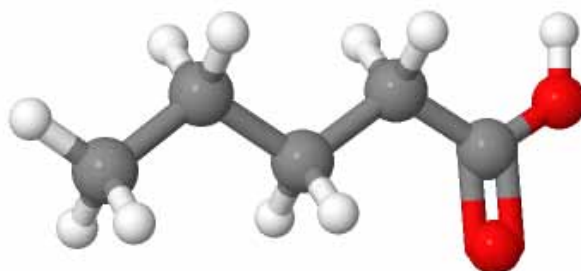


# Vänderot *Valeriana officinalis*

Det finns flera förklaringar till släktnamnet *Valeriana* varav en är att det härstammar från latinets *valere* som betyder "må bra".

Traditionellt har växten använts för att behandla epilepsi, hysteri, danssjuka, yrsel och halvsidig huvudvärk. Den innehåller många aktiva substanser varav valeriansyra och valerensyra är de som anses ha störst effekt när det gäller växtens lugnande effekter. Idag används vänderot huvudsakligen i sömn- och rogivande preparat bland annat i 'Valerina Natt'.



*Strukturformel för valeriansyra*