

Perearst kalanhoe

Kui aknalaua kasvab Daigremonti või sulgjas kalanhoe, on nohurohi kohe käepärast.

Seda, et kalanhoe mahlaga saab nohu ja köha ravida, olin küll kuulnud, aga täpsemalt ei teadnud asjast midagi. Seetõttu olin väga rõõmus, leides Toivo Niiberi hiljuti ilmunud raamatust “Toataimed roaks ja raviks” (Maalehe Raamat 2010) peatüki kalanhoe väärtomadustest.

Selgub, et iga liik – näiteks populaarne Blossfeldi kalanhoe, efektne sarvik-kalanhoe, lopsaka lehekodari-kuga kollane kalanhoe jt lilleäris pilku püüdvad kalanhoed – koduse tohterdaja rolli siiski ei sobi (vähemalt seni andmeid nende raviomaduste kohta pole).

Küll on aga ammustest aegadest kasutatud rahvameditsiinis Daigremonti

(*Kalanchoe daigremontiana*) ja sulgjat (*K. pinnata*) kalanhoed. Lisaks nohu, köha ja kurguhädade ravimisele saab neilt abi terve hulga muudegi vaevade korral. Küllap ikka asja eest on kalanhoe rahvasuus ära teeninud sellised uhked nimed nagu “kodukirurg”, “elutaim” ja “toažensenn”.

Troopilisest Aafrikast pärit sulgjas kalanhoe oli Euroopas levinud juba XIX sajandi algul, Daigremonti kalanhoe jõudis oma kodumaalt Madagaskarilt siiakanti aga sajandi eest. Mõlema liigi lehemahl sisaldab flavonoidide, orgaanilisi happeid, polüsahhariide, parkaineid, mikroelemente, C-vitamiini. Kalanhoemahl on põletikuvastase toimega ja soodustab haavade kiiret paranemist.

Kuidas saada seda väärtuslikku lehemahla? Toivo Niiber õpetab oma raamatus nii: enne kalanhoe õitsemist lõigake maha lehtedega vars, peske

see puhtaks ning pange 5–7 päevaks pimedasse ja jahedasse kohta (5–10°), seejärel peenestage ja pressige välja mahl. Kasutada sobib mõistagi ka värsket mahla.

Kuidas ja millal

■ **Nohu.** Pigistage värskest lehest otse ninasõõrmetesse paar tilka kalanhoemahla kaks korda päevas. See paneb aevastama ja teeb nina lahti. Kuna mahl pole kibe, vaid hoopis õrnalt hapukas, sobib see nohurohuks ka väikestele lastele. Kalanhoemahl on kivistava toimega ja seega hea just nohu alguses. Samal moel saab eemale hoida gripiviirusi.

■ **Tavaline köha.** Segage poole klaasi värsket kalanhoemahla hulka kolmandik klaasi keedetud ja jahutatud vett. Vesilahust hoidke külmkapis. Kurgu ja köha raviks võib teha ka siirupi. Selle



Sulgjal kalanhoel on sälgulise servaga 3–5 lehekesega helerohelised liitlehed. Õied on rohekaspunased.