssaan, yskään, kurkkukipuun, poskiontelontulehdukseen, ja sillä voidaan saada lievitystä reumatismiin oireisiin sekä stressipohjaiseen masennukseen ja ahdistuneisuuteen. Suoran fyysisen vaikutuksen lisäksi aromaterapialla pyritään vaikuttamaan myös henkiseen energiaan, jonka aktivoimisella on paranemisessa merkittävä vaikutus. (Ingraham 2006, 5; Nyman 2005, 49.)

## 2.1 Miten öljyä käytetään?

On tärkeää tutustua huolella käyttöohjeisiin ennen kuin öljyä ryhdytään hevoselle valitsemaan. Hevosen hajuaisti on herkkä. Hevoset haistavat öljyä ensin toisella sieraimella, joka on yhteydessä aivojen vastakkaiseen puoliskoon ja sitten toisella, jos haju niitä kiinnostaa. Hevoselle annetaan korkeintaan viisi öljyä kerralla, joita se haistaa. Näistä se valitsee mieluisimman tai mieluisimmat. Hevosen reaktiota valittuihin öljyihin on tarkkailtava. Hevonen osoittaa kiinnostuksensa öljyyn esim. haistamalla öljypulloa molemmilla sieraimillaan, yrittämällä maistaa pulloa (pidä pullosta tiukasti kiinni) tai kääntämällä päänsä pois ja luimistamalla korviaan. Öljyä, jolle hevonen luimistaa korvansa ei tule tarjota. Jos hevonen valitsee kaksi öljyä, tehdään niistä sekoitus, jossa painotetaan hieman enemmän hevoselle mieluisampaa öljyä. Öljyjä on kahdenlaisia, pohjaöljyjä ja eteerisiä öljyjä. Pohjaöljyjä ovat esimerkiksi jojoba-, viinirypäleensiemen-, manteli-, kärsimyskukka- ja avokadoöljyt. Eteeriset öljyt laimennetaan pohjaöljyihin. Öljyjen sekoittamisen tarkoituksena on valita oikea öljy tai öljy-yhdistelmä yksilöllisesti hevoselle. Jokaisen hevosen tarpeet riippuvat ongelman asteesta ja luonteesta. Kuitenkaan yli kolmea öljyä ei saa sekoittaa keskenään yhteen seokseen. Kukkaisöljyt, antiseptiset öljyt ja ruokaiset öljyt kannattaa pitää kukin omana seoksenaan eikä sekoittaa keskenään. Osaa öljyistä kuten, laventeli, teepuu, siankärsämö ja saksalainen kamomilla, voidaan käyttää laimentamattomina pieniin haavoihin, sillä niillä on puhdistava ja kipua turruttava vaikutus. Muutoin kaikki muut öljyt tulee laimentaa pohjaöljyyn, esimerkiksi aloe vera geeliin, tavalliseen geeliin tai lämpimään veteen. Kysy aina eläinlääkäriltä lupaa ennen kuin aloitat öljyjen käytön. Öljyjä ei saa käyttää kahta viikkoa kauempaa ilman ammattilaisen apua. Hevosta ei saa pakottaa hyväksymään öljyä, jota se hylkii. Kantavalle tammalle ei saa käyttää eteerisiä öljyjä muutoin kuin eläinlääkäriin määräyksestä ja vain hetkellisesti. (Ingraham 2006, 7, 10- 11.)

Öljyä voidaan käyttää ulkoisesti ja sisäisesti. Ulkoisesti käytettynä öljyä hierotaan hevosen sierainten ja/tai niskan alueelle. Vaihtoehtoisesti hevosen voi antaa nuolla öljyn kädestä. Kaulan alueelle sivelty öljy auttaa hengitystieongelmissa ja niskan alueelle sivelty öljy tunne-elämän ja käytösongelmien hoidossa. Virtsarakon ongelmia hoidettaessa öljyä sivellään takajalkojen väliin, missä iho on paljasta. (Ingraham 2006, 12- 13.)

Ulkoisesti käytettynä kasveista voidaan valmistaa hauteita, puuroja, alkoholi-, melassi- ja öljyutoksia ja voiteita. Näistä lisää luvussa 7 Lääkekasvit. Seuraavassa käsitellään valmisteita jokaisen kasvin kohdalla. Usein miten samaa kasvia voidaan hyödyntää sekä sisäisesti että ulkoisesti.



KUVA 1. Manteliöljy on yksi perusöljyistä. (Friman 2015)

## 2.2 Yleisimmät aromaterapeuttiset kasvit

**Teepuu** (*Melaleuca alternifolia*) on luonnon oma antibiootti. Se on antiseptinen ja tehokas sieni- ja viruslääke. Se on tehokas haavanpuhdistaja ja sitä voidaan käyttää laimentamattomana suoraan haavaan. Teepuuöljyllä vahvistetaan immunitettiin tartuntoja ja tulehduksia vastaan. (Ingraham 2006, 17; Nyman 2005, 51.)

**Laventeli** (*Lavendula angustifolia*) on kaupallisesti tarkastellessa yksi maailman tärkeimmistä rohdoskasveista. Laventeli on tunnettu fytoterapiassa, mutta etenkin aromaterapiassa sen käyttö on suosittua. Laventelia käytetään lähinnä ulkoisesti, sillä sen voimakas maku vaikeuttaa sen sisäistä käyttöä. Laventelilla on puhdistava ja bakteereja tappavia ominaisuuksia, joten sitä käytetään erilaisissa iho-ongelmissa kuten sieni-infektioissa. Laventelin eteerinen öljy vaikuttaa yrttipakkauksissa viilentävästi ja rauhoittavasti. Laventeli karkottaa myös kärpäsiä. (Ingraham 2006, 17; Tuomivaara, 2009, 173.)

**Siankärämä** (*Achillea millefolium*) sisältää runsaasti eteerisiä öljyjä. Siankärämön atsuleeni- nimen ainesosa antaa öljylle sen sinisen värin, on voimakas tulehdusta lievittävä ja antibakteerinen aine. Atsuleeni neutraloi kivun ja liiallisen kuumuuden haavassa. Siankärämöä voidaan käyttää laimentamattomana haavaan. (Ingraham 2006, 17.)

**Piparminttua** (*Mentha x piperita*) käytetään venähdyksiin ja kipuihin. Piparminttuöljyllä on tulehdusta lievittävä ja rauhoittava ominaisuus. Se edistää verenkiertoa ja ruoansulatusta. Piparminttuöljyssä esiintyvällä mentolilla on sieniä tuhoava vaikutus ja se on siksi hyvä öljy pälvisilsan hoitoon. (Ingraham 2006, 21, Morga, 2006, 16.)

**Rosmariinin** (*Rosmarinus officinalis*) vaikuttavia aineita ovat eteeriset öljyt, flavonoidit, terpeni (muun muassa eteerisissä öljyissä tavattavia hiilivetyjä) ja rosmariinihappo. Kasvi on melko vaateliias ja menestyy Suomessa vain kasvihuoneissa. Kasvi korjataan loppukesällä. Rosmariini on tunnettu tulehdusrohdoksena. Se on antiseptinen, edistää lihasten aineenvaihduntaa, puhdistaa elimistöä ja laukaisee kouristuksia. Se on myös tulehdusta estävä, joten sen käyttö flunssalääkkeenä on tehokasta. (Tuomivaara 2009, 163.)

**Humala** (*Humulus lupulus*) on koko Suomessa viihtyvä yleinen köynnöskasvi. Se on vaatimaton, mutta parhaiten se kasvaa puolivarjoisalla paikalla multavassa maassa. Kasvi kasvaa useiden metrien korkuiseksi, joten se tarvitsee vahvat tukiristikot tukemaan kasvua. Humalan rohdoksellinen osa ovat sen emitähkät, jotka kerätään kokonaisina. Niiden on oltava kiinteitä, vihertävän keltaisia ja vain aavistuksen verran tuleentuneita. Humalan tärkeimpiä vaikuteaineita ovat karvasaineet, kuten humuloni, lupuliini ja humuleenihappo. Kasvissa on myös eteerisiä öljyjä, koliinia, pihka-aineita ja valeriaanahappoa. Kasvi vaikuttaa elimistöön voimakkaasti, joten sitä ei pidä käyttää yhtäjaksoisesti pitkiä aikoja. Tämän vuoksi kasvi ei sovellu vakavasti sairaille, nuorille, heikoille tai tiineille eläimille. Kasvi sisältää runsaasti estrogeeniä, jonka takia se ei sovellu tiineille. Humalaa voi antaa hevosille, jotka kuumuvat herkästi työskennellessään tai kilpailutilanteessa tai ne stressaavat kuljetuksesta. Kasvia annetaan hevoselle muutamaa päivää ennen stressaavaa tilannetta. Kasvin tähkistä valmistetaan yleensä juoma tai ne jauhetaan ruuan joukkoon. Jauheen tai juoman voi sekoittaa melassiin. Turvallinen annostus hevosille on kahvikupillinen kokonaisia norkoja päivässä, jolloin kuuri saa kestää maksimissaan kaksi viikkoa. (Tuomivaara 2009, 62- 63.)

**Oregano eli mäkimeirami** (*Orgianum vulgare*) Tunnistaa sen voimakkaasta ominaisuuksista, joka on pippurimaisen kirpeä ja samalla makea. Kasvi voi kasvaa puoli metriseksi ja kukkii vaaleanpunaisin kukin. Kasvissa on paljon eteerisiä öljyjä. Muita vaikuteaineita kasvissa ovat fenolit, tymoli, terpeenit, erilaiset hapot ja parkkiaineet. Oregano on antiseptinen, kouristuksia laukaiseva ja rauhoittava. Se irrottaa limaa, lisää virtsaneritystä ja suoliston liikettä sekä sapsen ja ruoansulatustesteiden eritystä. Oreganoa ei suositella käytettäväksi tiineille eläimille. Oreganon tärkein käyttökohde eläinten hoidossa ovat hengitystievaivat kuten yskä, vilustuminen, tulehdussairaudet, rauhottomuus, stressi ja huono ruokahalu. Vanhastaan oreganoa on käytetty myös loishäädössä. Kasvia syötetään sellaisenaan tai se voidaan uuttaa öljyyn, hunajaan tai veteen. Kasvin ulkoiseen käyttöön kuuluu

höyryhengitys. Oreganoöljy on erinomainen kipeitä ja kireitä lihaksia hierottaessa, sillä se rentouttaa ja lämmittää lihaksia. (Tuomivaara 2009, 114- 115; Nyman 2005, 52.)



KUVA 2. Oregano (*Origanum vulgare*). (Friman 2015)

**Ruusut** (*Rosa ssp.*) Usein ruusuja kasvatetaan koristekasveiksi, mutta kaikkien luonnonvaraisten ja viljeltyjen pensasruusujen kiulukoita voi käyttää rohdoksena. Rohdoksellisena satoisin on kurttu-ruusu (*Rosa rugosa*), jonka marjat eli kiulukat ovat kookkaita. Ruusuista käytetään kiulukat, jotka kerätään loppukesällä kypsinä ja halkaistaan kuivattamista varten ja jauhetaan tarvittaessa ennen käyttöä. Ruusujen sekä ruusuveden ja kiulukoiden käyttö ja rohdosvaikutukset on tunnettu kautta aikojen. Pensasruusujen kiulukoissa on paljon C-vitamiinia ja muita vitamiineja, karoteenia sekä rautaa. Kiulukat ovat flavonoidipitoisia ja niissä on erilaisia happoja ja kivennäisaineita. Kiulukoissa ja kukissa on ruusuöljyä ja muita eteerisiä öljyjä. Kiulukoita annetaan sisäisesti yleiseen heikkouteen, vahvistamaan kudoksia vamman jälkeen tai kasvuiässä ja toipilasajan tukihoidtona. Kiulukat parantavat myös vastustuskykyä ja auttavat kestäämään paremmin voimakasta rasitusta ja parantavat sar-

veisaineen laatua. Ruusunmarjat sisältävät biotiinia. Ruusun vaikuteaineet parantavat ääreisverenkiertoa ja siksi ruusua on hyvä käyttää jalkasairauksien, esimerkiksi kaviokuumeen, tukihoitona. (Tuomivaara 2009, 137- 138; Morgan 2006, 15.)

**Ryytiscalvia** (*Salvia officinalis*), joka tunnetaan myös nimellä rohtosalvia, on monivuotinen, harmah-tavan vihreälehtinen ja nukkapintainen kasvi. Vaikka se on monivuotinen, sen talvehtiminen on pohjoisessa epävarmaa, joten sitä viljellään lähinnä yksivuotisena. Sato korjataan elokuussa. Salviassa on runsaasti eteerisiä öljyjä, joiden komponentteja ovat muun muassa kamferi, tujoni ja terpeenit. Kasvissa on paljon erilaisia orgaanisia happoja, parkkiaineita, saponiineja, fytonsideja ja monia bakteereja torjuvia yhdisteitä. Fytonsidi on kasvien ilmaan päästävä hajua, joka voidaan haistaa. (Mikko Lemetin blogi.) Ryytiscalvia tunnettiin lääkkeenä jo antiikin aikana. Salvialla on antioksidanttisia vaikutuksia, se tappaa sieniä, estää virusten kasvua ja alentaa verensokeria. Rohdoksena salvia edistää ruoansulatusta, rauhoittaa, vähentää hikoilua, maidoneristystä ja liiallista syljeneristystä. Salviaa käytetään myös puhdistamiseen ja tulehdusten torjuntaan, sillä se desinfioi. Salviaa käytetään yskän, ylähengitysteiden, suun, kurkun, suoliston ja vatsan tulehdusten hoitoon. Eläinten hermostuneisuutta, yllärasittuneisuutta ja stressiä hoidetaan salvialla. Salvialla voidaan käyttää myös lisäämään kiimaa. Sisäisesti salviaa annetaan haudukkeena, jossa kuivattua kasvia lisätään veteen suhteessa 1:20. Kasvi on voimakkaan makuinen, joten hauduketta voi makeuttaa sokerilla tai hunajalla. Jos eläin ei vieroksu salviaa makua, voidaan sitä murentaa rehun sekaan. Sopiva annos tällöin on 50 grammaa kuivattua lehteä. Ulkoisessa käytössä salvialla hoidetaan märkiviä haavoja, tulehduksia ja ihottumia. (Tuomivaara 2009, 138- 139.)

**Katajasta** (*Juniperus communis*) käytetään yleensä rohdoksena marjat, jotka kuivataan tai pakastetaan myöhempää käyttöä varten. Kataja sisältää eteerisiä öljyjä, orgaanisia happoja, erilaisia hartsseja ja terpeeniä sekä pineeniä ja kamferia. Terpeenit ovat laaja ryhmä hiilivetyjä, joihin myös pineeni kuuluu. (Wikipedia, Terpeenit.) Katajan marjat lisäävät eritystoimintaa, kuten virtsan, maha- ja suolistonesteiden eritystä. Katajanmarjakeitettä on juotettu potilaalle keuhkoputkentulehduksessa sen limaa irrottavan vaikutuksen takia. Katajasta uutettu yrtiliöljy on tehokasta lihasten rentouttamiseen ja rasituksen jälkihoidossa. (Tuomivaara 2009, 75- 76.)

**Kumina** (*Carum carvi*) on kookas putkikasvi, joka muistuttaa suuresti koiranputkea (*Anthriscus sylvestris*), johon se usein sekoitetaan. Kuminan tunnistaa sen voimakkaasta, aromaattisesta tuoksusta. Kuminan lehti on koiranputken lehteä hienoliuskaisempi enempi ”tillimäinen”. Kuminan rohdoksellinen osa ovat sen siemenet, joissa on jopa 6 % eteerisiä öljyjä ja joista kasvin voimakas tuoksu on lähtöisin. Lisäksi siemenissä on muun muassa proteiineja, vitamiineja ja flavonoideja. Kumina leviää pääasiassa siemenestä, joten sen liikakeruuta luonnonvaraisilta paikoilta on syytä välttää. Kuminaa viljellään Suomessa melko paljon. Kuminalla on maidontuotantoa lisäävä vaikutus, mutta sitä voidaan käyttää myös koliikkiin ja muihin kouristuksiin. Imettäville eläimille kuminan syöttäminen edistää niiden jälkeläisten lihasjänteyden kehittymistä. Kumina aktivoi ruoansulatusta, lisää ruokahalua ja edistää virtsateiden ja suoliston toimintaa. Kuminasta tehdään yrtiliöljyä, johon siemenet murskataan, jotta niiden eteeriset öljyt ja muut vaikuteaineet vapautuvat paremmin uutokseen.

Kuminan siemenet tarjotaan jauhettuna tai uutteenä. Kuminaa voi lisätä yrttiseoksiin, joilla hoide-  
taan vatsavaivaisia eläimiä. Sopiva annos aikuisille hevoselle on noin 20 grammaa siemeniä. (Tuomi-  
vaara, 2009, 85- 86.)

TAULUKKO 1. Aromaterapiassa käytettäviä öljyjä. (Friman 2015)

U	Eukalyptus	Hengitystietulehdukseen
U, S	Kamomilla (saks. ja room.)	Rauhoittaa. Riviin, kesäihottu- maan, vähentää tulehdusta.
U, S	Valkosipuli	Matoihin, punkkeihin, parantaa vastustuskykyä.
U	Laventeli	Palovammoihin, haavoihin, ihosairauksiin. Rauhoittava.
U, S	Sitruuna	Sisäisesti auttaa hajottamaan munuaiskiviä. Parantaa vastus- tuskkykyä.
U, S	Piparminttu	Kipuihin, venähdyksiin (ei avo- haavoille). Tulehdusta ja kipua lievittäviä ominaisuuksia. Edis- tää ruoansulatusta ja veren- kiertoa.
U, S	Rosmariini	Edistää verenkiertoa ja on puhdistava.
U, S	Teepuu	Luonnon antibiootti, antisepti- nen, viruksia ja sieniä torjuva. Hyönteisten puremiin, sädemä- tään.
U	Siankärsämö	Vapauttaa emotionaalisia luk- koja. Antibakteerinen, tuleh- dusta lievittävä.

U= ulkoisesti käytettävä

S= sisäisesti käytettävä

### 3 BACHIN KUKKATERAPIA JA RESCUE REMEDY-APUTIPAT

Kukkaterapian isänä on englantilainen lääkäri, bakteriologi ja tutkija Edward Bach (1886 -1936). Hän kehitti menetelmän 1930-luvulla. Kukkaterapia perustuu Bachin näkemykseen olennosta psykofyysisenä kokonaisuutena. Heal thyself eli paranna itsesi on Bachin filosofian ydin. Vain me itse ja voima sisällämme saavat aikaan parantumisen. Tehdessään kokeitaan kasveilla, Bach löysi 38 kasvipäristä uutetta, joista jokainen on tarkoitettu tiettyyn tunnetilaan tai mielentilaan. Näistä hän kehitti Rescue Remedy- tipat (suom. aputipat), jotka on suunniteltu vaikeisiin ja nopeaa apua vaativiin tilanteisiin. (Bachin kukkaterapia- nettisivut; Nyman 2005, 53.)

Terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavat voimakkaasti kielteiset psyykkiset tilat kuten esimerkiksi pelko ja viha. Pitkään jatkuneet kielteiset mielentilat avaavat tien sairaudelle. Kukkaterapian avulla pyritään löytämään tunteita, joiden avulla kielteiset tuntemukset voidaan muuttaa myönteisiksi. Kukkautteiden vaikutuksesta ei ole nykyaikaisen tieteen vaatimuksia tyydyttävää selitystä. (Nyman 2005, 53.)

Bachin kukkaterapiassa käytetään erityisellä uutos- ja potessointimenetelmällä valmistettuja kukkautteita. Kukkaterapian tipat ovat puhdasta, tasapainoista energiaa, jolla ei ole sivuvaikutuksia. Kukkaterapiassa etsitään sopiva uute kuhunkin tilanteeseen ja tunteeseen. Eläimet reagoivat kukkaterapiaan ihmistä nopeammin. Diagnoosin tarkoituksena on päästä selville eläimen mielenlaadusta. Kukkautteiden käyttö edellyttää tarkkaa havainnointikykyä, selkeää ajattelua ja empatiaa sekä luonnollisesti kukkaterapian tuntemusta. (Nyman 2005, 53.)

Kaikista Bachin uutteista tunnetuin ja käytetyin on Rescue Remedy. Liuos estää energiajärjestelmien hajoamisen ja palauttaa sen nopeasti normaaliin olotilaan, jolloin paraneminen voi alkaa heti. Rescue Remedy- liuoksen ainesosia ovat: Star of Bethlehem (säikähdykseen ja tunnottomuuteen), Rock Rose (pelkoon ja pakokauhuun), Impaties (henkiseen paineeseen ja jännitykseen), Cherry Plum (hallinnan menettämisen pelkoon) ja Clematis (tiedottomuuteen tai siihen tilaan, joka usein edeltää tajuttomuutta). Onnettomuustapauksissa ja äkillisen sairauden puhjetessa Rescue Remedy- liuos auttaa uhrin lisäksi myös ympärillä olevia. Eläinten hoidossa liuosta käytetään neljä tippaa veteen, ruokaan tai suoraan suuhun. Rescue Remedy on usein pelastanut eläimen hengen äkillisissä tilanteissa kuten onnettomuudessa, ähkyssä tai murtumissa. (Nyman 2005, 54.)



## 4 HOMEOPATIA

Homeopatian periaatteena on, että samanlainen parantaa samanlaisen (Similia similibus curentur). Homeopaattinen lääke aiheuttaa laimentamattomana terveessä samoja oireita kuin joita se laimennettuna sairaassa parantaa. (Nyman 2005, 45.) Homeopatia palkitsee käyttäjänsä vahvalla parantamisvoimalla, jonka vaikutus on laajempaa kuin perinteisillä lääkkeillä. Edut huomataan nopeammin ja lisäetuna on, että hevoset, joita hoidetaan homeopaattisilla lääkkeillä, selviävät sairauksista vahvempana ja nopeammin. Homeopaatin tehtävä on ennen kaikkea havainnoida ja eläinten kanssa tämä korostuu. Homeopaatti havainnoi hevosta ja sen käyttäytymistä ja reaktioita esimerkiksi eri lämpötiloihin. Hevosella on usein vahva suhde omistajaansa ja se voi heijastella omistajansa tunteita omaan elämäänsä. Fyysisesti terve, mutta apaattinen eläin voi heijastaa omistajansa tuntoja ja toimia ikään kuin peilikuvana omistajalleen. Tarkkaavainen homeopaatti tutkii myös omistajaa ja määrittää näin ollen oikean homeopaattisen valmisteon hevoselle, jolloin sen tila paranee, ja se saa elämän iloisuutensa takaisin. (Elliot & Pinkus, 2014, 5, 8; Nyman, 2005, 46.)

Homeopaattiset lääkkeet ovat herkkiä pilaantumaan, joten niitä täytyy käsitellä erityisen varovasti. Ne tulee säilyttää alkuperäispakkauksissaan eli ruskeassa lasipullossa, viileässä ja pimeässä kaapissa, jotta ne toimisivat oikein. Niitä ei tule altistaa auringonvalolle, äärimmäiselle kuumuudelle tai pakkaselle. Niitä ei myöskään tule käsitellä paljain käsin, vaan ne on hyvä antaa suoraan hevoselle suuhun vaikka pienessä porkkanan palassa. Niiden syöttöä väkirehun kanssa tai pian sen jälkeen tulee välttää. Homeopaattiset lääkkeet ovat joko tabletteina, pillereinä, jauheena, kiteinä tai tinktuurana. Annostelu riippuu taudin laadusta ja voimakkuudesta. (Day, 2006) Homeopaattinen lääkeaine antaa keholle tiedon avun aktivoimisesti. Jokaiseen vaivaan on olemassa monia eri lääkkeitä, mutta vai yksi ja oikea lääke parantaa kyseisen vaivan. Homeopaatin on siis tarkkailtava eläintä ja pystyttävä omistajan kertoman perusteella määräämään oikea lääke. Väärin annettu lääke ei tuo toivottua lopputulosta, sillä ainoastaan oikein annettu homeopaattinen lääke parantaa aina. (Nyman, 2005, 46.) Homeopaattiset lääkkeet on valmistettu laimentamalla niitä erittäin paljon ja siksi ne ovat turvallisia. Lääkkeissä ei ole havaittavissa enää alkuperäisiä aineita niin, että eläimelle voisi tulla sivuoireita tai että tarvittaisiin varoaikaa ennen kilpailuja. Lääkeaine ei peitä pienistä vammoista johtuvia kipuja, kuten perinteiset lääkeaineet, joten ei ole vaaraa, että hevonen vahingoittaisi itseään huomaamattaan. Oikein käytettynä homeopaattiset lääkkeet parantavat terveyttä ja jopa suorituskykyä. (Ellot & Pinkus, 2014, 10.) Eläinlääkäri tulee aina kutsua, mikäli yhtään epäilee hevosen olevan vakavasti sairas (esimerkiksi ahky, lannehalvaus), mutta eläinlääkäriä odotellessa on hyvä antaa ensiapua vaivaan homeopaattisilla lääkkeillä. Joskus ahkyyn annettu oikea homeopaattinen lääke saattaa pelastaa hevosen jopa ahkyleikkaukselta. On hyvä muistaa, että homeopaattiset lääkkeet eivät haittaa eläinlääkäriin työtä. Kerro kuitenkin eläinlääkärille, mitä olet antanut hevoselle. Suomessa kilpailevaa hevosta saa lääkittää homeopaattisilla lääkkeillä enintään kaksi viikkoa / neljä päivää ennen kilpailuja lääkkeen vahvuudesta riippuen. Hevoselle annetut homeopaattiset lääkkeet pitää merkitä hevospassiin. Homeopaattisia lääkeaineita saa käyttää tuotantoeläimille, johon hevonenkin luetaan, kunhan ne on laimennettu riittävästi, jolloin ei tarvitse määrätä varoaikaa. (Hippus, Lääkitysohje.) Homeopaattiset lääkkeet eivät häiritse samaan aikaan tai myöhemmin annettavia konventionaalisia lääkkeitä, joita eläinlääkäri määrää. Tämä tarkoittaa sitä, että kotilääkintä on vakavasti otettava

vaihtoehto, kun hoitajalla on tieto ja taito lääkittä. Homeopatia on myös turvallista kaikille hevosille, eikä sikiölle tai maitovarsalle aiheudu vaaraa oikein annetun homeopaattisen lääkkeen käytöstä. (Day, 2006.)

#### 4.1 Potessointi

Homeopaattiset lääkeaineet tehdään prosessissa, joka koostuu laimentamisesta ja voimakkaasta ravistamisesta, eli potessoinnista. Homeopatian isänä pidetään saksalaista Samuel Hahnemania (1755-1843). Hahnemann huomasi, että perinteisten lääkeaineiden sivuvaikutukset jättivät varjoonsa niiden hyödyt. Tehdäkseen hellävaraisen lääkkeen, hän laimensi väkevää lääkeainetta, eli lähtötinktuuraa. Sitä laimentaessaan hän huomasi, että laimentaminen vähensi lääkkeen sivuvaikutusten lisäksi sen hyötyjä, jolloin hän keksi ravistaa lääkettä, jolloin hän pystyi eliminoimaan sen myrkylliset vaikutukset ja tuli samalla vahvistaneeksi sen terapeuttista vaikutusta. (Elliot & Pinkus, 2014, 8.)

Potensseissa on useita laimennuskaaloja, joista yleisin on laimennussuhde 1:100 C. Esimerkiksi C1-potenssissa on 10 tippaa kasviuutetta ja 90 tippaa vettä ja sitä on ravistettu 100 kertaa. Potenssi kuvaavat laimennuskertojen määrää esimerkiksi 6, 12, 20, 200. Korkeimmat potenssit merkitään roomalaisilla numeroilla: 1M eli 1000 ja 10M eli 10 000 laimennosta suhteessa 1:100. Potenssin valinta riippuu eri tilanteista. Periaatteessa akuutit oireet terveellä hevosella reagoivat nopeasti korkeisiin potensseihin, kuten 30 ja 200, joissain tapauksissa 1M. Jos parantumisprosessi on hidasta, tai hevonen on huonossa kunnossa, eli ei kykene reagoimaan nopeasti lääkkeeseen, on parasta käyttää matalia potensseja. Korkea potenssi on hyvin voimakas ja sitä pitää käyttää harkiten, erityisesti silloin kun eläin on heikko eikä se siedä voimakkaita reaktioita, joita lääke voi saada aikaan. (Elliot & Pinkus, 2014, 9; Nyman, 2005, 47.)

#### 4.2 Lääkeaineet ja annostus

Homeopaattiset lääkkeet tehdään kasvi-, eläin- ja mineraaliperäisistä aineista. Homeopaattisten lääkeaineiden parantava vaikutus on osoitettu terveillä ihmisillä tehdyissä kokeissa. *Byronia* (koiranauris) ja *Belladonna* (myrkkukoiso, lemmonmarja) ovat kasvipäisiä, *Silicia* (pii) ja *Sulphur* (rikki) ovat mineraaliperäisiä ja *Sepia* (mustekalan muste) ovat eläinperäisiä. Eläinperäisissä lääkeaineissa on ryhmä homeopaattisia aineita, jotka on valmistettu taudinaiheuttajista tai sairaista kudoksista. Niitä kutsutaan nosodeiksi. Ne ovat tärkeitä hevosia hoidettaessa ja niitä käytetään usein ennaltaehkäisevästi esimerkiksi hevosinfluenssaan. Hevosten omistajat raportoivat, että heidän hevosensa ovat terveempiä, kun ne saavat homeopaattista ennaltaehkäisyä kuin toistuvia rokotteita. (Elliot & Pinkus, 2014, 9.)

Kun homeopaattisen lääkkeen potenssi on valmistettu, seuraava vaihe on lääkkeen valmistus. Lääkkeellä kyllästetään laktoositabletteja tai laktoosijauhetta, sukroosipillereitä (sakkaroosi) tai -rakeita tai liuotetaan alkoholiin. Potenssin valmistuksessa käytettävä alkoholi on viljapohjainen ja lääkettä annostellaan imeyttämällä se tabletteihin ja pillereihin tai liuottamalla se nesteeseen. Lääkeaineilla

on yleensä 5 vuoden käyttöaika, mutta niitä on käytetty onnistuneesti myös pitemmän ajan jälkeen. (Elliot & Pinkus, 2014, 10.)

Homeopaattinen lääke stimuloi muutoksen, joten on tärkeää, että lääkkeen anto lopetetaan, kun huomataan eläimen reagoivan lääkkeeseen. Lääke käynnistää parantumisprosessin tukemalla parantumisvoimaa ja sen värähtelyä. Sitä voisi verrata äänen resonointiin ääniraudan kanssa. Kun lääke on saanut prosessin liikkeelle, sitä ei enää tarvita. Lääkeaineen annostelun jatkamisesta ei ole hyötyä ja sen annostus voi pitemmällä aikavälillä olla haitallinen. (Elliot & Pinkus, 2014, 10.)

#### 4.3 Yleisimmät homeopaattiset lääkkeet

**Absinthium** (*Koiruoho*) Rohdoksi käytetään kasvin kukinta-aikaisia lehtiä ja versojen kärkiä. Kasvi sisältää eteerisiä öljyjä, kuten tujolia ja isotujonia sekä karvasaineita kuten absintiinia ja artabsiinia. Lääkettä käytetään, kun oireisiin kuuluvat lihasvapina, sen jälkeen sekavuus ja kouristukset. Lääkkeen vaikutus keskushermostoon on voimakas, ja se saa aikaan taaksepäin kaatumiset. Silmien pupillit voivat olla erikokoiset. Käytännössä lääkettä käytetään epileptisiin ja muihin kohtauksiin. (Macleod, 2003, 181; Yrttitarha, Koiruho.)

**Arnica** (*Arnica montana*) Arnikki on loistava ensiapu shokkiin, vahingoittumiseen, leikkaushoitoon (ennen ja jälkeen leikkauksen) ja haavoihin. Haavoihin käytettynä sillä on voimakas kyky vastustaa haavojen infektoitumista vastaan. Lääkkeen tärkein kohdealue on verisuonisto, erityisesti se hoitaa laajentunutta tai toiminnaltaan pysähtynyttä suonistoa ja suonია, joiden läpäisevyys on kasvanut. Lääke hoitaa erilaisia verenvuotoja. Lääke vähentää verenvuotoja ja sokin vaikutusta. Sitä ei kuitenkaan suositella avohaavoihin, mutta esimerkiksi palovammoihin se sopii, sillä se vähentää turvotusta ja kipua. Arnicaa voi käyttää luulian varhaisessa vaiheessa. Tiineyden aikana säännöllisin väliajoin annettuna lääke edistää normaalia varsomista ja varsomisen jälkeen annettuna se nopeuttaa synnytyskanavan kudoksien parantumista. Lääke valmistetaan koko kasvista. (Day, 2006, 17; Macleod, 2003, 186.)

**Belladonna** (*Atropa belladonna*) Lemmonmarjaa käytetään kuumeen, paiseiden, kouristelun tai tulehdusten iskiessä. Esimerkiksi kaviokuumeen yhteydessä, kun kavieri on kuuma, kipeä ja kaviopulssi tuntuu voimakkaana eikä hevonen suostu liikkumaan. Lääke valmistetaan koko kasvista kukinta-aikaan. Lääkkeen vaikutus ulottuu keskushermostoon. (Day, 2006, 17; Macleod, 2003, 187.)

**Calendula** (*Calendula officinalis*) on suomeksi kehäkukka. Kehäkukkaa käytetään yleensä paikallisesti voiteena nopeuttamaan ruhjeiden paranemista. Se myös vähentää niiden märkimistä, sillä se on luonnon antibiootti. Kehäkukasta tehdään lääketinktuuralaimennos lämpimään veteen suhteessa 1:10, jossa yksi osa on lääkettä ja loput vettä. Kehäkukka sopii silmän ruhjeisiin ja haavoihin. Yhdessä *Hypernicumin* (mäkikuisma) kanssa se auttaa hyvin haavoihin, joissa hermot ovat vaurioituneet. Sitä voidaan käyttää myös sisäisesti, jolloin sitä voidaan syöttää tuoreena tai kuivattuna. Varsinkin iho-ongelmaiset ja huonokarvaiset eläimet hyötyvät sen kukkien sisältämästä karoteenista.

Lääke valmistetaan kasvin lehdistä ja kukista. (Day, 2006, 18,; Macleod, 2003, 190; Nyman, 2005, 45; Tuomivaara, 2009, 78.)

**China officinalis** (*Cinchona officinalis*) eli kiinankuori. Yleisesti käytetty nimi *China* viittaa kasvin sisältämään kiniiniin. Suurina annoksina kasvi on myrkyllinen ja yliannostus saa aikaan toksisia muutoksia hermostossa. Lääkkeenä *China* on sopiva, kun hevonen on voimaton ja uupunut nestehukasta johtuen, esimerkiksi pahan ripulin tai verenvuodon seurauksena. Lääke valmistetaan kasvin kuivastusta kuoresta. (Macleod, 2003, 192.)

**Convallaria officinalis** eli kielo. Lääkkeen pääasiallinen käyttö kohdistuu sydämen vajaatoiminnan hoitoon. Koska lääkkeen vaikutus sydänlihakseen on vähäinen, lääkettä käytetään lähinnä sydämläpän sairauksissa. Lääke valmistetaan tuoreesta kasvista. (Macleod, 2003, 195.)

**Euphrasia** (*Euphrasia officinalis*) eli silmäruoho. Tämä lääke sopii silmävammoihin, pääasiassa sidekalvontulehdukseen, jossa oireita ovat valoherkkyys ja vetinen vuoto silmästä. Käytetään sisäisesti silmätippojen muodossa. Sisäistä lääkitystä voidaan täydentää tinktuuralla suhteessa 1:10. Lääke valmistetaan koko kasvista. (Macleod, 2003, 198; Day, 2006, 20.)

**Glononium** (*Glononium*): voimakas sydänlääke, mutta tunnetaan myös lämpöhalvauksen ja lämpöstressin vastalääkkeenä. (Day, 2006, 20.)

**Graphites** (*Graphites*) eli grafiitti on hyödyllinen tapauksissa, joissa iho on halkeillut ja ihosta vuotaa tahmeaa nestettä, esimerkiksi rivi. (Day, 2006, 20.)

**Hamamelis** (*Hamamelis virginica*) eli taikapähkinä sopii hematoomaan, tihkuviin tummiin verenvuotoihin, laskimoverenvuotoon, sillä se auttaa vähentämään verenvuotoa ja nopeuttaa turvotuksen vähenemistä. Lääke vaikuttaa valtimoihin rentouttavasti, jolloin suoni pääsee laajenemaan. Lääke valmistetaan tuoreesta oksien ja juurien kuoresta. (Macleod, 2003, 199; Day, 2006, 20.)

