

Wilde planten (onkruiden ?)

We moeten duidelijk onderscheid maken van de werkzame stoffen naar gelang de tijd van het jaar, dus voorjaar, zomer, herfst en najaar. De werkzame stoffen in planten worden tijdens de groei gevormd en opgeslagen. Meestal bevatten planten medicinale eigenschappen, maar ook ballaststoffen (vezelstoffen.). Bijna altijd zijn in een medicinale plant meerder stoffen aanwezig. De specifiek werking van een medicinale plant komt pas tot stand door een samenspel van alle stoffen.

De waarde volle stoffen geven of hebben vaak effect bij een wat langer tijd, soms wel 6 tot 8 weken.

Enkele waardevolle stoffen zijn de bitterstoffen. Bitterstoffen bevatten veel etherische oliën en smaken daarom bitter aromatisch

Bitterstoffen prikkelen de maagklieren en zorgen voor extra aanmaak van maagsappen wat weer een betere vertering geeft.

Bitterstoffen wekken de eetlust op.

Enkele planten die veel bitterstoffen bevatten, zijn o.a. bijvoet, absint alssem, engelen wortel, kalmoes e.d.

Etherische oliën stimuleren het immuunsysteem (afweerstysteem) en helpen het lichaam tegen infecties. Alle planten met etherisch oliën werken versterkend op maag, darm, lever en gal, werkt antiseptisch (bacterie- vijandig) en heeft zodoende een anti-bacteriële werking.

Paardebloem: heeft eigenlijk geen uitleg nodig $\pm 30\%$ plantaardig eiwit en vet. Het beste van het beste zaad in het voorjaar. Opmerkelijk is het hoge plantaardig eiwit gehalte, er is geen enkele plant bekend met een zo hoog plantaardig eiwitgehalte. Het bevat zeer veel werkzame stoffen. Het prikkelt de nieren en de lever tot grote activiteit.

Het is van dezelfde plantenfamilie en bevat dezelfde werkzame stoffen zoals bitterstoffen, looistoffen en choline. De belangrijkste zijn de vitamines, mineralen en sporenelementen. Het geeft bittere opwekkende en versterkte middelen. Het is eetlust opwekkend, het is goed bij een verstoorde galafvoer en leverstoring. Dus eigenlijk een goed middel tegen stofwisselingstoornissen. Een onmisbaar zaad bij onze vogels.

U plaats van paardenbloemzaad kunt u ook cichoreizaad geven.

Brandnetel: Werkzame stoffen looistoffen, histamine, acetylcholine, mierenzuur, vitamine a en c mineralen en clucocinine, zeer rijk aan kiezelzuur (bevedering). Het prikkelt de stofwisseling,

Geef uw vogels een voorjaarskuur. 1 eetlepel bladeren overgieten met kwart liter kokend water, 5 min. door laten koken. U kunt ook brandnetel sap (uit de reformwinkel) gebruiken.

Vogelmuur: heeft meerdere saponinen, (dat is de benaming van een groep glycosiden die heel veel in planten voorkomen, met water overgieten geven ze schuim als zeepwater)

Vogelmuur heeft ook een hoog gehalte aan kalium. Het werkt slijm oplossend.

Distelzaden : zorgen voor een goede lever en gal functie (broccoli) Door de aanmaak van gal worden spijsvertering en vetverbranding gestimuleerd. (ook een schijfje komkommer zorgt voor een goede vetverbranding.) Bij vogels die regelmatig een infectie hebben treedt nogal eens een storing op van lever-gal functie. Ook voedsel met een te hoog vetgehalte waardoor de leverbelasting constant te hoog is geeft hetzelfde verschijnsel. Dus matig met oliëhoudende zaden. Distelzaden zijn werkzaam tegen leververvetting, maar ook tegen leverziekte. Werkzame stoffen : etherisch olie, bitterstoffen, harsen tyramine, histamine en flavoïde.

Het is een onmisbaar zaad voor alle vogels. U kunt halfrijpe distelzaden verzamelen voor in vogelkooi, en u hebt direct nestmateriaal voor het volgende jaar.

Teunisbloem: een plant die tegen de avond opengaat, bloeit dus s'nacht, 2 jarige plant een

plant met anti - bacterieel werking. Veel caroteen (stof die de rode kleur bevordert bij vogel.) veel etherisch olie bevattend. Zeer waarde volle plant in ruitijd en rusttijd.

Rijstevlokken : een heel oude graan soort, al lang voor onze jaartelling werd rijst geteeld in Zuid Oost Azie en Epyte. Vanaf 15 eeuw in Italië en via Spanje naar Zuid Amerika. Rijst moet gepeld worden, vroeger met stamblok en stamper, tegenwoordig om de moderne manieren.

De voedingswaarde van 100 gram rijstevlokken is Energie 1487 KJ kilojoule Eiwit 8,3 % Vetten 2,6 % Koolhydraten incl. zetmeel 73,5 % Het is zeer goed voor darmen en maag . Vogels met een dunnere ontlasting zullen het zeer graag op nemen.

Als je besluit om onkruidzaden uit de natuur te halen let goed op waar je ze plukt. Zorg dat ze goed droog zijn dit voorkomt schimmels, wat dit dan darmstoornissen veroorzaken.

Vitamine A,D,E en K in vet oplosbaar. 80% wordt opgeslagen in de lever, 20 % in vetweefsel. Pas op voor overdosering. Vitamine B en C in water oplosbaar, overdosering is bijna uitgesloten 80% in de B vitamine wordt door de vogel zelf aangemaakt het zorgt voor een goede stofwisseling.

Voor het opfokken van jonge vogels doet het er niet toe of je plantaardig of dierlijk eitwit verstrekt, plantaardig is zelf beter omdat hierdoor infectieziekten geen kans krijgen door de aanwezige stoffen in de plant. Dierlijk eiwitten geven alleen een versnelde celdeling, dus een snellere groei al de jongen pas geboren zijn. Dit verschil wordt geleidelijk aan in gelopen zodat de vogel die uitgeruid is bijna de dezelfde grootte is.

J.B.vd Velde. .