

**COIX LACRYMA-JOBI L. VAR MA-YUEN (ROMAN.) STAFF.
(YI YI REN).**

Overal ter wereld worden granen verbouwd, en een van de opmerkelijkste gras-graansoorten is *Coix lacryma-jobi* (Job's tranen), dat ook wel wilde gerst wordt genoemd. Het is in tegenstelling tot veel andere graansoorten een overblijvende plant, althans in milde winters. Het gewas komt oorspronkelijk uit Oost-Azië en Maleisië, en groeit op zonnige en vochtige, beschutte plekken in middel-hoge bergen [5]. Het wordt behalve in de landen van oorsprong ook in India, Midden- en Zuid-Amerika en elders al jarenlang geteeld voor zowel (vee)voeding als medicinaal gebruik. Het bevat meer eiwit, maar minder mineralen dan rijst [5, 9]. De vruchten (graankorrels) in de wilde, oorspronkelijke rassen hebben een zeer hard omhulsel, zodat ze na poetsen op parels lijken. Ze hebben kuiltjes aan twee kanten en worden daarom graag gebruikt voor kralenkettingen en rozenkransen. Van de gekiemde graankorrels wordt bier gemaakt; van het graan kan bloem gemaakt worden, thee gezet worden en ook kan van het geroosterde graan surrogaatkoffie worden gezet. De veredeling was vooral gericht op een zachtere zaadhuid [5].

Het volksgebruik van deze plant is wijd verbreid en kent zeer veel indicaties zoals verschillende tumorsoorten. In de vrucht zijn tumorremmende stoffen [5] en ontstekingsremmende polysacchariden [10] aangetroffen. Deze laatste bleken in een rattenmodel werkzaam tegen diabetes [11]. De wortels worden als anthelminticum gebruikt [5, 12]. De vrucht bevat circa 6% olie, waaruit twee componenten zijn geïsoleerd: Coixol, dat spasmolytisch en ontstekingsremmend werkt (tegen spierstijfheid wellicht) en coixenolide, dat slechts 0,25% van het graankorrelgewicht uitmaakt. Deze laatste stof wordt genormeerd omdat dit mogelijk een belangrijke stof is voor de tumorremming [12].

Van Coicis-semen is een monografie opgenomen in de Europese Farmacopee (nr. 2454) [13]. In de TCG worden de graankorrels van deze plant (semen Coicis), van de variëteit zoals boven genoemd, aangeduid als *Yi Yi Ren*. Chinese geschriften uit het begin van onze jaartelling geven indicaties voor dit kruid zoals stijfheid, het zogenaamde 'bi-syndroom' ten gevolge van vocht en wind. Artritis-achtige symptomen zijn vanaf 1500 tot heden in de traditionele Japanse geneeskunde (Kempo) leidend voor de inzet van dit kruid. In de TCG is in de loop der eeuwen de toepassing als mild diureticum meer op de voorgrond komen te staan. Het wordt nu beschouwd als zoet, zonder smaak, licht koud geneesmiddel, dat het watermetabolisme bevordert, vocht verwijdert, de milt versterkt, *chi*- en bloedstagnatie opheft, hitte klaart en pus uitdrijft. Het wordt gebruikt bij plasproblemen, oedeem, diarree door milt-insufficiëntie, reuma, longabcessen, TBC en kanker. Voor oudere mensen, vooral als ze stijve ledematen hebben, is het een goed tonicum [12]. In de Chinese farmacopee worden deze acties genoemd: Urinedrijvend/vochtverwijderend; milt- versterkend om diarree te stoppen; verwijderen van pus; elimineren van toxines en oplossen van stagnaties. Samenhangend hiermee zijn de indicaties: oedemen, voetschimmel, moeizaam plassen, diarree door milt-deficiëntie (dit is een TCG-syndroom, niet letterlijk in Westerse zin op te vatten), krampen ten gevolge van vastzittende obstructies, longabcessen, darmabcessen en tumoren. De dosering is 9-30 gram [7].