**Hypericum** (*Hypericum perforatum*) eli mäkikuisma. Tätä lääkettä, jonka lisänimi on "homeopaattinen kipulääke" käytetään tuskallisissa tiloissa kuten häntävammoissa, selkärangan vammoissa sekä repimä- ja pistohaavoissa. Lääke vaikuttaa hermojärjestelmään. Lääke on yksi tärkeimmistä lääkkeistä hoidettaessa risaisia haavoja, joihin liittyy hermopään vamma. Tällä lääkkeellä sanotaan myös olevan vaikutusta jäykkäkouristusta vastaan, koska se pysäyttää myrkyä leviämisen, kun se annetaan heti loukkaantumisen jälkeen. Häntävammoissa se auttaa pitämään hännän jänteen kunnossa. Lääke valmistetaan kokonaisesta tuoreesta kasvista. (Macleod, 2003, 201; Day, 2006, 20.)

**Nux vomica** eli ketunkakku. Tämä lääke valmistetaan siemenistä. Lääke auttaa ruoansulatushäiriöihin ja verentungokseen ruoansulatuskanavassa. Kaasunmuodostus ja mahavaivat ovat yleisiä ja ulosteet tavallisesti kovia. Lääke sopii hevosille, joilla on rankka harjoitusohjelma, joka aiheuttaa ruoansulatusongemia. (Macleod, 2003, 208; Day, 2006, 21.)

**Rantayrtti** (*Lycopus virginicus*) Lääkkeen tärkein hoitokohde on sydän ja verenkierto. Potilaalla on heikko ja epäsäännöllinen pulssi, syke nopeutuu ja samalla hengitys vaikeutuu ja esiintyy sinerrystä. Hevosen hengittäessä kuuluu vinkuva ääni ja siihen voi liittyä yskää, joka tuo mukanaan hiukan verta. Lääke valmistetaan koko kasvista. (Macleod, 2003, 205.)

**Ocimum canum** eli basilika. Lääke vaikuttaa virtsaelimiin. Virtsa on samean syväkeltaista ja se voi olla myös limaista ja märkäistä, ja sen hajua on vahva ja makea. Lääke valmistetaan tuoreista lehdistä. (Macleod, 2003, 208.)

**Ranunculus bulbosus** eli mäkileinikin vaikutus kohdistuu lihaskudokseen ja ihoon, joka oireena on kosketusherkkyyttä. Iholle muodostuu näppyliitä ja rakkuloita. Lääke valmistetaan koko kasvista. (Macleod, 2003, 211.)

**Ruta graveolens** eli ruuta. Lääkkeen vaikutus kohdistuu ensisijaisesti luukalvoon ja rustokudokseen, mutta myös silmiin ja kohtuun. Patteja muodostuu erityisesti etupolvien niveliin. Lääke vaikuttaa myös isoon paksusuolen ja peräsuoleen. Lievissä peräsuolen laskeumatapauksissa lääke voi antaa hyvät tulokset parantumisen suhteen. Lääkkeen tiedetään myös helpottavan varsomista voimistamalla kohdun supistuksia. Lääke valmistetaan tuoreesta kasvista. (Macleod, 2003, 212.)

**Silicea** eli piioksidi. Piioksidin tärkein käyttökohde on luukudos, jossa kehittyy luumätää ja kuolioitumista. Kuvaan kuuluvat myös paiseet ja sidekudoksen liikakasvut. Lääkettä käytetään laajalti pitkään jatkuneissa märkimisprosessin hoidossa. (Macleod, 2003, 213.)

**Staphisagria** (*Delphinium staphisagria*) Luteenjyvää käytetään kirurgisten toimenpiteiden jälkeen haavojen ja henkisten traumojen parantamiseen. Lääkettä käytetään myös hormoniperäisten ihottumien ja karvanlähdon hoitoon. Lääke vaikuttaa ensi sijaisesti hermostoon. Muita kohteita ovat myös suku- ja virtsaelimet. Lääke on hyvä valmiste virtsarakkotulehdukseen. Lääke valmistetaan siemenistä. (Macleod, 2003, 214.)

**Symphytum** (*Symphytum officinale*, eli rohtoraunioyrtti) Käytetään ulkoisesti hauteissa. Kasvin juuri tuottaa ainetta, joka edistää epiteelikudoksen kasvua haavoittuneilla pinnoilla ja nopeuttaa luiden yhteenliittymistä murtumatapauksissa. Se on *Arnican* kanssa yleislääke vammoihin. Se on myös merkittävä silmälääke. Lääke valmistetaan tuoreesta kasvista. (Macleod, 2003, 215.)

**Urtica** (*Urtica urens*) eli rautanokkonen on arvokas aine nokkosihottuman hoidossa. Sopii myös palovammojen hoitoon ennen kuin niihin muodostuu rakkoja. Edistää tamman maidontuotantoa. (Day, 2006, 23.)

## 5 FYTOTERAPIA ELI KASVITERAPIA

Kasvi- eli fytoterapialla voidaan hoitaa kaikkia eläimiä koosta tai lajista riippumatta. Fytoterapia tulee kreikan sanoista *fyton* eli kasvi ja *terapia* eli parantaa. Kasviterapia on edelleen toimiva keino hoitaa eläinten terveyttä ja ennaltaehkäistä sairauksia. Useimmat kasvit soveltuvat kaikenlaisille eläimille, kunhan annoskoko sovitetaan eläimen painon ja iän mukaan. Monet tuotantoeläinten vaihtoehtoiset hoidot olivat kiellettyjä Suomessa melko pitkään, mutta EU-jäsenyyden myötä ne sallittiin jälleen. Elias Lönnrot keräsi teokseensa *Flora Fennica* (1866) ja muihin kirjoituksiinsa runsaasti tietoa kasvien käytöstä eläinten rehuna ja rohdoksina. Todennäköisesti hän valitsi kasvit kirjaansa ihmislääkinnän perusteella. (Tuomivaara, 2009 9, 15, 30.)

Monet kasveista, joita kasvilääkinnässä käytetään, tunnustetaan niin sanotuiksi rikkakasveiksi. Listalla on toki myös hyötykasveja, kuten kaura (*Avena sativa*). Helpointa on lähteä keräämään kasveja kasvioppaan kanssa. *On kuitenkin tiedettävä, mitä kasveja kerätään!* Uhanalaisia tai rauhoitettuja kasveja ei saa kerätä. Eläimiä hoitavan kasvilääkitsijän on myös tiedettävä mitä vaivaa hän kasveilla hoitaa. (Tuomivaara, 2009, 10- 11.)

### 5.1 Mikä kasveissa vaikuttaa?

Kasvit koostuvat kemiallisista yhdisteistä, joista osalla on hoitavia vaikutuksia. Tällaisia yhdisteitä nimitetään vaikuteaineiksi. Kasvi luokitellaan rohdoskasviksi, jos sitä käytettäessä on havaittu myönteisiä tuloksia potilaan tilassa ja jos sen kemiallinen koostumus osoittaa sen sisältävän riittävästi tiettyjä hoitavina tunnettuja aineita. (Tuomivaara, 2009, 27.)

#### 5.1.1 Alkaloidit

Alkaloidit ovat tyypipitoisia, emäksisiä yhdisteitä, joita esiintyy tiettyjen kasviheimojen kasveissa. Ne ovat kasvikunnan voimakkaimpia lääkeaineita, ja osa niistä on myrkyllisiä. Alkaloidipitoisuuden vaikuttavat rohdoskasvin kehitysvaihe, kasviyksilön koostumus, kasvupaikka, keruutapa ja säilönnän onnistuminen. Tunnettuja alkaloideja ovat muun muassa kofeiini ja morfiini. Alkaloideja on kaikissa kasvin osissa. Kasviterapeuttisesti alkaloidit lievittävät kipua, laajentavat verisuonia, kiihdyttävät keskushermoston toimintaa ja vilkastuttavat ruuansulatusta. (Tuomivaara, 2009, 27- 28.)

#### 5.1.2 Eteeriset eli haihtuvat öljyt

Eteeriset öljyt ovat hyväntuoksuisia ja kasvikunnassa yleisesti esiintyviä yhdisteitä. Ne ovat haihtuvia, aromaattisia ja kemiallisesti hyvin monimuotoisia aineita, joiden pitoisuus kasveissa vaihtelee paljon. Jotkut eteeriset öljyt ovat myrkyllisiä ja voivat aiheuttaa yliherkkyysoireita. Haihtuvia öljyjä on etenkin havupuissa ja muissa tuoksuvissa kasveissa. Eteerisiä öljyjä ovat mm. piparminttuöljy ja sitruunaöljy. Eteerisillä öljyillä on fytoterapiassa monia käyttökohteita ja niistä saadaan monenlaisia rohdosvalmisteita, kuten voiteita, linimenttejä, höyryhengityshauteita, haudepakkauksia ja yrttiöljyuutoksia. Eteeriset öljyt laukaisevat mm. kouristuksia, lievittävät kipua ja yskänärsytystä, parantavat verenkiertoa ja rauhoittavat tulehduksia. (Tuomivaara, 2009, 28.)

### 5.1.3 Muut vaikuteaineet

**Glykosidit** koostuvat sokeryhdisteistä. Niitä on lähes sadan kasviheimon kasveissa ja osa niistä on myrkyllisiä. Glykosidit ovat fytoterapian tärkein vaikuteaineryhmä. Monet niistä lisäävät virtsaneritystä, vaikuttavat sydämen toimintaan ja verisuoniin, torjuvat tulehduksia, irrottavat limaa ja kiihdyttävät aineenvaihduntaa. (Tuomivaara, 2009, 28.)

**Karvasaineita** löytyy mykerökukkaisista kasveista. Ne ovat nimensä mukaan karvaan makuisia. Fytoterapeuttisesti karvasaineet vaikuttavat ennen kaikkea suolistoon hoitaen sitä. Niitä käytetään ripuliin, suolistotulehduksen ja muiden ruoansulatusvaivojen hoitoon. (Tuomivaara, 2009, 28.)

**Kumariineja** löytyy sarjakukkaisista kasveista. Kumariinit haihtuvat helposti valon vaikutuksesta. Niitä esiintyy kasvin juurissa ja siemenissä. Kumariineilla on kouristuksia laukaiseva ja verisuonia laajentava vaikutus. Ne saattavat aiheuttaa käyttäjilleen valoyliherkkyyttä. Kumariini on aromaattinen yhdiste, jota esiintyy monissa kasveissa, kuten kanelissa. (Tuomivaara, 2009, 29, Eviran nettisivut, Kumariinit.)

Kasvien soluissa on runsaasti erilaisia **lima-aineita**, useimmiten juurissa ja siemenissä. Kasvinosia liotetaan tai keitetään vedessä, jotta niiden vaikuteaineet saadaan fytoterapiseen muotoon. Limaaineet ovat hyvin sitovia ja imeytyviä, joten niiden pääasiallinen käyttö on suoliston hoito ja ihon pehmittäminen. (Tuomivaara, 2009, 29.)

Monet **orgaaniset hapot** ovat tunnettuja säilöntäaineita. Niitä ovat muun muassa askorbiinihappo, sitruunahappo ja viinihappo. Fytoterapiassa happoja käytetään edistämään suolen toimintaa, torjumaan bakteereita ja stimuloimaan ruoansulatuselimistöä. (Tuomivaara, 2009, 29.)

**Parkkiaineet** ovat kitkeränmakuisia yhdisteitä, joita esiintyy runsaammin puuvartisten kasvien kuorissa, juurissa ja marjoissa. Ne sitoutuvat valkuaisaineisiin, joka on hyvä silloin, jos valkuaisaineet ovat haitallisia: parkkiaineiden sitoutuessa niihin, ne menettävät tehonsa. Parkkiaineet liukenevat veteen ja alkoholiin hyvin, joten niiden fytoterapeuttinen hyödyntäminen on helppoa. Parkkiaineita käytetään ripulilääkkeinä ja ihovaurioita hoidettaessa, ne tappavat bakteereja ja rauhoittavat tulehduksia. (Tuomivaara, 2009, 29, 32.)

**Vitamiinit** ovat pieni molekyyllisiä orgaanisia yhdisteitä, joiden ominaisuudet ovat melko vaihtelevia. Osa vitamiineista on vesiliukoisia ja osa rasvaliukoisia. K-vitamiini liukenee molempiin. Kasvit sisältävät erilaisia pitoisuuksia vitamiineja. Kuivatus ja pitkä säilytysaika tuhoavat jonkin verran vesiliukoisia vitamiineja. Yrttien nopea ja oikea säilöntätapa vähentävät vitamiinien hävikkiä. Eläimen vitamiinin tarve vaihtelee sen iän, perimän ja työn kuormittavuuden mukaan. Kaikki eläimet tarvitsevat useaa kymmentä eri vitamiinia sopivassa suhteessa. (Tuomivaara, 2009, 32.)

Monissa kasveissa, ja etenkin niiden siemenissä, on **rasvoja**. Fytoterapeuttisesti rasva-aineiden tehtävänä on vaikuteaineiden kantaminen. **Hartseja** ja **pihka-aineita** on pääasiassa puiden silmuissa ja neulasissa. Nämä yhdisteet ovat usein antibioottisia, desinfiioivia, tuoksuvia ja säilyvyyttä lisääviä. **Suolat** toimivat kasviterapiassa solujen rakenneaineina, ovat mukana aineenvaihdunnassa ja muodostavat monia elimistön tarvitsemia aineita, kuten hormoneja ja veren ainesosia. (Tuomivaara, 2009, 32.)

## 5.2 Fytoterapia eri elämänvaiheissa

Kasviterapiaa voidaan käyttää eläimen eri elämänvaiheissa. Annostus on suunniteltava eläimen koon ja iän sekä käyttötärpeen mukaan. Liian voimakkaita rohtoja ei pidä käyttää liian nuorille eläimille.

### 5.2.1 Nuoret eläimet

Nuorten eläinten hoidossa hoitajan kasvituntemus korostuu, sillä nuoren eläimen elimistö on vielä kehittymätön eikä pysty käsittelemään kasvien vaikuteaineita täysikasvuisen eläimen ruuansulatusjärjestelmän tapaan. Miedot yrtit sopivat nuoren eläimen ruokinnan tueksi. Sitä vastoin voimakkaita tai melko voimakkaita yrttejä ei tule käyttää kesken kasvusille eläimille muutoin kuin erittäin poikkeustapauksissa. (Tuomivaara, 2009, 186.)

Nuorten eläinten yleisempiä ongelmia ovat vatsavaivat, kuten ripuli ja suolistotulehdukset. Niitä hoidetaan kamomillasauniolla, puna-apilan kukilla, rätvänällä, mustikalla ja vadelmalla sekä kaurasta tehdyllä vellillä. Kasvavien eläinten luustoa vahvistavana hivenainelisinä voidaan käyttää esimerkiksi peltokortetta, voikukan lehtiä, nokkosta ja ruusunmarjaa. Näitä kaikkia lisätään ruokaan kuivattuna jauheena. Ruokahalua lisääviä kasveja ovat voikukka ja mustaherukka. (Tuomivaara, 2009, 187.)

### 5.2.2 Kilpahevokset

Yrteillä voidaan lisätä ravintoaineiden imeytymistä ja ruuan hivenainepitoisuutta. Kasviöljyt ovat nopea ja helppo tapa nostaa ruuan energiapitoisuutta ja niissä on paljon treenaamisessa tarvittavia vitamiineja. Lisävitamiineja saadaan marjoista ja hedelmistä. Marjat on helppo tarjota eläimelle rehun mukana kuivattuna jauheena. Kasvinsyöjäeläimet nauttivat marjoja mielellään myös tuoreena. Ravintoaineiden imeytymistä parantavia kasveja ovat muun muassa voikukka, mäkikuisma, jauhosavikka ja väinönputki. Kudoksia, jänteitä ja luustoa vahvistavia yrttejä ovat muun muassa kehäkukka, peltokorte, merilevä (käytettävä varoen sen sisältämän raskasmetallipitoisuuden takia) ja nokkonen. Rasituksesta palautumista nopeuttavia rohdoskasveja ovat muun muassa aaloe, eukalyptus, kamferi, mintut, lutukka ja mäkikuisma. (Tuomivaara, 2009, 187- 188.) Eukalyptus viilentää ja sitä käytetään ulkoisesti sekoitettuna perusvoiteeseen. Voiteella voidaan hoitaa turvotuksia ja ruhje- ja rasitusvammoja. (Tuomivaara, 2009, 170). Kamferipuun (*Cinnamomum camphora*) käyttö perustuu ennen kaikkea sen voimakkaisiin eteerisiin öljyihin, joista valmistetaan erilaisia linimenttejä ja uutoksia. Ulkoisesti niitä käytetään lihastulehduksissa, särkyjen ja rasitusvammojen hoidossa. (Tuomivaara,



2009, 172). Mäkikuismalla (*Hypericum perforatum*) hoidetaan haavojen, palovammojen ja ihottumien lisäksi lihastulehduksia, lihassärkyjä, niveltulehduksia ja venähdyksiä. (Tuomivaara, 2009, 104). Mintuista (*Mentha sp.*) tunnetuin ja kasvilääkinnässä käytetty on piparminttu (*Mentha x piperita*). Ulkoisesti käytettynä minttu viilentää, supistaa ihohuokosia ja rentouttaa. Minttuvoiteella voidaan hoitaa erilaisia rasisvammoja. (Tuomivaara, 2009, 98- 99.)

### 5.2.3 Tammat

Kiimat ovat osa tammojen elämää. Kiima-aikana jotkut tammat voivat muuttua vaikeasti käsiteltäviksi. Yrttihoidot voivat useissa tapauksissa helpottaa näitä pulmia. Yrtit annetaan mieluiten tuoreena ruuan seassa, mutta jos eläin vieroksuu niitä, ne voidaan jauhaa pulveriksi rehun sekaan tai keittää teeksi ja imeyttää rehuun. Kiima-aikoina kärttyisän ja vaikeasti käsiteltävän eläimen rauhoittamiseen kannattaa kokeilla sitruunamelissaa, mäkikuismaa, koivua, minttuja ja kultapiiskua. Yrttejä aletaan antaa mieluiten viikkoa ennen kiiman arvioitua alkamista tai viimeistään ensi oireiden alkaessa. Parasta on antaa kerralla vain yhtä tai korkeintaan kahta yrttiä kerralla, jotta päästään selville, mikä yrtti on eläimelle tehokkain.

Jos kiimat ovat heikot tai eläin on huono tiinehtymään, annetaan sille estrogeeniaktiivisuudeltaan korkeita ja vitaliteettia lisääviä yrttejä, kuten nokkosta, puna-apilaa, siankärsämöä, salviaa, tilliä, lipstikkaa, väinönputkea ja voikukkaa. Tiineelle eläimelle vitamiinipitoinen ruokavalio on tärkeää. Tiineyden loppuvaiheessa eläimen rehuun kannattaa sekoittaa varsomista helpottavia yrttejä, kuten lutukkaa, vadelmaa ja siankärsämöä. Maidontuotantoa edistäviä yrttejä ovat muun muassa maitohorsma ja nokkonen. (Tuomivaara, 2009, 109, 156 188.)

