

# Bra växtval för personer med allergi och annan överkänslighet

Blommor ökar vårt välbefinnande och samtidigt är många människor allergiska mot växter. Genom att välja bort olämpliga växter kan de flesta få en levande grön miljö med växter och vackra buketter.

Allergiska reaktioner på växter varierar dock från person till person och från dag till dag. Därför är det svårt att ta fram en lista på växter där man säkert kan säga att ingen växt vållar besvär hos allergiker. Därför är det viktigt att komma ihåg att dessa växter **bör** passa allergiker, det finns alltså självklart ingen garanti för att alla människor reagera likadant.

Som grundregel gäller det att välja träd, buskar och andra växter som inte har frömjöl som sprids med vinden. Insektspollinerande arter av träd, buskar och örter, vars blommor har svag eller ingen doft, kan som regel användas. När det gäller gräs – välj sorter som blommar sent eller är långsamt växande. Nedan har vi valt att lista de växter som bör kunna användas av de flesta. Vår förhoppning är att detta kan ge er ledning i era växtval.

Källan till nedanstående lista är boken **Grönskande rum**, skriven av *Eva Janson, Mikael Lindström* och *Bosse Rappne*. Boken gavs ut 2003 av *Informationsförlaget* i samarbete med Astma- och Allergiförbundet.

## Krukväxter som bör passa människor med allergi och överkänslighet.

Växter märkta med \* bör skötas med handskar då de kan orsaka hudbesvär.

### Krukväxter

Amaryllis, *Hippeastrum x hortum* \*

Ampelfackla, *Aschynanthus speciosus* \*

Ampellilja, *Chloropythum*

Aralia, *Fatsia japonica* \*

Ardisia, *Ardisia crenata*

Aspidistra, *Aspidistra elatior*

Banan, *Musa*

Bergpalm, *Chamaedorea elegans*

Betlehemsstjärna, *Campanula isophylla*

Blomsterananas, *Aechmea fasciata* \*

Blomsterkaktus, *Epiphyllum hybridum*-gruppen

Blomstervagga, *Tradescantia spatacea* \*

Blyblomma, *Plumbago auriculata*

Blåöga, *Exacum affine*

Brudblomma, *Phalaenopsis sp.* \*

Brunfelsia, *Brunfelsia pauciflora* var. *Calycina*  
Buskveronika, *Hebe*  
Bägarranka, *Mandevilla sanderi* \*  
Cissus, *Cissus antarctica* \*  
Dadelpalm, *Phoenix canniensis*  
Drottningbräcken, *Pteris ensiformis*  
Dvärgfackla, *Aeschynanthus hildebrandii* \*  
Echeveria, *Echeveria agavoides*  
Eldboll, *Ixora*  
Fakirblomma, *Crossandra*  
Femtunga, *Scaevola aemula*  
Fingeraralia, *Schefflera veitchii* \*  
Fiolfikus, *Ficus lyrata* \*  
Flamingoblomma, *Anthurium scherszeranium-gruppen* \*  
Flasklilja, *Recurvata nolina*  
Flitiga Lisa, *Impatiens walleriana*  
Fläckfetblad, *Adromiscus cooperi*  
Fredsgrönka, *Peperomia obtusifolia*  
Fågelbobräken, *Asplenium nidus*  
Gullranka, *Epipremnum pinnatum* \*  
Gåsfotsaralia, *Trevesia palmata* \*  
Hawortia, *Haworthia*  
Hemtrevnad, *Soleirolia soleirolii*  
Hibiskus, *Hibiscus rosa-sinensis*  
Hjorttunga, *Asplenium scolopendrium*  
Hortensia, *Hydrangea macrophylla*  
Hängfikus, *Ficus pumila* \*  
Hängsparris, *Asparagus densiflorus* "sprengeri" \*  
Höblomster, *Iresine herbstii*  
Höstglöd, *Kalanchoe blossfeldiana* \*  
Inkakrona, *Calathea crocata*  
Jakaranda, *Jacaranda mimosifolia*  
*Jakobinia, Justica*  
Juvelblomma, *Guzmania sp.*  
Kamelia, *Camellia japonica*  
Karlbergare, *Plectranthus verticillatus*  
Kastanjevin, *Tetrastigma voinierianum*  
Kentia, *Howeia forsteriana*  
Mönjelilja, *Clivia miniata* \*  
Klätterfikus, *Ficus pumila* \*  
Klätterkalla, *Philodendron scandens* \*  
Kopparanka, *Philodendron erubescens* \*