### 5.2.4 Kastroidut eläimet

Kastroitujen eläinten yleinen ongelma on lihominen ja yleinen aktiivisuuden väheneminen. Ruokavalion kanssa tulee olla tarkka ja joskus voi olla aiheellista lisätä ravintoon myös ruoansulatusta vilkastuttavia kasveja, kuten minttua, voikukkaa, siankärsämöä ja kuivattuja marjoja. Monet näistä ovat voimakkaan makuisia ja hillitsevät siten ns. huvisyömistä. Turkin kiiltoa voidaan lisätä vitamiini- ja kivennäispitoisilla kasveilla, kuten nokkosella, peltokortteella ja valkosipulilla. (Tuomivaara, 2009, 190.)

### 5.2.5 Vanhat eläimet ja toipilaat

Vanhan eläimen aineenvaihdunta hidastuu ja ravintoaineiden imeytyminen heikkenee. Vanha eläin saattaa tarvita virikkeiden lisäksi myös lisäravinteita, jotta se ei laihduisi eikä sen luusto haurastuisi ennen aikojaan. Liikunta on hyväksi vanhalle eläimelle, joten vanhaa hevosta ei ole syytä seisottaa suotta karsinassa, jos vaivana ei ole muu kuin korkea ikä. Varsinkin talvisaikaan eläimille on syytä tarjota vitamiinipitoisia yrttejä, kuten kuivattua voikukan lehteä, nokkosta ja siankärsämön lehtiä ja kukkaa. Vanhat eläimet ovat alttiita yleisille ja iän tuomille sairauksille. Kun minkä tahansa ikäinen

eläin on toipumassa sairaudesta voi kasviterapian avulla tukea ja nopeuttaa palautumista normaalitilanteeseen. Vitamiinipitoinen ja monipuolinen ravinto on tärkeää toipuvan eläimen ruokinnassa. Toipilasrohtoina kannattaa käyttää myös vatsaa helliviä ja aineenvaihduntaa parantavia yrttejä. Näitä ovat mm. kehäkukka, voikukka, lutukka, kaura, pihatähtimö ja kamomillasaunio. Ne vahvistavat myös yleiskuntoa ja useimmat niistä helpottavat myös särkyä. Muita yrttejä särkyyn ovat muun muassa inkivääri, sitruunamelissa ja ukontulikukka. Palautumista edistäviä, mutta edellisiä voimakkaampia yrttejä ovat mäkikuisma, valkosipuli, orapihlaja ja väinönputki. (Tuomivaara A. 2009, 190- 191.)

## 6 LÄÄKEKASVIT JA NIIDEN KÄYTTÖ

Rohdoskasveja saa kerätä itse luonnosta. Rauhoitettuja ja uhanalaisia kasveja ei saa kerätä. Kasveja kerätään aurinkoisena tai ainakin poutaisena päivänä. Kasvien vaikuteainepitoisuudet ovat korkeimmillaan kello 11- 15 välisenä aikana. Kasveja kerätään vasta kasteen haihduttua, sillä kosteus pilaa herkästi kasvit säilöntävaiheessa. Kullekin kasville on oma optimaalinen keräysaika, mutta nyrkkisääntönä voidaan pitää seuraavaa: juurakot ja siemenet kerätään syksyllä, muutoin kasvit kerätään keski- tai alkukesällä. Keruutapa määräytyy kasvin mukaan. Jos kerätään koko kasvi (kuten nokkonen), on saksista tai pienistä oksasaksista oiva apu. Keruupaikka on hyvä tarkistaa kokonaan hyvälaatuisten kasvien takia. Keruupaikassa kasvien on oltava koko alalta hyvälaatuisia, jotta huonoja yksilöitä ei pääse mukaan. Tämä vaikeuttaa kasvien siivoamista ja jälkityötä ennen kasvien säilöntää. Eikä huonolaatuisissa kasveissa ole kasville tyypillisiä vaikuteaineita. Kasvit kerätään ilmaviin koreihin, jotta ilma pääsee kiertämään ja kasvit eivät ala pilaantumaan. Eläimille, kuten ihmisillekin, kerätään korkealaatuisia ja hyvinvoivia kasveja. Kasveja ei kerätä maanteiden, teollisuusalueiden eikä kaatopaikkojen läheltä. (Tuomivaara, 2009, 33- 34.)

Kasveja säilötään kuivaamalla tai pakastamalla ne myöhempää käyttöä varten. Kuivaaminen perustuu pitkäaikaiseen, tarpeeksi korkeaan ja tasaiseen lämpötilaan. Yrtit vaativat tasaisen kuivauslämpötilan, noin 30- 38 astetta. Kovasolukkoiset ja öljyiset kasvit, kuten koivu, tummuvat herkästi kuivaamisen aikana, joten ne kuivataan ensin huoneenlämmössä puolikuiviksi, yleensä noin 8-12 tuntia. (Tuomivaara, 2009, 35- 36.)

Kuivurin voi tehdä esimerkiksi vanhasta komerosta. Kuivuri tulee olla helposti puhdistettava, eikä se saa sisältää sellaisia materiaaleja, joista tuotteeseen irtoaa makuja tai hajuja (maalit, maalaamaton vaneri). Niin sanottu maatilavaneri eli filmivaneri soveltuu kuivurin materiaaliksi. Kuivausrilöinä käytetään muovisia tai metallisia ritoilöitä. Ritoilöiden väliin tulee jäädä kuivurissa useamman sentin rako, jotta yrtit kuivuvat. Kuivurin katto tulee olla sen verran suojattu, että pikku ötökät eivät pääse kuivuriin. Ilman kiertosuunta on luontaisesti alhaalta ylös ja lämmönlähteenä käytetään lämpöpuhaltimia. Lämpömittareita kuivurissa on hyvä olla kaksi, toinen lähellä lämmönlähdettä ja toinen poistoilma-aukon vieressä. Kuivumisen jälkeen yrtit pakataan välittömästi. Paras pakkausmateriaali on paperipussi. Yrtit sullotaan kevyesti säkkiin ja säkkiin kirjoitetaan yrtin nimi, päivämäärä ja muita mahdollisia tietoja, kuten kerääjää. Säkki suljetaan tiukasti ja se laitetaan vielä muovipussiin, johon kirjoitetaan samat tiedot. Pelkkään paperisäkkiin pakatessa yrtit saavat kosteutta, sillä paperipussi läpäisee kosteutta. Myös pelkkä muovipussi on huono vaihtoehto, sillä se sähköistää yrtit. Jos yrttimassaan on jäänyt vähänkin kosteutta, yrtit homehtuvat ja pilaantuvat hetkessä. Tiiviit lasipurkit sopivat pienten yrttien säilytykseen. Metallisiin astioihin yrttejä ei ole hyvä laittaa, sillä varsinkin öljypitoiset yrtit voivat liuottaa metallipurkista makua itseensä. Korkealaatuinen kuivattu yrttiraaka-aine on hyvän tuoksuista, paksuimmiltakin osiltaan poikkirapsahtavan kuivaa ja lajilleen tyypillisen väristä. Lehdet ovat vihreitä ja kukat hieman tuoretta vaaleampia. Kuivattu yrttiaines säilyy 2-3 vuotta, kuoret ja

siemenet jopa 4-5 vuotta. Yrtit, joissa öljynystyrät ovat pinnalla (koivu, sitruunamelissa) eivät säily vuotta kauempaa hyvänlaatuisina. Kuivien yrttien pakkauksia säilytetään kuivassa, viileässä (10- 18 astetta) ja pimeässä. (Tuomivaara, 2009, 36- 37- 38.)

Yrtit voidaan myös pakastaa. Alkoholi- ja öljyutteisiin tai voiteisiin tuore tai pakastettu yrtti on kuivattua parempi raaka-aine. Laadullisesti paras rohtovalmiste tulee tuoreesta, juuri kerätystä yrtistä. Pakastettavat yrtit pakataan heti keruun jälkeen muovipusseihin tai – rasioihin. Karkeampia aineksia voi tässä vaiheessa pilkkoa veitsellä pienemmäksi. Pussien tulee olla vahvaa tekoa, jotta ne eivät rikkoudu eivätkä päästä hajuja läpi. Yrtit kannattaa punnita ja pakata samankokoisiin eriin, esimerkiksi 100 grammaa. Yrttejä ei pidä pakastaa samassa pakkasessa kalan tai lihan kanssa, koska ne ottavat helposti makua itseensä. Pakastetut yrtit säilyvät 1-2 vuotta, mutta tehoaineet alkavat vähentyä jo puolen vuoden säilytyksen jälkeen. (Tuomivaara, 2009, 39.)

## 6.1 Yrttivalmisteiden valmistaminen

Tuore tai kuivattu yrtti kokonaisena tai versoista irti revittynä on yrttihoitojen perusmuoto. Yrttejä voi antaa sellaisenaankin kasvinsyöjille. Usein on kuitenkin tarkoituksen mukaista ja välttämätöntä valmistaa rohdosvalmiste. Rohdoksen antomuoto valitaan ensisijaisesti hoidettavan vaivan mukaan. Sisäisesti käytetään yleensä keitettä, haudukkeita eli yrttiteetä, siirappia tai puristetta. Ulkoisesti käytetään voiteita, kääreitä ja puuroja. Sekä sisäisesti että ulkoisesti käytettäviä valmisteita ovat mehut, öljyt, tahnat, pulverit sekä alkoholi- ja öljyutteet. (Tuomivaara, 2009, 40.)

**Öljyutoksella** tarkoitetaan yrtin vaikuteaineiden siirtämistä kasvin solukosta öljyyn. Öljyutoksia käytetään sekä sisäisesti että ulkoisesti. Sisäisesti öljyä käytetään lievittämään vatsavaivoja tai vaikuttamaan lisäravinnon tapaan eläimen ravintotasapainoon ja näin ollen karvan kuntoon. Öljyn mukana kasvin vaikuteaineet saadaan annettua helposti eläimelle. Öljyutoksia tehdessä käytetään tavallisesti tavallista ruokaöljyä, kuten rypsi- ja auringonkukkaöljyä. Öljyutoksen seossuhde on 1:5 eli yksi osa kasvia ja viisi osaa öljyä. Hyvin voimakkaita kasveja voidaan käyttää vähemmän. Pakastetut yrtit rusennellaan jäisinä murusiksi jo ennen pussin avaamista. Öljyutoksen tekoon tarvitaan suppilo, vaaka, steriili umpitölkki tai muu tiivis astia, leveäsuinen hilloamissuppilo, steriili lusikka, kattila sterilointivettä varten ja tietysti yrtit ja öljy. Raaka-aineet punnitaan omiin astioihinsa, esimerkiksi yhteen astiaan 100 grammaa pilkottua, pakastettua tai tuoretta yrttiä ja toiseen astiaan 500 grammaa öljyä. Suppilon avulla umpitölkkiin laitetaan vuorotellen kerron yrttejä ja kerros öljyä. Alimmaiseksi tulee aina kerros yrttejä ja päällimmäiseksi öljy. Kun kaikki ainesosat ovat purkissa, otetaan puhdas, steriili ja kuiva lusikka ja painellaan kaikki yrtit purkin seinämiltä öljyn alle. Purkki suljetaan tiiviisti ja laitetaan kylmään, noin 3-8 asteiseen, pimeään paikkaan kahdeksi viikoksi. Uuton jälkeen seos kaadetaan tölkistä pois. Tähän tarvitaan kulho tai kattila, siivilä, puhdasta sideharsoa ja säilytyspurkkeja. Kattilan tai kulhon päälle laitetaan tiivis siivilä, joka on peitetty harsokankaalla ja öljymassa kaadetaan siihen. Kasvimassaan on sitoutunut uuton aikana paljon öljyä, joten massan annetaan valua kaikessa rauhassa kunnes se vaikuttaa melko kuivalta. Lopuksi siivilään jäänyt kasvimassa puristellaan kuivaksi. Tämän massan voi syöttää rehun mukana tai käyttää sitä hauteena. Valmis öljyutus pakataan pienempiin pulloihin tai lasipurkkeihin. Valmistetta säilytetään pimeässä ja

viileässä. Sen teho säilyy kasvista riippuen puolesta vuodesta kahteen vuoteen. (Tuomivaara, 2009, 43- 44.)

Kasvit voidaan uuttaa myös melassiin. **Melassiuutoksessa** käytetään usein tuoreita yrttejä. Seosuhteena käytetään samaa kuin öljyuutoksessa 1:5. Mietoja yrttejä voi käyttää enemmän ja voimakkaampia vähemmän. Jos uutosta tehdään kuivatuista yrteistä, seossuhde on 1:10. Murskatut yrtit upotetaan melassiin kokonaan ja niiden annetaan uuttua muutamasta päivästä viikkoon. Uutosta annetaan hevosille kupillinen päivässä rehuun sekoitettuna. Yrttien siivilöiminen melassista pois ei ole tarpeen. (Tuomivaara, 2009, 44.)

Eläimille valmistetaan ulkoiseen käyttöön **yrttivoiteita ja –salvoja**. Yrttiöljyistä voiteet eroavat lähinnä käyttökohteeltaan. Kun tarvitaan rasvan tuomaa suojaa tai kun hoidettavan kohdan on pysyttävä pitkään yrtin vaikutukselle alttiina, käytetään voidetta. Voiteiden käyttökohteena on esimerkiksi rivi. Yrttivoiteita voi tehdä monella tavalla. Helpoin tapa on sekoittaa yrtti tai öljyuutosta perusvoiteeseen, kuten vaseliiniin. Tämän voiteen ongelmana on kuitenkin se, että se on sekoitettava joka kerta uudelleen, sillä yrttiöljy tai kuivattu yrttirouhe erottuu vaseliinista nousten sen pinnalle. Yrttivoiteen tekijän on oltava huolellinen! Prosessin aikana palamisvaara on suuri, joten sammutuspeite on hyvä varata lähistölle. Desinfiointujen purkkien on oltava valmiiksi esillä, jotta voide saadaan kaadettua kattilasta ennen kuin se hyytyy. Keitetty voide on myös erittäin kuumaa, joten astioiden on kestävä reilusti yli sadan asteen lämpötila. Seuraavassa on esimerkki kookosrasvaan tehdystä voiteesta. Raaka-aineet ovat: tuoretta tai pakastettua yrttiä, ruokaöljyä, kookosrasvaa ja mehiläisvahaa. Voiteen tekemiseen tarvitaan kaksi paksupohjaista teräskattilaa, pitkävirtainen lasta tai kauha, muov-, metalli- tai lasipurkkeja ja niihin kansiä, vahva siivilä ja siihen harsokangas sekä vaaka. Seuraava resepti on perusresepti keittämällä valmistettavasta yrttivoiteesta. Mehiläisvahan määrää säätelemällä saadaan voiteesta kovempaa tai notkeampaa.

#### Perusresepti

100 grammaa öljyä (rypsiöljy tai muu korkea lämpötilaa kestävä öljy)

50- 80 grammaa rouhittua yrttiä

100 gramma kookosrasvaa (tai muuta kovettuvaa kasvi- tai eläinrasvaa) Eläinrasvassa huomioitava tarttuvat eläintaudit!

30 grammaa mehiläisvahaa

Kookosrasva ja öljy kuumennetaan niin kuumiksi, että seos hieman pyörteilee, mutta ei kiehu. Yrtit laitetaan kattilaan varoen roiskuvaa öljyä. Seosta sekoitellaan hiljalleen ja pidetään miedolla lämmöllä. Jos seos tuntuu kiehuvan voimakkaasti, kattila siirretään levyiltä pois jäähtymään välillä. Yrttien tulee poreilla hiljalleen öljyssä ja niitä sekoitetaan koko ajan. Alkuvaiheessa öljy imeytyy lähes kokonaan yrtteihin, mutta alkaa vähitellen vapautumaan takaisin kattilaan. Tämä pieni perusannos kypsyy nopeasti, yleensä 15-30 minuutissa kasvista ja lämpötilasta riippuen. Keittäminen lopetetaan, kun öljy on selvästi irtaantunut takaisin ja kasvimaassa alkaa rahista. Tämän kuulee ja tuntee, kasveja sekoittaessa kasvit muuttuvat rapean koviksi ja kuultaviksi. Keite on otettava heti pois, kun ra-

hina alkaa, muuten yrtit alkavat palamaan. Siivilöinti, joka on seuraava työvaihe, tulee suorittaa varovaisesti, sillä seos on kuumaa. Kattilan sisältö kaadetaan siivilään, joka on peitetty harsolla ja se on asetettu toisen kattilan päälle. Öljyn annetaan valua ja yrttimassaa puristellaan lastan avulla mahdollisimman kuivaksi. Lopuksi harsokankaan voi kiertää myrkyksi ja puristaa sen avulla öljyä irti mahdollisimman paljon. Siivilöinnin jälkeen kattila laitetaan levyille aivan mietoon lämpöön, eikä sitä keitetä enää. Yrttiöljyyn lisätään nyt paloitettu mehiläisvaha. Kun kaikki vaha on sulanut, voide purkitetaan välittömästi. Purkit suljetaan ensin vain laittamalla kannet niiden päälle ja vasta myöhemmin kiertämällä ne kiinni. Purkkeja ei liikutella hyytymisen aikana. Voiteet säilytetään viileässä paikassa. Tehoaineet säilyvät 1-2 vuotta. Jos voiteeseen tulee härskiintynyt tai muuten epämiellyttävä tuoksu, kannattaa voide hävittää. (Tuomivaara, 2009, 46- 49.)

Eläimille valmistetaan myös **yrttihaudukkeita ja -keitteitä** sekä sisäiseen että ulkoiseen käyttöön. Haudukkeet tunnetaan myös nimellä yrttiteet. Jos lientä joudutaan keittämään ennen kuin vaikuteaineet saadaan kasvista nesteeseen, tätä valmistetta sanotaan keitteeksi. Haudukkeet ja keitteet tehdään yleensä kuivatuista yrteistä, mutta tuorettakin yrttiä voidaan käyttää. Tuoretta yrttiä tarvitaan noin puolet kuivatun yrtin määrästä, eli painomitoissa 10 grammaa kuivattua yrttiä vastaa noin 100 grammaa tuoretta yrttiä. Yrttien käyttömäärä riippuu kasvilajista: voimakkaan makuisia ja voimakkaasti vaikuttavia yrtejä käytetään vähemmän kuin miedon makuisia. Ulkoiseen käyttöön, esimerkiksi haavan huuhteluun, haudukkeesta kannattaa tehdä voimakkaampi. Hauduke käytetään sellaisenaan tai laimennettuna sisäisesti juottamalla tai ulkoisen vauriokohdan huuhteluun. Keite valmistetaan kovakuorisista tai muuten huonosti vaikuteaineita luovuttavista yrteistä tai yrtin osista. Näitä ovat usein siemenet, juuret ja muut kovat kasvinosat sekä jäkälät ja peltokorte. Parhaiten vaikuteaineet saadaan irtoamaan, kun kasvia liotetaan ensin vedessä ja sen jälkeen keitetään hiljaisella lämmöllä 15- 30 minuuttia. Yrttiainesten ja veden suhde on sama kuin haudukkeilla. Kasviaines siivilöidään pois ja keite käytetään kuten hauduke. Keitteet ja haudukkeet ovat huonosti säilyviä, mieluiten niitä tehdään vaan päivän tarpeeksi kerrallaan. Ne on säilytettävä viileässä, eikä niitä pidä käyttää enää parin vuorokauden kuluttua valmistuksesta.

#### Yrttihaudukkeen perusohje

1 litra kiehuvaksi kuumennettua vettä

½-1 desilitra kuivattua, yhtä tai useampaa yrttiä

Yrtit lisätään kiehuvaan veteen ja kattila siirretään pois levyltä. Nesteen annetaan hautua noin 10 minuuttia keittämättä. Yrtit siivilöidään pois ja neste jäähdyytetään haaleaksi ja käytetään. (Tuomivaara, 2009, 52- 53.)

## 6.2 Lääkekasvit

**Kamomillaa** (*Matricaria chamomilla* saksalainen kamomilla, *Chamamelum nobile* roomalainen kamomilla) on kahta eri tyyppiä, roomalainen ja saksalainen kamomilla. Ne ovat vaikutuksiltaan samantyyppisiä. Kamomillaa käytetään rauhattomilla hevosilla, sen rauhoittavien ominaisuuksien takia. Myös ennen kilpailuja sitä voidaan syöttää rauhoittamaan hevosen hermoja. Kamomilla on luonnon

tuote ja siksi se ei ole kiellettyjen aineiden listalla kilpailuissa. Kamomillaa sisältävät voiteet ovat hyödyllisiä ihottumiin, muun muassa kesäihottumaan. Kamomillan kukkia käytetään kuivattuna tai tuoreina, kuitenkin enintään 50 grammaa päivässä. (Morgan, 2006, 18.)

**Minttu** (*Mentha x piperita* piparminttu, *Menhta spicata* minttu) Mintun vaikutukset on tunnettu jo kauan. Minttu rauhoittaa, laukaisee kourituksia, desinfioi, lisää sapon ja muiden ruoansulatusnesteiden eritystä. Minttua on käytetty rauhottomien eläinten hoitoon, imettävien eläinten juomana sekä puhdistustarkoitukseen ja kiiman tehostamiseksi. Minttua käytetään sisäisesti suu- ja kurkkutulehduksiin. Sillä hoidetaan ähkyä ja muita kaasuvaivoja sekä huonoa ruoansulatusta ja ruoansulatusongelmia. Mintun maku on vahva, joten sitä kannattaa lisätä johonkin eläimelle maittavaan ruokaan. Mintun vaikutus on myös vahva, joten sen jatkuvaa sisäistä käyttöä on suotavaa välttää. Ulkoisesti minttu vaikuttaa viilentävästi, ihohuokosia supistavasti ja rentouttavasti. Erilaiset rasitusvammat voidaan hoitaa minttuvoiteella, -öljyllä tai -hauteilla. Mintun antimikroobisen vaikutuksen takia uutokset soveltuvat hitaasti paranevien haavojen hoitoon. Piparminttuöljy sisältää mentolia, jolla on sieniä tuhoava vaikutus, minkä vuoksi sitä on hyvä käyttää pälviksiin. 2-3 tippaa öljyä 10 millilitraan vettä sekoitettuna riittää. Öljy käy myös tulehtuneiden nivelten hoitoon, tällöin sitä laimennetaan 10 tippaa 25 millilitraan auringonkukkaöljyä. Kuivattua minttua voi syöttää enintään 50 grammaa päivässä. (Morgan, 2006, 16; Tuomivaara, 2009, 98- 99.)

**Valkosipuli** (*Allium sativum*) on monikäyttöinen kasvi. Se on tunnettu rohtona jo muinaisista ajoista lähtien. Valkosipuli on yksi tutkituimmista rohdoskasveista. Sen vaikutus perustuu monenlaisiin entsyymeihin, happoihin ja öljyihin. Valkosipuli laukaisee kourituksia, kohottaa yleiskuntoa, lisää vastustuskykyä, kiihdyttää aivotointia ja piristää. Valkosipulin käyttö ruokinnassa lisää sapon eritystä ja suolen liikettä, torjuu hiivaa suolessa, lievittää kaasunmuodostusta ja estää rehun käymistiloja vatsassa. Se on antibioottinen, estää bakteerien kasvua, lisää virtsaeritystä ja poistaa nestettä. Valkosipulin tunnettuja käyttökohteita sisäisesti ovat erilaiset tulehdustilat, kuten keuhkotulehdukset. Vilustumissairaudet ja yskät paranevat valkosipulilla, etenkin jos hoito aloitetaan heti ensioireiden ilmaannuttua, jolloin valkosipulia syötetään kokonaisina sipuleina tai kynsinä. Kynsiä ei tarvitse kuoria. Valkosipulin käyttö ähkyissä, suolistotulehduksissa, kasvainten hoidossa ja ennen kaikkea mato- lääkkeenä on tunnettu yleisesti. Valkosipulia käytetään myös vahvistamaan kiimaa. Hyvän yleiskunnon ja vireyden ylläpitämiseksi hevosille syötetään 4-5 kynttä päivässä jatkuvasti. Eläimen sairastuessa annos kolminkertaistetaan. Valkosipulia voidaan tarjota jauhettuna, kuivattuna, haudukkeena tai erilaisina utteina. Hauduke valmistetaan sekoittamalla 50 grammaa hieman murskattua valkosipulia litraan kuumaa vettä. Tätä haudutetaan 10-15 minuuttia ja annetaan haaleana hevoselle ½ litraa päivässä. Jos hauduke ei maistu sellaisenaan, makeutetaan se ja lisätään ripaus suolaa. Hunaja- ja melassiuutos tehdään suhteessa 1:5, jossa yksi osa on kynsiä ja viisi osaa melassia tai hunajaa. Utteiden annetaan kehittyä viikosta kahteen, mutta pitempi aikakaan ei ole haitaksi. Sopiva päiväannostus on 30 tippaa hevosille. Ulkoisessa käytössä valkosipuli on tehokas rohto parannettaessa ihon ja sarveisaineksen sieni-infektioita, bakteeritartuntoja, syyliä ja ihovaurioita kuten riviä. Valkosipuli tunnetaan myös hyönteisten- ja käärmeenpuremien hoidossa sekä haavojen hoidossa. Ihovaivoihin valitaan tilanteen mukaan joko alkoholiuutos, hauduke, hunajauutos tai kuivatusta val-

kosipulista tehty pulveri. Jos iho on ehjä, on tehokkainta laittaa siihen suoraan murskattua valkosipulia. Valkosipulista erittyvät rikkiyhdisteet ja muut voimakkaat hapot kirvelevät ja jopa polttavat ihoa, joten valkosipulipakkauksia ei pidä pitää pitkiä aikoja paikallaan sellaisenaan ilman väliaineita (voide, hunaja).

#### Valkosipulihunaja rivin ja muiden rohtumien hoitoon

1 teelusikka murskattua, tuoretta valkosipulia

1 desilitra hunajaa

Hoidettava alue puhdistetaan ja kuivataan huolellisesti, jonka jälkeen levitetään ohut kerros perusvoidetta. Ainekset sekoitetaan keskenään ja massaa levitetään reilu kerros hoidettavalle alueelle. Alue peitetään rohtoraunioyrtin tai ratamon lehdellä. Jos lehtiä ei ole saatavilla, muovikelmu käy. Päälle kääritään pinteli. Pakkaus avataan viimeistään neljän tunnin kuluttua ja alue puhdistetaan ja kuivataan. Käsittely voidaan tarvittaessa uusia muutaman tunnin kuluttua. Jos hoidettavan alueen iho punoittaa kovasti vielä muutaman tunnin kuluttua käsittelystä, kannattaa seuraavaan pakkaukseen valita jotain miedompaa yrttiä tai pelkkää hunajaa. (Tuomivaara, 2009, 158- 159.)

**Nokkonen** (*Urtica dioica*) on yleinen kasvi koko Suomessa. Kasvi sisältää paljon klorofylliä, karoteenia, C,- E,- ja B- vitamiineja, paljon kivennäisaineita kuten piitä, kalkkia, magnesiumia, kalsiumia, rautaa, kaliumia ja seleeniä. Kasvilla on antioksidanttisia vaikutuksia. Lisäksi se sisältää muun muassa foolihappoa, histamiinia, muurahaishappoa ja estrogeenia. Kasvin voimakas maku ja haju johtuvat sen runsaasta kivennäispitoisuudesta. Rohdokseksi käytetään koko kasvi. Kasvista kerätään keväällä 10- 15 senttimetrin korkuisia nuoria versoja, jotka voidaan pakastaa tai käyttää heti. Myöhemmin kesällä, ennen kukintaa ja sen aikana, kasvista kerätään kuivattavia lehtiä tai kokonaisia versoja lehtineen. Kuivattu kasvi käytetään 2- 3 vuoden sisällä keruusta. Syyskesällä voidaan kerätä kasvista myös siemenet, jotka ovat ominaisuuksiltaan tehokkaampia kuin muut kasvin osat.

Nokkonen on vanhastaan tunnettu rohto ”joka vaivaan”. Nokkosen rohdoskäytöstä on tietoa jo antiikin ajoilta. Nokkonen on yleisrohdos, joka hillitsee tulehduksia ja nopeuttaa toipilaiden parantumista. Nokkosen lehtiä ja siemeniä voi syöttää melko vapaasti lisärehuna eläimille. Ainostaan tiineet tammat eivät saisi syödä suuria annoksia nokkosta, sen korkean estrogeenipitoisuuden takia. Varsomisen ja imetyksen aikana se on suositeltava kasvi, sillä se lisää maidontuotantoa. Sisäisesti käytettynä nokkonen auttaa munuaisvaivoihin, poistaa nestettä ja turvotusta, lisää sapeneritystä ja parantaa ruokahalua. Nokkoshauduketta käytetään suolistovaivoihin ja tasapainottamaan suoliston toimintaa. Nokkonen lisää hemoglobiinin tuotantoa ja siten parantaa hapenottokykyä ja yleiskuntoa. Nokkosesta tehdyn jauheen lisääminen rehuun parantaa karvan, luuston ja kaviora-aineiden kestävyttä. Ulkoiseen käyttöön kuivatusta tai tuoreesta nokkosesta tehdään pakkauksia särkeville lihaksille ja raajoille. Tässä hyödynnetään kasvin poltinkarvojen muurahaishappoa. Nokkosesta voidaan tehdä nokkosiemenöljyä seuraavasti:

#### Nokkosiemenöljy

1 desilitra kuivattuja nokkosen siemeniä



½ litraa ruokaöljyä

Ruokaöljy ja siemenet laitetaan puhtaaseen umpiotölkkiin ja sekoitetaan varovasti puhtaalla lusikalla. Siemeniä ei saa jäädä purkin seinämille. Seoksen annetaan uuttua viileässä kaksi viikkoa, jonka jälkeen siemenet siivilöidään seoksesta pois. Siemenet voidaan syöttää eläimille. Öljyä käytetään kaikenlaisiin ihovaivoihin, kaviohalkeamiin ja rohtumiin. Sisäisesti öljyä annetaan luonnon omana vitamiinivalmisteena hevosille ruokalusikallinen päivässä rehuun sekoitettuna. Valmis öljy säilyy huoneenlämmössä. Viileässä säilytettäessä tehoaineiden hajoaminen on kuitenkin hitaampaa. (Tuomivaara, 2009, 108- 110.)



KUVA 3. Nokkonen (*Urtica dioica*). (Jarmo Lampimäki 2012)

**Voikukka** (*Taraxacum officinale*) maistuu useimmille hevosille. Kasvista kerätään kukkamykeröt, lehdet, juuret ja kukkavarret. Voikukan lehdet kerätään kevätkesällä ennen kukintaa, kukkamykeröt juuri ennen niiden avautumista ja juuret syksyllä. Lehdet kuivataan tai pakastetaan tulevista käyttötärpeistä riippuen. Kukkamykeröt keitetään tuoreeltaan siirapiksi tai pakastetaan. Juuret pestään huolellisesti, siivutetaan ja kuivataan. Kukkavarret käytetään tuoreeltaan. Voikukka on vitamiinipitoinen kasvi. Sen lehdissä on runsaasti A-, B-, C-, ja D-vitamiinia sekä kaliumia. Siinä on lisäksi paljon kivennäisaineita kuten magnesiumia ja fosforia. Voikukat edistävät nesteen poistumista kehosta, maksan ja ruuansulatuksen toimintaa. Voikukalla on verta puhdistava vaikutus ja se auttaa kaviokuumeeseen, iho-ongelmiin ja reumatismiin. Voikukkaa syötetään kuivattuna 50 g päivässä tai tuoreeltaan pari isoa kourallista päivässä. (Morgan, 2006, 8; Tuomivaara, 2009, 163.)



KUVA 4. Voikukka (*Taraxacum officinale*). (Jarmo Lampimäki 2013)

**Sitruunamelissa** (*Melissa officinalis*) on tuttu monille kaupan yrteihyllystä. Sitä voi viljellä kotipuutarhassa, mutta sen talvehtiminen on Suomen oloissa epävarmaa. Sitruunamelissaa on viljelty jo antiikin aikana mesi- ja rohdoskasvina. Sitruunamelissan vaikuteaineista tärkeimpiä ovat eteeriset öljyt, joita ovat muun muassa sitronellaalia, sitraali ja limoneeni. Kasvista kerätään lehdet ja joskus myös versot, jotka kuivataan tai pakastetaan. Sitruunamelissalla on rauhoittava vaikutus. Se edistää ruoansulatusta ja laukaisee jännityksiä ja lihaskouristuksia. Sen on todettu olevan antibakteerinen ja torjuvan viruksia. Sitruunamelissaa käytetään sisäisesti laukaisemaan kouristuksia ja lihasjännitystä sekä edistämään ruoansulatusta. Apaattisille eläimille sitruunamelissasta voi olla apua. Se helpottaa myös akuutteja vaivoja, kuten keuhkoputkentulehdusta, kuumetta ja vilustumisoireita. Se on mieto kasvi, joten sitä voidaan syöttää melko vapaasti tuoreena tai kuivattuna. Rauhoittavaa ja puhdistavaa sitruunamelissaa käytetään ulkoisesti hyönteisten puremiin ja tulehtuneisiin haavoihin. Sitruunamelissan eteerinen öljy on helposti haihtuvaa, joten se ei sovellu hyvin voiteisiin tai muihin pitkää kuumentamista vaativiin valmisteisiin. (Tuomivaara, 2009, 148- 149.)



KUVA 5. Sitruunamelissa (*Melissa officinalis*). (Friman 2015)

**Eukalyptuksen** (*Eukalyptus sp.*) lehtiä käytetään viilentämään ja hillitsemään tulehduksia. Lehdistä tehtyä hauduketta käytetään sekä sisäisesti että ulkoisesti torjumaan bakteereja, helpottamaan kouristuksia ja irrottamaan limaa. Kasvista ei ole saatavilla lehtiä Suomessa, mutta niistä tehtyjä valmisteita on markkinoilla. Kasvista saadaan voimakkaita eteerisiä öljyjä, jotka hoitavat monia vaivoja. Ulkoisessa käytössä eukalyptusöljyä sekoitetaan yleensä apuaineisiin, kuten perusvoiteeseen tai hunajaan. Seosta käytetään iholle esimerkiksi haavoihin, turvotuksiin sekä ruhje- ja rasitusvammoihin. (Tuomivaara, 2009, 170.)



KUVA 6. Eukalyptus sisältää eteerisiä öljyjä ja sitä käytetään myös aromaterapiassa. (Friman 2015)

**Leskenlehteä** (*Tussilago farfara*) käytetään yleisesti yskänlääkkeissä, sillä se rauhoittaa kuivaa yskää. Hevoselle voidaan antaa samaa leskenlehtisiirappia, jota on myös ihmiselle käytössä. Tällöin annetaan 30 ml, joko suoraan suuhun ruiskutettuna muoviruiskulla tai ruokaan sekoitettuna. Usein valmiste on suoraan saatavana valmiina seoksena. (Morgan, 2006, 20.)

**Puna-apila** (*Trifolium pratense*) on monikäyttöinen kasvi, joka sopii verta puhdistavan ominaisuutensa vuoksi esimerkiksi kesäihottuman hoitoon. Se sopii myös keuhkoputkentulehduksen tai muun vastaavan hoitoon. Kasvia voi käyttää tuoreeltaan, murskaamalla tuoreet kukat ja hieromalla niitä hyönteisten puremiin. On muistettava kuitenkin, että ampiaisen pistot ja muiden vaarallisten hyönteisten puremat on näytettävä eläinlääkärille. Puna-apilassa vaikuttava aine on metyyllisalisitaatti, joka on väritön tai kelta-punainen öljymäinen neste, jota esiintyy puna-apilan lisäksi myös metsätähdessä. (Wikipedia, Metyyllisalisylaatti) Muita puna-apilan vaikuttavia aineita ovat muun muassa flavonoidit, salisyylihappo, vitamiinit (muun muassa B-vitamiinit, C-vitamiini, biotiini), orgaaniset hapot, eteeriset öljyt ja karoteeni. (Tuomivaara, 2009, 130). Kukat voidaan kuivata tai niistä voi valmistaa siirappia keittämällä ne sokerin ja veden kanssa. Kuivia kukkia syötetään enintään 50 g päivässä. Kukat voi syöttää myös tuoreeltaan. (Morgan, 2006, 10.)