Koralltuva, *Nertera granadensis*  
Kungsblomma, *Aphelandra squarrosa*  
Kungscissus, *Cissus rhombifolia* \*  
Lyckliga Lotta, *Impatiens hawkeri* \*  
Lyckoax, *Justicia brandegeana*  
Lyktbuske, *Triplochlamys multiflora*  
Monstera, *Monstera deliciosa* \*  
Mors tanke, *Peperomia glabella*  
Moses stentavlor, *Maranta leuconeura*  
Mosslummer, *Selaginella*  
Murgrönsaralia, *Fatschedera lizei* \*  
Novemberkaktus, *Schlumbergera truncata*  
Novemberljus, *Plectranthis oertendalii*  
Palmaralia, *Schefflera actinophylla* \*  
Papegojblomma, *Strelitzia regina*  
Papegojstjärt, *Vriesea splendens*  
Paradisträd, *Crassula ovata*  
Paraplyaralia, *Schefflera arboricola* \*  
Parasollsäv, *Cyperus*  
Penningbräken, *Pellaea rotundifolia*  
Peperomia, *Peperomia sp.*  
Pillerfikus, *Ficus deltoidea* \*  
Plättar i luften, *Muehlenbeckia complexa*  
Praktaralia, *Dizygotheca elegantissima* \*  
Praktfikus, *Ficus elastica* \*  
Prästhavre, *Billbergia nutans*  
Påskkaktus, *Rhipsalidopsis Hatiora geartneri*  
Radiatorört, *Pepromia argyreia*  
Rosenmyrten, *Leptospermum*  
Rosenstänk, *Hyoestes phyllostachya*  
Rumsask, *Radermachera sinica*  
Rumsmalva, *Anisodonteia capensis*  
Sebraaloe, *Aloe variegata*  
Sensitiva, *Mimosa pudica*  
Silveraralia, *Polyscias balfouriana* \*  
Silverkalla, *Aglaonema commutatum* \*  
Skimmia, *Skimmia japonica*  
Skiftblad, *Graptophyllum pictum*  
Skruvpalm, *Pandanus*  
Skär myggviska, *Globba winitii* \*  
Sköldpaddstuva, *Callisia repens* \*  
Spadranka, *Callisia repens* \*  
Spanka flaggan, *Mina lobata*, alt. *Ipomea lobata*

Svärmors bandrosett, *Sansevieria trifasciata*  
"Hahnii"  
Svärmorstunga, *Sansevieria trifasciata*  
Syskonstjärna, *Ledebouria socialis*  
Tradescantia, *Tradescantia fluminensis* \*  
Trillingblomma, *Bougainvillea glabra*  
Tuppkam, *Celosia*  
Tuvpeperomia, *Peperomia rubella*  
Venussko, *Paphiopedilum sp.* \*  
Våreld, *Kalanchoe blossfeldiana* \*  
Väktaren i tornet, *Tillandsia cyanera*  
Zamiakalla, *Zamioculcas zamiifolia*  
Åderblad, *Fittonia verschaffeltii*  
Ärtor på tråd, *Senecio rowleyanus*  
Ödesträd, *Clerodendrum thomsoniae*  
Ökenros, *Adenium obesum*

### Snittblommor

Afrikas blå lilja, *Agapanthus africanus*  
Akleja, *Aquilegia*  
Alströmeria, *Alstroemeria aurantiaca*  
Amaryllis, *Hippeastrum x hortorum*  
Atlasblomma, *Clarkia amoena*  
Brudorkidé, *Phalaenopsis*  
Bukettanemon, *Anemone coronaria*  
Bärhypernikum, *Hypericum x inodorum*  
Curcuma, *Curcuma*  
Drakmynta, *Physotegia virginiana*  
Gentiana, *Gentiana*  
Gladiolus, *Gladiolus*  
Hortensia, *Hydrangea macrophylla*  
Ixia, *Ixia x hybrida*  
Japansk lykta, *Physalis alkekengi*  
Kalla, *Zantedeschia*  
Kapstjärna, *Ornithogalum*  
Korallranka, *Euphorbia fulgens*  
Kängurutass, *Anigozanthus*  
Lejongap, *Antirrhinum majus*  
Lupin, *Lupinus polyphyllus*  
Montbretia, *Crococsmia x crocosmiflora*  
Nejlika, elegansnejlika, *Dianthus* (enbart doftfria sorter)

Nåldyna, *Leucospermum cordifolium*  
Papegojblomma, *Strelitzia regina*  
Protea, *Protea*  
Prärieklocka, *Eustoma grandiflora* el.  
*lisianthus*  
Ros, *Rosa*  
Rosenkalla, *Anthurium*  
Räsvans, *Amaranthus caudatus*  
Silverträd, *Leucadendron*  
Sköldpaddsort, *Chelone*  
Venussko, *Paphiopedilum*  
Veronika, *Veronika*  
Tulpaner, *Tulipa* (ej gula nyanser)  
Toppklocka, mariaklocka, storklocka,  
*Campanula*  
Tuppkam, *Celosia*  
Vaxblomma, *Chamaelaucium uncatum*

### Bladgrönt

Bergenia, *Bergenia*  
Björngräs, *Xeriphyllum asphodeloides*  
Björnlilja, *Xerophyllum tenax*  
Funkia, *Hosta*  
Galaxy, *Galax*  
Musselsyska, *Molucella laevis*  
Phornium, *Phornium*  
Sparris, *Asparagus*  
Trollhassel, *Hamamelis*  
Vaktelbär, *Gaultheria shallon*

(Dessutom blad från växterna i  
krukväxtlistan)