KUVA 7. Puna-apila (*Trifolium pratense*). (Jarmo Lampimäki 2013)

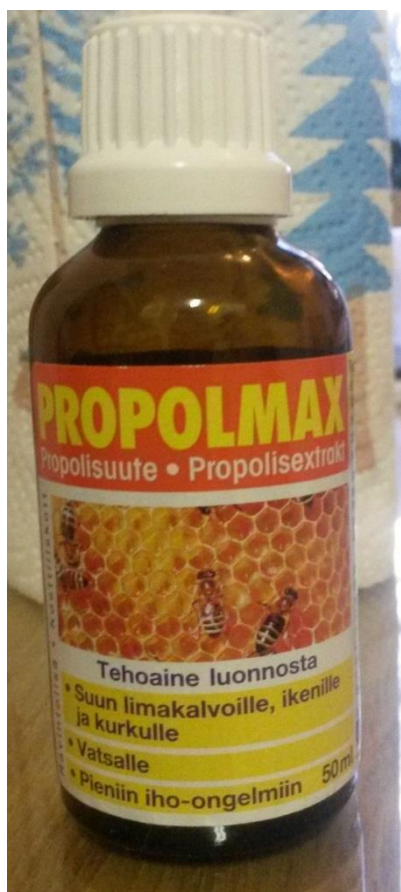
**Vadelmaa** (*Rubus idaeus*) voidaan syöttää tiineelle tammalle tiineyden loppuvaiheessa (viimeiset 8 viikkoa) ja varsomisen jälkeen. Kasvi auttaa kehittämään lantionpohjan lihaksia ja edistämään maidontuotantoa. Vadelmassa oleva fragriini- niminen aine vahvistaa kohdun ja lantion lihaksistoa. (Tuomivaara, 2009, 156) Annostuksena annetaan enintään 50 g kuivattuja tai 75 g tuoreita lehtiä päivässä. (Morgan, 2006, 15) Vadelmasta käytetään marjat ja eläinrohdoksena yleisesti vitamiinipitoiset lehdet, jotka sisältävät paljon C-vitamiinia. Lisäksi lehdistä on paljon kivennäisaineita, kuten magnesiumia ja mangaania, sekä K- ja B6-vitamiineja. Marjat edistävät munuaisten, maksan ja suoliston toimintaa. Kasvin eri osat rauhoittavat rohdoksena vatsaa ja suolistoa ja tasaavat verensokeria. Vadelmalla on antioksidanttisia vaikutuksia sekä tulehdusta ja viruksia torjuvia ominaisuuksia. Sisäisesti eläimille annetaan vadelmamehua, lehdistä tehtyä hauduketta ja marjasiirappia. Näillä hoidetaan kuumetta, kurkku- ja suutulehduksia. Vadelma auttaa vatsarohdoksena niin ripuliin kuin ummetukseenkin. Vadelmahauduke ja -siirappi sekä tuoreet marjat lisäävät ääreisverenkiertoa ja sopivat näin ollen viluisille ja vilustuneille eläimille sekä jalkavaivaisille. Vadelmanlehti on mieto rohdos, joten sitä voidaan antaa melko vapaasti. (Tuomivaara, 2009, 156.)

**Aaloe** (*Aloe vera*) eli lääkeaaloea käytetään tuoreena, mehuna tai erilaisina valmisteina, kuten ulkoisesti alkoholiuutoksena tai sisäisesti siirappina mahahaavaan, tappamaan bakteereja ja lisäämään ruokahalua. Aaloe on myös ummetusrohto ja tepsii ähkyy. Aaloen lehdistä saadaan mehua, jota käytetään märkiviin ihottumiin, haavoihin, palovammoihin ja huonosti paraneviin arpiin. Aaloella on ihoa uudistava ja bakteereita tuhoava vaikutus. (Tuomivaara, 2009, 169.)

**Kamferin** (*Cinnamomum camphora*) vaikutus perustuu sen eteerisiin öljyihin, joista tehdään erilaisia linimenttejä ja uutoksia. Sisäisesti kamferia voidaan käyttää keuhko- ja sydäntulehduksien hoitoon. Ulkoisesti sitä käytetään lihastulehduksissa, särkyissä ja rasisusvammoissa. Nuorille eläimille se on rohdoksena liian voimakas. (Tuomivaara, 2009, 172.)

**Laventeli** (*Lavendula angustifolia*) on yksi tunnetuimmista kasviterapiassa ja etenkin aromaterapiassa käytettävistä kasveista. Laventelia käytetään lähinnä ulkoisesti torjumaan sieni-infektioita ja muita ihotulehduksia sen puhdistavien ja bakteereja tuhoavien ominaisuuksien takia. Laventelin eteerinen öljy vaikuttaa viilentävästi ja rauhoittavasti. Hyönteisten puremiin ja muiden tulehtuneiden pikkuhaavojen hoitoon laventeliöljyä laimennetaan tilkalla ruokaöljyä. Laventelin tuoksu ja maku ovat voimakkaita, joten eläimiä on vaikea saada syömään sitä. (Tuomivaara, 2009, 173.)

**Propolis** eli mehiläiskittivaha on mehiläistarhauksessa saatava sivutuote. Mehiläiset valmistavat sitä eräänlaiseksi eristeeksi pesän rakoihin torjumaan ulkopuolelta tulevia taudinaiheuttajia. Mehiläiset valmistavat sitä kerrallaan vain vähän, joten se on arvokas raaka-aine. Toisaalta jo hyvin pienestä määrästä saadaan pullollinen käyttövalmista propolisuutetta. Propolis on tummanruskeaa, tiivistä ja hieman tahmeaa ainetta. Propolisuute on yleisrohdos tulehduksiin. Sen sisältämät antibiootit ovat hyödyksi haavojen hoidossa. Tulehtuneeseen haavaan tiputetaan muutama tippa uutetta, joka muodostaa suojaavan, vahamaisen kalvon hoidettavan kohdan päälle. Propoliksien voimakas maku vaikeuttaa sen sisäistä käyttöä, mutta sitä voidaan antaa melassin, veden tai hunajan kera sisäisesti hoitamaan tulehduksia ja vilustumisia. (Tuomivaara, 2009, 175.)



KUVA 8. Propolis. (Friman 2015)

**Mesiangervo** (*Filipendula ulmaria*) on kosteiden niittyjen, ojien, rantojen ja kesantopeltojen voimakastuoksuinen yrtti, jonka tunnistaa kermanvalkoisesta kukkaröyhystä. Kasvista käytetään lehdet ja kukat. Lehdet kerätään alkukesällä ennen kukintaa lehtiruoteineen tai sitten koko kasvi kerppuina

kuivattavaksi. Mesiangervon vaikuteaineista merkittävin on salisyylihappo. Lisäksi siinä on vitamiineja, eteerisiä öljyjä, tanniinia ja orgaanisia happoja. Mesiangervoa käytetään sisäisesti tulehduksen, kuumeen ja erilaisten särkyjen hoitoon. Sillä on voimakas nestettä poistava vaikutus. Sisäiseen käyttöön sopivat haudukkeet, kokonaisena tai jauhettuna nautittavat tuoreet tai kuivatut lehdet. Vilustuneille ja kuumeisille eläimille mesiangervoa voidaan käyttää haudukkeena eri yrttien, esimerkiksi siankärsämön ja koivun, kanssa. Juomaa annostellaan 20 grammaa hevosille. Mesiangervon kukista saadaan erinomainen alkoholiuutos. Mesiangervohauduketta voidaan käyttää ulkoisesti paloja muihin ihovammoihin. Mesiangervosta tulee tehokasta yrttivoidetta ja-öljyä, joita voidaan käyttää ulkoisiin ihottumiin, rohtumiin, haavoihin, palovammoihin ja ruhjeisiin. Mesiangervohaudetta käytetään kavionpohjan vammojen, kuten kaviopaiseen, hoitoon. Mesiangervon tulehdusta estävät vaikuteaineet edistävät parantumista ennen ja jälkeen paiseen puhkaisun. (Tuomivaara, 2009, 97.)

**Kehäkukka** (*Calendula officinalis*) ei kuulu Suomen alkuperäiseen lajistoon, mutta se menestyy hyvin kukkapenkissä. Sen kukat ovat suuret ja oranssit, joskus keltaiset. Kehäkukka on lähes tuoksuuton ja miedon makuinen, joten se on oivallinen kasvi eläinten hoidossa. Kehäkukkaa on käytetty lääkkeenä jo antiikin aikana. Yleensä kasvista käytetään kukat, koska niissä on eniten tehoaineita ja niiden maku on vähemmän karvas kuin vihreissä osissa. Kehäkukassa on myös eteerisiä öljyjä ja flavonoideja. Kehäkukka on antibakteerinen ja usein sitä käytetään tulehduslääkkeenä. Sisäisesti kehäkukkaa voidaan syöttää tuoreena tai kuivattuna. Huonokarvaiset ja iho-ongelmaiset eläimet hyötyvät kehäkukan sisältämästä karoteenista. Kehäkukalla on myös puhdistava, suolistoa hoitava ja ruoansulatusta parantava vaikutus. Mietona rohtona se voidaan murentaa rehun päälle. Kasvi voidaan antaa myös haudukkeena, jolloin se soveltuu myös nuorten eläinten vatsavaivoihin tuttipullolla juotettuna. Ulkoisesti käytettäväksi kehäkukasta kannattaa tehdä ihovoidetta, jolla hoidetaan iho-ongelmia, kuten haavoja. (Tuomivaara, 2009, 78.)

**Koivut** (*Betula ssp.*) Koivusta käytetään rohtona yleensä lehdet. Keväällä koivusta saadaan myös mahlaa, joka on erinomainen vitamiinijuoma. Koivun lehtien kerääminen vaatii maanomistajan luvan. Koivun lehdissä ja silmuissa on paljon vitamiineja muun muassa C-vitamiinia. Koivulle ominainen voimakas, aromaattinen tuoksu johtuu sen sisältämästä suuresta eteeristen öljyjen määrästä. Koivu on melko voimakas rohdos, joten sen pitkäaikaista sisäistä käyttöä ei suositella. Kahden viikon käytön jälkeen suositellaan pidettäväksi taukoa. Koivu tunnetaan etenkin sisäisesti käytettynä puhdistavana rohtona. Koivusta tehty hauduke edistää sapsen juoksua ja poistaa turvotusta. Hauduketta varten haudutetaan kourallinen kuivattuja lehtiä kahdessa litrassa vettä ja hauduke juotetaan lämpimänä eläimelle, niin paljon kuin se haluaa juoda. Hauduke auttaa myös vilustumiseen ja virtsaamisvaivoihin. Vahvaa koivuhauduketta on käytetty myös matolääkkeenä. Ulkoisesti koivua käytetään estämään tulehduksia, poistamaan turvotusta, viilentämään ja puhdistamaan. Naarmut, huonosti paranevat haavat ja kuumottavat vammakohdat paranevat koivuhoidolla. Yleisimmin käytetään murskatuista ja tuoreista lehdistä tehtyä puuroa tai alkoholiuutosta eli linimenttiä. Koivun mahla on hyvä kivinäis- ja suolahappolisä eläinten ruokavalioon. Mahla sisältää sulfa-aineita, jotka vahvistavat suolistoa erilaisia taudinaiheuttajia ja tulehduksia vastaan. Mahla säilyy huonosti, joten sitä annetaan aina tuoreeltaan. (Tuomivaara, 2009, 81- 82.)

**Lutukka** (*Capsella bursa-pastoris*) on matala, tyviruusukkeellinen Suomessa yleinen rikkakasvi, mutta sillä on myös kasvilääkinnällisiä hyötyjä. Lutukasta käytetään verso, joka kerätään alkukesällä. Kasvi käytetään mieluiten tuoreena, koska kuivaaminen hävittää sen tehoaineita. Lutukan vaikuteaineita ovat muun muassa parkkiaineet, koliini, histamiini ja orgaaniset hapot. Kasvi sisältää runsaasti kaliumia ja useita vitamiineja muun muassa K-vitamiinia. Kautta aikojen lutukka on tunnettu muun muassa verenvuodon tyrehtyttäjänä. Kasvilla on todettu myös olevan vaikutusta sydämen ja maksan toimintaan. Lutukkahaudukkeella voi sisäisesti lääkittää ripulista tai muista vatsavaivoista kärsiviä eläimiä. Lutukka on tiineiden ja synnyttävien eläinten yrtti. Kasvi vahvistaa kohdun lihasjänteyttä ja nopeuttaa varsomista ja siitä palautumista. Monet hevoset pitävät lutukasta. Lutukkaa voidaan antaa myös alkoholiuutoksena. Leikkauksesta toipuvaa eläintä hoidetaan lutukalla, jolloin versoa syötetään yhdessä esimerkiksi piharatamon ja pihatähtimön kanssa. Ulkoisesti lutukasta valmistetut pulverit, puurot ja alkoholiuutokset auttavat ihovaivoihin. Lutukka ei sovellu voiteisiin ja öljyihin, sillä sen vaikuteaineet häviävät kuumennettaessa. (Tuomivaara, 2009, 93- 94.)

**Auringonkukka** (*Helianthus Annuus*) Auringonkukan tärkein rohdoksellinen osa on sen öljy. Auringonkukkaöljyn valmistaminen ei onnistu kotikonstein. Öljyn rasvakoostumus on erinomainen. Sen lisäksi öljyssä on orgaanisia happoja ja vitamiineja. Myös kasvin lehdet soveltuvat eläinten ruoaksi, sillä niissä on paljon flavonoideja ja vitamiineja. Eläinten hoidossa auringonkukkaöljyä käytetään useinmiten vatsa- ja suolitukoksen avaamiseen sekä sappi- ja maksavaivoihin. Öljy stimuloi sapeneritystä. Synnyttäneille eläimille voidaan antaa auringonkukkaöljyä jälkeisten poistumisen edistämiseen. Auringonkukkaöljyä voidaan antaa hevosille puoli litraa kerralla. Tiineille eläimille se ei sovi korkean estrogeenipitoisuuden vuoksi. Jatkuva käyttö voi kuormittaa maksaa, joten päivittäisen annoksen tulee olla pienempi, muusta ruokinnasta riippuen suurille eläimille korkeintaan 1-2 desilitraa päivässä rehuun sekoitettuna. Auringonkukkaöljy on hyvin energiapitoinen, joten sen liika syöttäminen voi lihottaa eläintä pitempi aikaisessa käytössä. (Tuomivaara, 2009, 60- 61.)

**Basilika** (*Ocimum basilicum*) on yksivuotinen ja melko vaatava kasvi. Se on hyvin hallanarka ja palttuu jo 4-5 asteen lämmössä. Se tarvitsee melko voimakkaan puutarhamaan ja pitää tuhkasta. Basilikasta käytetään lehdet ja varret. Sen tärkeimmät vaikuteaineet ovat erilaiset eteeriset öljy, parkkihapot ja flavonoidit. Sisäisesti kasvia käytetään yrttisekoituksissa. Öljyihin ja voiteisiin se sopii antamaan makua ja tuoksua. Se edistää ruoansulatusta ja parantaa ruokahalua. Kasvi rauhoittaa vatsaa ja laukaisee kouristuksia. Ulkoisesti basilikan lehdillä hoidetaan ampiaisten ja muiden hyönteisten pistoja. Haavojen hoitoon käytetään murskattua, tuoretta tai pakastettua lehteä tai lehdistä ja versoista tehtyä hauduketta. (Tuomivaara, 2009, 61- 62.)





KUVA 9. Basilika (*Ocimum basilicum*). (Friman 2015)

**Kamomillasaunio ja pihasaunio** (*Matricaria recutita* ja *M. matricarioides*) Kamomillasauniolla on pieni, päivänkakkaramainen kukinto ja se on yksivuotinen kasvi. Pihasaunio on pienikokoinen, karuilla ja aurinkoisilla paikoilla viihtyvä 5-10 senttimetriä korkea kasvi. Kamomillasaunio kerätään, kun sen kukat ovat juuri avautuneet. Myöhemmin kerättyinä se ei ole enää niin aromaattinen. Molemmat sauniot sisältävät muun muassa kumariineja, eteerisiä öljyjä, karvasaineita, lima-aineita, karoteenia ja kamatsuleenia. Niissä on myös runsaasti kalsiumia ja fosforia. Kamomillasaunio on eräs laajavai-  
kutteisimmista ja tutkituimmista rohdoskasveista. Sen tunnetuimpia vaikutuksia lienevät tulehduksia ehkäisevät, rauhoittavat ja kouristuksia laukaisevat vaikutukset. Pihasaunio sisältää samoja vaikute-  
aineita, mutta ilmeisesti vähemmän. Pihasaunioita on tutkittu vähemmän. Kamomillasaunion rau-  
hoittavat ominaisuudet tekevät siitä hyvän yrtin rauhattomalle, levottomille, säikyille ja vatsallaan reagoiville sekä helposti hermostuvilla eläimillä. Se on suhteellisen mieta yrtti, joten sitä voidaan se-  
koittaa rehun sekaan silloin tällöin kohentamaan karvan kiiltoa ja kohottamaan yleiskuntoa. Ulkoi-  
sesti kamomillasaunioita käytetään ihon hoidossa puurohauhteena erilaisten vammakohtien rauhoitta-  
miseen. Kamomilla- tai pihasauniopuuro on tehokas palovammojen, tulehtuneiden naarmujen ja  
ruhjeiden hoidossa. Nivelvaivoja ja jalkojen turvotuksia helpottaa kasvista tehty yrttipakkaus. Kamo-  
milla- ja pihasaunioista tehtyjä valmisteita käytetään nopeuttamaan ajosten (paiseiden) puhkeamista

ja niiden jälkihoitoa. Sisäisesti käytettäväksi tehdään tuoreesta tai kuivatusta yrtistä hauduke, jota juotetaan vatsavaivoille, ähkyisille, ripuloiville ja vilustuneille eläimille. Hauduketta voidaan käyttää myös suolitulehduksen tukihoitona. Hauduke juotetaan eläimelle puolisen tuntia ennen ruokinta-aikaa. Hoitava annos on varsoille 1-2 litraa päivässä ja aikuisille hevosille 2-4 litraa päivässä. (Tuomivaara, 2009, 71- 72.)

**Pihatähtimö** (*Stellaria media*) on myös vesiheinänä tunnettu yksivuotinen kasvi, joka kukkii valkoisin, tähtimäisin kukin. Se kasvaa erilaisilla kasvupaikoilla, mutta hakeutuu mielellään maahan, jossa on runsas lannoitus. Pihatähtimöä käytetään tuoreeltaan, pakastaessa se vetistyy ja tummuu. Koska se on nopeakasvuinen, sitä on saatavilla koko kesä. Kasvista käytetään nuoret versot, lehdet ja latvukset. Voimakkaasti kukkivia versoja ei kerätä. Kasvi sisältää runsaasti C-vitamiinia, rautaa, fosforia, gammalinoleemihappoa, kivennäisaineita, kuten kaliumia ja piitä sekä saponiineja. Pihatähtimö puhdistaa verta ja irrottaa limaa. Se on myös lievästi rauhoittava ja se hidastaa bakteerien kasvua. Ennen kaikkea se parantaa ihoa: parantaen kaikenlaisia ihovammoja ja -oireita. Pihatähtimö on niin sanottu vetävä yrtti: sitä käytetään silloin kuin on tarpeen saada kudoksista pintaan ylimääräisiä nesteitä. Kasvia voidaan syöttää tuoreeltaan tai haudukkeena. Aineenvaihduntahäiriöistä tai virheellisestä ruokinnasta johtuva ylenmääräinen rasvantuotanto, mikä tekee eläimen karvapeitteestä tahmean, tasautuu syöttämällä pihatähtimöä tai juottamalla siitä tehtyä hauduketta. Kasvi edistää suolen toimintaa ja helpottaa ripulin oireita. Sillä on myös jonkin verran maidontuotantoa ehkäisevä vaikutus, joten se sopii tammalle vieroituksen aikana. Pihatähtimö on mieto rohdos, joten sitä voi syöttää ilman yliannostuksen vaaraa. Ulkoisessa käytössä pihatähtimöstä tehty puuro hoitaa avohaavoja ja kuivunutta tai ärtynyttä ihoa. Kasvista tehty tuoremehu tai puuro laskee turvotusta ja on hyvä rasitusvammojen hoidossa. Kuivattu pihatähtimö sopii pulverina antiseptiseksi haavajauheeksi. Tuoreena sitä voi käyttää voiteisiin muiden yrttien lisäksi. Jalkavammoja hoidetaan hauduttamalla eläimen jalkoja lämpimässä vedessä, johon on murskattu pihatähtimöä tai huuhtelemalla jalkoja nesteellä, johon on lisätty pihatähtimöä. (Tuomivaara, 2009, 126- 127.)

**Piharatamo** (*Plantago major*) on yleinen kasvi koko Suomessa pohjoisinta Lappia lukuun ottamatta. Kasvin lehdet ovat leveälapaiset. Lehdet ovat asettuneet yhteen tyviruusukkeeksi, josta koostuu kesällä suora kukintopampula. Kasvi on sopeutuvainen moniin kasvupaikkoihin. Ratamosta käytetään lehdet ja siemenet. Lehtien on oltava puhtaita, reheviä ja terveitä, kun ne kerätään ennen siementen muodostumista. Siemenet kerätään loppukesällä. Ratamossa on paljon erilaisia orgaanisia happoja, karvas- ja parkkiaineita. Lisäksi lehdissä on kaliumia, tanniinia, vitamiineja, alkaloideja ja koliinia. Siementen koostumuksesta 40 % on lima-aineita, erilaisia sokereita, rasvoja ja saponiinia. Ratamo on tunnettu rohdos ympäri maailman ja useimmat ihmiset tuntevat yhä ratamolaastarin haavojen hoidossa. Ratamolaastari sopii myös eläinten haavojen hoitoon, sillä se tyrehdyttää verenvuodot tehokkaasti ja ehkäisee tulehduksia. Ratamolla on kipua lievittäviä ominaisuuksia. Sillä on antibakteerinen, limakalvoja supistava ja rauhoittava vaikutus. Sisäisesti käytettynä ratamo lisää virtsaneritystä, vähentää suolistokouristuksia ja tasapainottaa verensokeria. Sitä voidaan syöttää myös terveille eläimille lisäravinteena. Ratamo kiihdyttää ruoansulutuselinten toimintaa. Se irrottaa limaa ja nopeuttaa limakalvojen parantumista. Ratamo on adaptogeeninen eli muuntautuva yrtti: se

tunnistaa elimistön häiriötilat ja hoitaa niitä kulloinkin tilanteen vaativalla tavalla. Ratamosta valmistetaan hauduketta, jota annetaan vasta varsonelle tammalle hillitsemään varsomisen jälkeistä verenvuotoa. Haudukkeeseen laitetaan 2 ruokalusikallista kuivattua lehtimursketta litraan vettä. Varsojen yskään juotetaan samaa hauduketta puolet laimeampana. Ratamolla hoidetaan myös erilaisia vatsan ja suoliston ongelmia. Tähän tarkoitukseen käytetään lehtiä joko sellaisenaan, kuivattuna tai haudukkeena. Myös ratamon siemeniä voi käyttää. On kuitenkin muistettava *turvottaa ratamon siemenet* ennen niiden syöttämistä vähintään tunnin ajan! Sopiva annos siemeniä täysikasvuiselle hevoselle on noin 50 grammaa todettuun vaivaan. Lehtiä voi antaa 2-3 kourallista. Lehtien annostus on melko vapaa, mutta jos niillä tavoitellaan rohdoksellista vaikutusta, on eläimen syötävä niitä merkittävä määrä. Ulkoisesti piharatamolla hoidetaan haavoja, hiertymiä, hyönteisten pistoja, rakkuloita, paiseita ja ajoksia. Myös rivi ja monet muut ihovaivat hoituvat ratamolla. Tuoretta tai pakastettua ratamoa käytetään iho-ongelmiin murskaamalla se tahnamaiseksi massaksi yksin tai esimerkiksi pihatähtimön tai siankärsämön kanssa pieneen määrään valkovaseliinia. Hoidettava ihoalue puhdistetaan ensin puhtaalla vedellä ja kuivataan. Tämän jälkeen tahnaa levitetään paksu kerros hoidettavaan kohtaan ja annetaan kuivua, minkä jälkeen se harjataan pois. Kaviopaiseita tai muita kaviuongelmia hoidetaan seisottamalla hevosta ratamohaudukkeessa. (Tuomivaara, 2009, 122- 125.)



KUVA 10. Piharatamon (*Plantago major*) lehdet. (Jarmo Lampimäki 2015)

**Siänkärsämö** (*Achillea millefolium*) on saanut nimensä haavoittumattoman sotasankari Akilleksen mukaan. Siänkärsämö on yleinen kasvi Suomessa. Se esiintyy monenlaisilla kasvupaikoilla, kuten tienvarsilla ja luonnonniityillä. Siänkärsämöllä on valkoinen, joskus vaaleanpunainen, mykerömäinen kukinto, joka koostuu monista pienistä kukista. Lehdet ovat hienoliuskaiset ja tuoksuvat. Kasvista käytetään kukinto ja joskus myös lehdet. Kukut kerätään nyppimällä tai leikkaamalla. Myös koko

kasvin voi laittaa kuivamaan. Kerättävän kukan on oltava liidunvalkoinen, eikä kukinnossa saa olla yhtään harmaantunutta kohtaa. Siankärsämössä on runsaasti eteerisiä öljyjä, kumariineja ja parkkiaineita. Siinä on myös lajille tyypillisiä omia vaikuteaineita, kuten lehdissä esiintyvää akilleiini-nimistä karvasainetta. Lisäksi kasvissa on orgaanisia happoja, salisyylihappoa, vitamiineja, flavonoidiglykosideja ja karoteenia. Rohdosominaisuuksiltaan siankärsämö on laajavaikutteinen. Se nopeuttaa aineenvaihduntaa, lisää virtsan ja sapen eritystä, kiihottaa mahan eritystoimintaa ja ruokahalua. Siankärsämö vahvistaa immuunijärjestelmää ja sillä on antibioottisia ja tulehdusta estäviä vaikutuksia. Kasvi myös vahvistaa verisuonia, lisää punasolujen tuotantoa ja tyrehtyttää verenvuotoa. Eläinten hoidossa siankärsämö on yksi käyttökelpoisimmista kasveista. Sitä käytetään usein yhdessä nokkosen kanssa. Nokkonen tukee siankärsämön hoitavia vaikutuksia. Siankärsämöhauduke auttaa sisäisesti muun muassa suolistosairauksien jälkihoidossa, vatsatulehduksissa, virtsatievaivoissa, vilustumisessa, yskässä ja hengitystietulehduksissa. Kasvia voidaan käyttää kohtuverenvuodon tyrehtyttämiseen, kouristuksiin, varsomiskipuihin ja verisuonipullistumiin. Ulkoisesti käytettynä kasvi auttaa vuotaviin haavoihin, palovammoihin, paiseisiin, iho- ja limakalvotulehduksiin, riviin, ruhjeisiin, hiertymiin ja lihassärkyihin. (Tuomivaara, 2009, 142- 144.)



KUVA 11. Siankärsämö (*Achillea millefolium*). (Friman 2015)

Siankärsämöstä voidaan tehdä voiteita, öljyjä, kääreitä, pulveria, puuroa ja hauduketta. Tehokas rohdos on myös lehdistä puristettu tuoremehu, jota sivellään ihottuma- tai vammakohtiin. Päälle laitetaan vielä ratamon lehti suojaamaan ja vahvistamaan ihoa. Kärsämövalmisteet helpottavat ihon kipua ja poistavat tulehdusta. Sisäisessä käytössä haudukkeen lisäksi käytetään myös tuoreita tai kuivattuja lehtiä. Hevosille päivittäiseksi annokseksi riittää noin 100 grammaa tuoretta tai 20 grammaa kuivattua kasvia. Varsojen suutulehduksia hoidetaan lehdistä valmistetulla haudukkeella. Annostus on noin 50 grammaa kuivattua lehteä litraan vettä. Haudukkeella huuhdotaan suuonteloa muutaman kerran päivässä. Suolistotulehduksen tukihoitoon annetaan hauduketta ½-1 teelusikallista eläimen elopainokiloa kohden kolmesti päivässä. (Tuomivaara, 2009, 142- 144.)

**Rohtoraunioyrtti** (*Symphutum officinale*) on vanha rohdoskasvi. Se on yli metrin korkuinen, kauttaaltaan pehmeän karvanukan peittämä. Sen kukat ovat vaaleanpunaiset tai sinipunaiset ja torvimaiset. Kasvista käytetään yleensä juuri, joka on limamainen ja mustanpuhuva. Juuret ja juurakot kerätään syksyllä ennen siementen muodostumista. Lehtiä käytetään myös, mutta ne ovat vaikuteainepitoisuudeltaan juuria miedompia. Juuressa on runsaasti erilaisia alkaloideja (kasviemäksiä), happoja, eteerisiä öljyjä, sokereita ja hartseja. Kasvi sisältää runsaasti B12-vitamiinia, lima-aineita ja solujen uudistumista edistäviä allantoiineja. Rohtoraunioyrtillä on antibakteerinen ja kudoksia uudistava vaikutus. Kasvi on voimakas ja vähänkin isompina annoksina myrkyllinen! Sen sisäiseen käyttöön kannattaa suhtautua hyvin varovaisesti. Parasta on käyttää kasvia vain asiantuntijan valvonnassa. Juuria ei monessa maassa saa käyttää sisäisesti, sillä niiden runsas nauttiminen voi aiheuttaa maksavaurion. Myöskään kasvin lehtiä ei pidä käyttää sisäisesti kuin hyvin harvoin ja pieninä annoksina kerrallaan. Maailmalla se on arvostettu rohtokasvi myös eläinten hoidossa. Kasvin avulla on voitu parantaa vaurioituneita kudoksia, rikkoutunutta ihoa ja jopa luunmurtumia. Ulkoiseen käyttöön kasvista valmistetaan puurohauteita kuivatusta tai tuoreesta lehdistä. Niillä parannetaan jännevaurioita, vaikeasti paranevia haavoja, lihasrevähtymiä, luuliikaa ja erilaisia patteja. Puurohauuteen annetaan olla paikallaan muutaman tunnin, jonka jälkeen pidetään taukoa muutama tunti ennen uuden hauteen laittoa. Jauhetusta juuresta tai lehdistä tehdään hauduketta, jolla huuhdellaan hoidettavia kohtia, lähinnä haavoja, joiden arpeutumista rohdos nopeuttaa. Kasvista tehdyt valmisteet, kuten haudukkeet ja pulverit, sopivat verenvuodon tyrehtytykseen kasvin vertahyydyttävän ominaisuuksien vuoksi. Tulehtuneita haavoja hoidettaessa kasviin lisätään jotain antibioottista kasvia, kuten ratamoa tai kamomillasauniota. (Tuomivaara, 2009, 134- 135.)

**Peltokorte** (*Equisetum arvense*) on yleinen koko Suomessa kasvava kortelaji, jonka tuntomerkkejä ovat alkukesällä suoraan maasta nousevat ruskeat itiötähkät. Myöhemmin kesällä peltokorte kasvaa vihreänä. Kasvista käytetään koko maanpäällinen vihreä osa. Kasvien on oltava raikkaan vihreitä eikä mukaan kerätä ruskeita, kuivuneita tyviosia. Keruu tapahtuu alku- ja keskikesällä. Peltokorte sisältää runsaasti piitä, jolla on edullinen vaikutus luuston ja kudosten kehitykselle sekä karvan kunnolle. Kasvissa on myös runsaasti magnesiumia, kalsiumia, fosforia ja muita kivennäisaineita sekä saponiineja, orgaanisia happoja, flavonoideja, parkkianeita ja vitamiineja. Peltokorte poistaa nesteitä ja vahvistaa kudoksia sekä tyrehtyttää verenvuotoja. Kasvista valmistetaan usein keite. Litraan kiehuva vettä laitetaan noin 1 desilitra kuiattua, tai reilu litra tuoretta, peltokortemurskaa ja seosta keitetään hiljaisella tulella 15- 30 minuuttia. Sisäisesti käytettynä keite kovettaa ja vahvistaa kavion

sarveisainetta ja parantaa hilseilevän ja hauraan karvan laatua. Peltokorte nopeuttaa murtumien ja revähdysten parantumista. Kasvilla hoidetaan suutulehduksia ja limakalvojen verenvuotoa. Keitteen lisäksi kortteesta käytetään pulveria, joka on tehty kuivatusta kasvista. Pulveria sekoitetaan rehuun aikuiselle hevoselle 20- 30 grammaa. Peltokorte on suhteellisen voimakas rohto, joten sen pitkään jatkuvaa ja yhtäjaksoista sisäistä käyttöä ei suositella. Peltokortekeitettä käytetään ulkoisesti myös moniin jalkavammoihin ja ihovaurioihin, kuten kaviohalkeamiin ja ihon tai kavioiden sienitauteihin. Hevosta seisotetaan haudekylvyssä, joka on tehty pesuvatiin. (Tuomivaara, 2009, 118- 119.)

**Juolavehnä** (*Elymus repens*) on Suomessa yleinen heinäkasvi. Juolavehnän maanpäällinen osa on hyvää valkuaisrehua, neuvoi jo Elias Lönnrot aikoinaan. Rohdoksi käytetään yleisimmin juurta. Kesällä kasvin voimavarat on suunnattu maanpäälliseen kasvuun, joten vaikuteaineita on juuressa silloin vähän. Tästä syystä säilöttävät juuret kerätään syksyllä tai varhain kesällä. Ne pestään ja kuivataan huolellisesti. Kuivattua juurta säilytetään tiiviissä pakkauksessa, ja se jauhetaan vasta käyttöön otettaessa. Juolavehnä sisältää hiilihydraatteja, vitamiineja, inuliinia, saponiineja, lima-aineita sekä antibioottisia aineita. Juolavehnä lisää eritystoimintaa ja ulostuttaa. Usein sitä käytetään suolistongelmissa varsinkin märehittäjillä. Kasvi irrottaa limaa ja tasapainottaa eläinten suola- ja sokeritasapainoa. Ulkoiseen käyttöön juuresta tehdään voide, johon sekoitetaan myös muita ihoirtoaineita. Sisäisesti kasvin kuivatusta juuresta jauhetaan jauhe, jota annetaan rehun seassa. Hevosille annetaan jauhetta ruokalusikallinen aamuin illoin. Juolavehnästä voidaan tehdä myös alkoholiuutos, jota käytetään sisäisesti lämpimään veteen sekoitettuna tai ulkoisesti ihon vammojen puhdistukseen. Uu-  
tosta annetaan hevosille 20- 30 millilitraa päivässä. (Tuomivaara, 2009, 68- 69.)

**Maitohorsma** (*Epilobium angustifolium*) on yleinen kasvi koko Suomessa. Kasvi on helppo tunnistaa pystyyn kasvavasta varresta ja vaaleanpunaisista kukistaan. Kasvista kerätään kokonaiset versot tai riivityt lehdet ennen kasvin kukkimista. Maitohorsma on maittavaa ja vitamiinipitoista (runsaasti C-vitamiinia) rehua. Kasvissa on parkkiaineita, sokereita ja erilaisia lima-aineita. Kasvilla on verenvuotoa tyrehdyttäviä ominaisuuksia. Kasvin nimi juontuu sen maidontuotantoa lisäävästä vaikutuksesta. Juuri varsoneille tammoille tarjotaan kuivattua tai tuoretta maitohorsman versoa niin paljon, kuin ne haluavat syödä. Jos tamman maito uhkaa ehtyä, tehdään jauhetusta horsmanjuuresta ja -lehdestä hauduke, jota juotetaan useita litroja päivässä. Haudukkeeseen voidaan lisätä muita maidontuotantoa edistäviä yrttejä, kuten vadelma ja nokkonen. Kasvi soveltuu myös mahavaivojen hoitoon haudukkena, kuivattuna tai tuoreena. (Tuomivaara, 2009, 94- 95.)



## 7 LUONTAISHOIDOT JA NIIDEN SAATAVUUS

Suomen Homeopaatit ry, jonka kotipaikkakuntana toimii Helsinki, ylläpitää ja päivittää rekisteriä Suomessa homeopaateista. Suomessa homeopatiaa voi opiskella Suomen Homeopatian Akatemiassa Turussa ja Tampereella, joista jälkimmäisessä koulutetaan eläinhomeopaatteja. Eläinhomeopaattien koulutuksessa käsitellään homeopaattisia valmisteita ja niiden käyttöä eläinten tavallisimmissa sairauksissa. Koulutukseen voi hakea kuka vaan, varsinaista pohjakoulutusta ei vaadita. Koulutus kestää noin vuoden. (Suomen Homeopatian Akatemian nettisivut) Luontaishoidoissa riittää eri suuntautumismuutoksia, joten alan ammattilainen voi valita hänelle mieluisen alan ja koulutustutua sille. Kursseja voi suorittaa myös ulkomailla.

### 7.1 Mistä hoitoja saa?

Luontaishoitoja tarjoavia ammattilaisia löytyy ympäri Suomen. Useat henkilöt pitävät vastaanottojaan monilla eri paikkakunnilla. Monella luontaishoitajalla on omat kotisivut, josta voi varata hoitajan ajan ja näkee hinnaston. Sivulla kerrotaan myös tietoja itse hoitajasta ja hänen koulutustaustastaan sekä tarjoamistaan hoidoista. Monet luontaishoitajat tarjoavat hoitoja sekä ihmisille että eläimille. Osa hoitajista keskittyy pelkästään lemmikkieläimiin, kuten koiriin, osa taas tarjoaa hoitoja kaikille eläimille, niin lemmikeille kuin tuotantoeläimillekin. Suomen Homeopaatit ry ylläpitää jäsenrekisteriä eläinhomeopaateista, joilla on yhdytyksen edellyttämä peruskoulutus. Koulutustutua voi myös ulkomailla ja monet alla olevan taulukon henkilöistä ovat koulutustutuneet ulkomailla.

Kaiken kattavaa listaa luontaishoitoja tarjoavista henkilöistä ei ilmeisesti ole. Hevosien omistaja joutuu ”googlaamaan” eri hoitajia ja hoitoja tarjoavia yrityksiä. Tätä opinnäytetyötä varten hakusanoina käytettiin muun muassa ”luontaishoitoja hevosille”, ”luontaishoitoja eläimille” ja ”vaihtoehtoahoitoja hevosille.”

TAULUKKO 3. Hoitajien paikkakunnat. (Friman 2015) Lähde: Suomen Homeopaatit ry:n nettisivu.

Hoito	Hoitaja	Paikkakunta	Hinta (€)	Seuranta
Homeopatia	Irmeli Lehtioksa	Lahti	86,00	60,00
Kraniosakraaliterapia	Marjut Roivainen	Neittävä	70,00	55,00
Homeopatia	Marjut Roivainen	Neittävä	80,00	
Homeopatia	Tarja Hytönen	Espoo	60,00	



## 7.2 Hoitajien kokemuksia hoidoista

Opinnäytetyötä varten selvitettiin sähköpostitse hoitajien kokemuksia hoidoista. Kysely lähetettiin kahdelle hoitoa tarjoavalle henkilölle. Molemmat vastaajat ovat koulutukseltaan homeopaatteja ja vastaajista toinen on myös saanut koulutuksen LogoArt- taideterapiassa. Molemmat vastaajat hoitavat hevosten lisäksi myös muita eläimiä, muun muassa koiria, kissoja ja lehmiä. Molemmat vastaajat ovat hyvin perehtyneitä ja kouluttautuneita omaan osaamisalaansa. Toinen vastaajista tarjosi hoitona homeopatiaa ja toinen homeopatian lisäksi reikiä ja kraniosakraaliterapiaa. Kraniosakraaliterapiassa vaikutetaan aivo-selkäydinnesteen tuottoon, kierrättämiseen ja uudelleen imeyttämiseen. Terapiain juuret ovat osteopatiassa. (Fysiosportis- yrityksen nettisivut, Kraniosakraaliterapia.) Vastaajat ovat kokeneet hoitojen onnistuneen hyvin, mutta myös on ollut vaikeaa löytää juuri oikea apu hoidettavaan vaivaan. Tämä riippunee yksilöstä ja yksilön reagoinnista hoitoon. Kysymykset ovt liitteessä 1.

Molemmat vastaajat hoitavat kaikenlaisia ja –tasoisia hevosia. Hoidettaviin hevosiin kuuluu niin kilpa- kuin harrastehevosetkin. Kaikkia hevosryhmiä hoidettiin tasapuolisesti, eikä vastauksissa nousut esille mikään erityinen hevosryhmä. Yleisimmät vaivat, joita hoidettiin hevosilla, olivat rasitus- ja ruoansulatusvaivat. Apua haettiin myös allergioihin ja iho-ongelmiin sekä käytösongelmiin ja tapaturmiin. Vastuulliset ja hevosensa tuntevat omistajat käyttävät palveluita paljon. Molemmilla vastaajilla asiakasmäärä oli yli 10 hevosta. Hevosia hoidetaan luontaishoidoilla tasaisesti pitkin vuotta, varsinaista sesonkiaikaa ei ole. Homeopaattisista valmisteista kysyttäessä ilmeni, että tässä työssä luetellut valmisteet olivat hyvin yleisesti käytössä. Homeopaattisia lääkkeitä valmistettiin myös tilanteen mukaan. Lääkekasveista yleisimmin käytössä olivat minttu, valkosipuli, nokkonen, voikukka, vadelma, aaloe, propolis, mesiangervo, kehäkukka, kamomilla- ja pihasaunio, pihatahtimö, siänkärämö, juolavehnä ja maitohorsma. Kysyttäessä eri eläinten hoitojen eroa, homeopatiassa tällaista eroa ei ollut, koska hoito perustuu homeopatian periaatteisiin (samankaltainen parantaa samankaltaisen). Eroa on anamneesin tekemisessä eli esitetöiden keräämisessä omistajalta. Hoitaja pyrkii pääsemään sisälle hoidettavan sieluelämään.

Kyselyyn vastanneiden vähäisen lukumäärän vuoksi kyselyn pohjalta ei voida tehdä johtopäätöksiä. Tätä varten tarvittaisiin suurempi haastateltujen henkilöiden määrä, jolloin tutkimuksen tuloksista tulisi luotettava. Tässä opinnäytetyössä esitellyt kyselyn tulokset edustavat kahden henkilön näkemyksiä. Molemmilta vastaajilta saatiin tietoon heidän näkemyksiään ja kokemuksiaan omasta edustamastaan alasta.

## 8 PÄÄTELMÄT

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää kasveihin perustuvien luontaishoitojen toimivuutta ja hoitajien kokemuksia. Työtä varten perehdyttiin niin englanninkieliseen kuin suomenkieliseen kirjallisuuteen ja useisiin eri nettilähteisiin. Näiden pohjalta kirjoitettiin työn teoriaosio, jossa käsiteltiin aromaterapiaa, Bachin kukkaterapiaa, homeopatiaa sekä lääkekasveja ja niiden käyttöä. Jokaista osiota varten selvitettiin hoitojen historiaa ja yleisimpiä kasveja tai öljyjä, joita kyseisessä hoitomuodossa käytetään. Lääkekasvien teoriassa pyrittiin tuomaan tekijän mielestä Suomen yleisimmät lääkekasvit tietoon Suomen suuresta kasvivalikoimasta. Koska lähdemateriaalista Tuomivaaran Eläin-tenhoitajan yrttiopas -kirja oli suunnattu kaikille eläimille, eikä pelkästään hevosille, käsiteltiin kasveja kaikkien eläinten osalta, kuitenkin keskittyen hevosiin. Koska kasvit sisältävät paljon vaikutaineita, jotka vaikuttavat eri tavalla erikokoisiin ja eri lajisiin eläimiin, pyrittiin työstä tekemään sellainen, että sitä on helppo hyödyntää myös muihin eläimiin. Opinnäytetyötä varten kuvattiin kasveja ja hyödynnettiin jo aikaisemmin otettuja kuvia, joita löytyi jo valmiiksi.

Opinnäytetyössä esitellyistä hoitomuodoista ehkä kotikonstein helpoiten on toteutettavissa kasvilääkintä, kun eläinten hoitaja tietää mitä kasvia hän kerää ja mitä vaivaa hän aikoo sillä hoitaa. Muita hoitoja suositellaan käytettäväksi ammattilaisen tekeminä. Tekijä itse omistaa kuusi kappaletta kesyrottia, jotka syövät paljon erilaisia yrtejä, kuten basilikaa, joka tuntuu olevan melkein kaikkien yksilöiden suurta herkkua. Rotta on varsin nirso eläin, joten sen lääkitseminen voi olla haastavaa ajoittain. Tekijän rotat ovat syöneet erilaisia yrtejä ja valkosipulia hengitystievaivoihin ja hyvän yleiskunnon ylläpitämiseksi. Näiden ansioista näyttäisi siltä, että rotilla yleisimmin esiintyvä *Mycoplasma pulmonis* -bakteerin esiintyminen olisi vähentynyt.

Opinnäytetyötä varten laadittiin kysely, joka lähetettiin luontaishoitoja tarjoaville henkilöille sähköpostitse. Yhteystiedot saatiin Suomen Homeopaatit ry:n ylläpitämästä jäsenrekisteristä yhdistyksen kotisivuilta. Kyselyyn vastanneet asiantuntijat kertoivat, että hevosensa hyvin tuntevat ja vastuulliset omistajat käyttävät luontaishoitopalveluita saadakseen hevoselleen parasta mahdollista hoitoa. Hevosien käyttötarkoituksella ei näyttäisi olevan yhteyttä luontaishoitojen käyttöön, niin kilpahevokset kuin tavalliset harrastehevokset käyttivät palveluita. Molemmat vastaajat hoitivat myös koiria ja muita lemmikkieläimiä. Molemmat vastaajista hoitavat myös lehmiä.

Tekijä on sitä mieltä, että jatkotutkimusta aiheesta kaivataan. Luontaishoidot käsittävät paljon erilaisia suuntautumisia ja niitä olisi erittäin mielenkiintoista tutkia. Tutkimukseen voitaisiin ottaa esimerkiksi joku aikaväli, vaikka puoli vuotta, ja toteuttaa yhtä tai useampaa hoitoa määrätyillä ryhmillä hevosia. Esimerkiksi yhtä ryhmää hevosista hoidettaisiin sairaustapauksissa homeopatialla, yhtä ryhmää lääkekasveilla ja verrokkiryhmää konventionaalisella eli tavanomaisella lääketieteellä. Saatuja tuloksia verrattaisiin keskenään ja analysoitaisiin tutkimusten tulokset.

Vaikka luontaishoitoja kuulee yleensä kutsuttavan humpuukiksi, tekijä itse uskoo niiden toimivan ja tehoavan. Luontaishoidoissa ei ole perinteiseen lääketieteeseen verrattavissa olevia lääkkeiden sivuvaikutuksia, vaan kuten homeopatiassa, keho antaa signaalin parantumisprosessiin. Jos lääke on

väärä, paranemista ei tapahdu. Kun lääke on oikea, paraneminen voi alkaa. Eläimen laji tai rotu ei vaikuta erilaisten hoitojen käyttöön, vaan lajista riippumatta eläimiä voidaan hoitaa yksilöllisesti, olivat ne sitten pieniä jyrjsijöitä tai suuria nautaeläimiä. Enemmänkin hoidon käytettävyys riippuu eläimen käyttötarkoituksesta ja iästä. Kyselyyn vastaajat kokivat tarjoamiensa hoitojen onnistuneen pääsääntöisesti hyvin. On olemassa myös niin sanotuksi vaikeiksi tapauksiksi luokiteltuja eläinyksilöitä, joille ei näytä mikään hoito auttavan. On haasteellista välillä löytää juuri se oikea ja toimiva hoito kyseiselle yksilölle. Koska jokainen eläin on yksilö, reagoivat ne eri tavalla eri hoitoihin ja lääkevalmisteisiin. Tekijä uskoo luontaishoitojen suosion ja määrän kasvavan tulevaisuudessa.

Työstä oli tarkoitus tehdä käytännönläheinen ja tarjota lyhyt oppimäärä kasvilääkinnästä ja muista luontaishoidoista, jotka perustuvat kasveihin. Tekijän mielestä tässä onnistuttiin. Suomen luonnosta löytyy suuri määrä erilaisia ja erivaikutteisia kasveja, joten koko kasvien kirjoa oli mahdotonta käydä läpi. Työhön pyrittiin valitsemaan yleisimmät Suomessa esiintyvät rikka- ja hyötykasvit ja muutama muu erikoiskasvi. Työ on suunnattu eritoten niille henkilöille, jotka ovat kasvilääkinnästä kiinnostuneita. Työtä voidaan hyödyntää niin hevosharrastajien kuin hevosalan ammattilaisten keskuudessa. Kasvilääkintä on edullinen ja varsin toimiva vaihtoehto konventionaalisen lääketieteen ohella.

Opinnäytetyötä tehdessä tuli ilmi, että kokonaisvaltaista listaa eri luontaishoitojen ammattilaisista ei ilmeisesti ole. Jokaisella yrittäjällä on omat kotisivut, joilla kerrotaan hänen tarjoamistaan palveluista ja ammattitaidostaan. Tulevaisuutta ajatellen, olisi hyvä koota jonkinlainen lista kaikista alan ammattilaisista, jotta tieto olisi helpommin saatavilla ja löydettävissä. Tämän hetkessä tilanteessa hevoseläinten luontaishoidoista apua hakevan omistajan on käytettävä aikaa etsiessään netistä tietoa ammattilaisista. Kaiken kattava lista kaikista eri alan ammattilaisista olisi hyvä koostaa. Sama henkilö voi esimerkiksi tarjota homeopatiaa ja hierontaa, joten listasta tulisi käydä ilmi kaikki henkilön tarjoamat hoidot. Luontaishoidoilla on vielä ilmeisen pienet piirit Suomessa, joten tämänkin takia kokonaisvaltainen lista henkilöistä olisi hyvä.

## LÄHTEET

- Alfred Vogelin nettisivu. [Viitattu 2.11.2015] Saatavissa: <http://www.vogel.fi/>
- Bach- kukkauutteiden kotisivu. [Viitattu 1.9.2015] Saatavissa: <http://bach-kukkaterapia.fi/fi/content/yleist%C3%A4>
- DAY, Christopher 2006 Homeopatia. Helsinki: Perhemediat.
- DAY, Christopher 2006 Luontaishoidot. Helsinki: Perhemediat.
- ELLIOT, Mark & PINKUS, Tony, 2014 Homeopatiaa hevosille, Opas kentälle, tarhaan ja talliin. Hämeenlinna: Tehoprint OY
- Elintarviketurvallisuusvirasto Eviran kotisivu. [Viitattu 8.10.2015] Saatavissa: <http://www.evira.fi/portal/fi/elintarvikkeet/tietoa+elintarvikkeista/elintarvikevaarat/elintarvikkeiden+luontaiset+myrkyt/kanelin+kumariini/kanelin+kumariiniprojekti+2012>
- Fysiosporttis Oy:n nettisivun artikkeli kraniosakraaliterapiasta [Viitattu 2.11.2015] Saatavissa: <http://www.fysiosporttis.fi/fi/palvelut/fysioterapia/kraniosakraaliterapia/>
- INGRAHAM, Caroline 2006 Aromaterapiaa hevosille. Helsinki: Perhemediat
- Koiruho-artikkeli Yrttitarhan nettisivuilta. [Viitattu 2.11.2015] Saatavissa: <http://www.yrtti-tarha.fi/kanta/koiruho/>
- Mikko Lemetin blogi Sinisen repun kirous. [Viitattu 28.10.2015] Saatavissa: <http://sinisenrepunkirous.me/tag/metsaterapia/>
- MORGAN, Jenny 2006 Hevosen lääkekasvit. Helsinki: Perhemediat.
- MACLEOD, George 2003 Hevosen homeopaattinen hoito. Tampere: Multiprint OY
- NYMAN, Pia 2005 Hevosen parhaaksi. Helsinki: Edita Prima.
- Suomen Hippos ry Hevosen lääkitysohje. [Viitattu 23.10.2015] PDF saatavissa: [http://www.hippos.fi/raviurheilu/ravihevonen/ravihevosen\\_hyvinvointiohjelma/antidopingtyo/laakintaohje](http://www.hippos.fi/raviurheilu/ravihevonen/ravihevosen_hyvinvointiohjelma/antidopingtyo/laakintaohje)
- Suomen Homeopaatit ry:n nettisivu. Saatavissa: <http://www.homeopaatit.fi/>
- Suomen Homeopatian Akatemian nettisivu. [Viitattu 2.12.2015] Saatavissa: <http://www.kolumbus.fi/sha-koulutus/index.htm>
- TUOMIVAARA, Anne 2009 Eläintenhoitajan yrttiopas. Keuruu: Ateena Kustannus OY
- Wikipedia Terpeenit-artikkeli.[Viitattu 27.10.2015] Saatavissa: <https://fi.wikipedia.org/wiki/Terpeenit>
- Wikipedia Luontaislääkintä-artikkeli [Viitattu 2.11.2015] Saatavissa: [https://fi.wikipedia.org/wiki/Luontaisl%C3%A4%C3%A4kint%C3%A4#cite\\_note-16](https://fi.wikipedia.org/wiki/Luontaisl%C3%A4%C3%A4kint%C3%A4#cite_note-16)

## LIITE 1: KYSELY OPINNÄYTETYÖHÖN LIITTYEN

**Kysely opinnäytetyötä varten hevosten luontaishoidoista  
liittyen kasveilla toteutettaviin hoitomuotoihin****1. Nimesi ja paikkakuntasi?**

---

---

---

**2. Koulutustaustasi?**

---

---

---

**3. Mitä hoitoja tarjoat?** Homeopatia Aromaterapia Kasvilääkintä Hieronta

Joku muu, mikä?

---

**4. Mitä eläimiä hoidat?**

---

---

---

**5. Millaisia hevosia hoidat?**

- Ratsuhevosia
- Ravihevosia
- Poneja
- Eläkeläisiä
- Harrastehevosia
- Kilpahevosia (sekä ratsut että ravurit)

**6. Miten eri eläinten hoidot eroavat? Vertaa esim. koiraa ja hevosta**

---

---

---

**7. Mitkä ovat yleisimmät vaivat, joita hevosilla hoidetaan?**

---

---

---

**8. Miten koet hoitojen onnistuneen?**

---

---

---

**9. Mitä homeopaattisia valmisteita käytät?**

- Absinthium (koiroho)
- Arnica
- Belladonna
- Calendula (kehäkukka)
- China officinali (kiinanpuunkuori)

- Convallaria officinalis* (kielo)
- Euphrasia* (silmäruoho)
- Glonoium* (nitrogleseriini)
- Hamamelis* (taikapähkinä)
- Hypernicum* (mäkikuisma)
- Millefolium* (siankørsämö)
- Nux vomica* (ketunkakku)
- Lycopus virginicus* (rantayrtti)
- Ocimum canum* (basilika)
- Ranunculus bulbosus* (niittyleinikki)
- Ruta graveolens* (ruuta)
- Silicea* (piioksidi)
- Staphisagria* (luteenjyvä)
- Symhytum*) rohtoraunioyrtti
- Urtica urens* (rautanokkonen)

Joku muu, mikä?

---

**10.** Mitä kasveja käytät?

- Kamomilla
- Minttu
- Valkosipuli
- Nokkonen
- Voikukka
- Sitruunamelissa
- Eukalyptus
- Leskenlehti
- Puna-apila
- Vadelma
- Aaloe
- Kamferi
- Laventeli
- Propolis

- Mesiangervo
- Kehäkukka
- Koivu
- Lutukka
- Auringonkukkaöljy
- Basilika
- Kamomilla-ja pihasaunio
- Pihatähtimö eli vesiheinä
- Piharatamo
- Siankärsämö
- Rohtoraunioyrtti
- Peltokorte
- Juolavehna
- Maitohorsma

Joku muu, mikä?

**11.** Millaiset hevosen omistajat käyttävät palveluitasi?

---

---

---

**12.** Millainen on asiakasmääräsi?

- 1-4 hevosta
- 5-9 hevosta
- yli 10 hevosta

**13.** Onko olemassa hoidoille jotain ns. sesonkiaikaa? Esim. kilpailukausi, kesällä ke-sähottumakausi? Ja näkyykö sesonki työssäsi?

---



---

---

**14.** Saako yhteystietosi julkaista opinnäytetyön liitteenä?

Kyllä

Ei