

Lavendel

Lavandula Angustifolia Officinalis

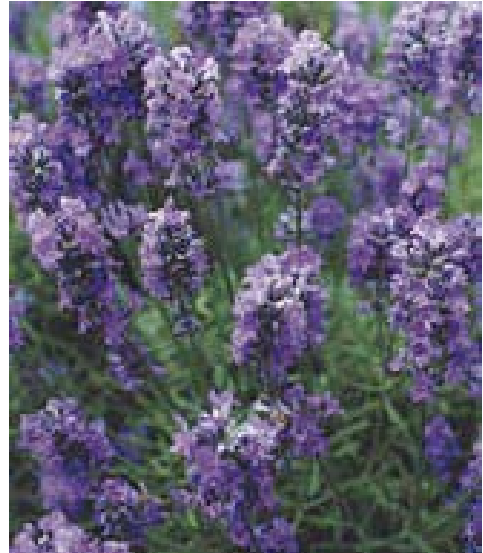
Familie Labiatae - lipbloemigen

Soorten

Lavandula Stoechas - groeit laag - geurt heel kruidig

Lavandin (*Lavandula intermedia*) - heeft 2 zijtakken - geurt kamferachtig

Spijklavendel (*Lavandula latifolia*) - bloeit in augustus - groeit hoger - geurt pittiger



Botanie en Groeiwijze

Lavendel is een winterharde, geurige heester, die 1 meter hoog wordt, met smalle, langwerpige bladeren en grijsblauwe bloemen in een schijn-aar op een slanke stengel.

Extractie

Waterdampdestillatie van de bloemen. Vloeibaar helder tot gelig groene olie.
Voor 1 ltr. olie is 150 - 160 kg planten nodig.

Geurervaring

Fris en kruidig, zacht en bloemig, bitterzoet

Geschiedenis

Lavendel werd door de oude Romeinen gebruikt om hun badwater mee te geuren. De naam "lavendel" is dan ook afgeleid van het Latijnse Lavare, dat "wassen" betekent. Dr Gattefossé, één van de vaders van de moderne aromatherapie, liep in zijn laboratorium een zeer ernstige verbranding aan zijn hand op. Hij dompelde deze onmiddellijk in een schaal Lavendelolie. De pijn verminderde snel en de wond heelde zonder littekens.

Therapeutische werking *kalme evenwichtigheid - gemakkelijke zelfexpressie*

Psyche: Lavendel heeft een genezende en zuiverende werking. De olie schenkt liefde en tederheid en beschermt tegen negativiteit. Lavendel stimuleert het denken en ontspant de zenuwen. Lavendelolie brengt evenwicht en ontspanning.

Lavendel kan als één van de weinige oliën rechtstreeks op de huid gebruikt worden. Hij is pijnstillend, krampstillend, hoestwerend, slijmoplossend, algemeen antiseptisch, kalmerend bij hartkloppingen, bloeddrukverlagend, menstruatieregulerend, galsap bevorderend, tegen allergieën, tegen acné, verzachtend bij zonnebrand.



Gebruiksmogelijkheden

Lavendel heeft een brede werking en is in- of uitwendig te gebruiken bij o.a. : brandwonden, wondjes, zweren, jeugdpuistjes/acne, insectenbeten, roos, dierenbeten, hoge bloeddruk, eczeem, aften, aambeien, spataderen, astma, haaruitval, slapeloosheid, rugpijn, spierpijn, longaandoeningen, nervositeit, stress, winterhanden en wintervoeten.

Mengt zich goed met: Bergamot, Sinaasappel, Citroen, Geranium, Scharlei, Den, Neroli, Roos.

Hieronder een paar voorbeelden van Lavendel.

- *Bij brandwonden*; eerst koelen met stromend water, dan 1-2 dr Lavendel (eventueel mengen met Aloë Vera gel) op de wond aanbrengen. Dit minimaal 1x per dag of naar behoefte.
- *Bij dierenbeten*; de olie puur (of vermengd met een basisolie of Aloë Vera gel) op de pijnlijke plaats aanbrengen. OF 2-3 dr op een vochtig watje aanbrengen en dit op de gewonde plek houden.
- *Bij bijen/wespen steek*, de steek onmiddellijk met pure Lavendel behandelen, zwelling en pijn blijven dan uit.
- *Bij jeugdpuistjes*; 10 dr Lavendel en 5 dr Kamfer in een glas gekookt water doen en hiermee 2x per dag de huid afspoelen of deppen
- *Bij acne of rosacea*; 2 dr Lavendel, 2 dr Citroen, 4 dr Helicryse, 2 dr Petitgrain en 1 dr Rozemarijn in 2 eetlepels St. Janskruid olie mengen, met dit mengsel dagelijks licht masseren
- *Bij eczeem*; meng 5-10 dr met 50 ml. basisolie en wrijf hier het eczeem dagelijks mee in. Nat eczeem eerst behandelen met Aloë Vera gel of pure Tea Tree olie.
- *Bij voetschimmel*; 10 dr Lavendel, 10 dr Tijm, 10 dr Teatree.
- *Bij oorpijn*; meng 10 ml St Janskruidolie met 30 dr Lavendelolie. Doop daar een propje watten in en stop dit voorzichtig in het oor, of druppel 1-2xdaags 1-2 druppels van het mengsel in het oor.
- *Cooling-down mengsel*; 30 ml basisolie, of arnicamaceraat, 15 dr echte Lavendel, 5 dr Ylang ylang, 5 dr Rooms kamille.
- *Cooling-down mengsel*; 30 ml basisolie of arnicamaceraat, 10 dr echte Lavendel, 5 dr citroen, 5 dr Helicryse, 5 dr Kruizemunt.
- *Activerende massageolie voor de spieren*; Spijklavendel met Rozemarijn
- *Massage bij spierpijn*; 30 ml basisolie, 15 dr Lavandin, 3 dr Wintergreen, 7 dr Laurier.
- *Bij aften in de mond*; 1 dr Lavendel op een wattenstaafje en hiermee de aften aantippen.
- *Bij tandvleesontsteking*; Lavendel puur aanbrengen.

Type mens

Het Lavendel-type draagt een groot emotioneel probleem met zich mee dat zijn oorzaak vindt in de jeugd.



Parfum

Topnoot

Energie

Koel en droog

Yang

Hoofdelement

Vuur (en hout)

Symbolische betekenis van de plant

Het is een plant met weinig blaadjes, hij geeft rust.

Ik was je schoon.

Waarschuwingen

Niet innemen met jodium- en ijzerbevattende medicamenten!

Praktijkervaring

Tijdens de vakantie werd ons zoontje door een wesp gestoken, snel pure Lavendel erop gedaan, nergens last van gehad, geen zwelling geen jeuk.

Diezelfde vakantie kreeg mijn man een heet koffiefilter over zijn blote been. Aloe Vera gel met daarin een paar druppels Lavendel erop gesmeerd, het werd nagenoeg niet rood, hij heeft er verder geen pijn aan gehad.

Chemische samenstelling

Lavandula officinalis

F = Monoterpenen (13%)

3,8% cis-Ocimeen
2,4% trans-Ocimeen
0,6% Myrceen
6% Limoneen
0,2% α -Pineen
0,2% Campheen
0,1% β -Pineen
0,1% γ -Terpineen
0,08% α -Thujeen

B = Sesquiterpenen (5,5%)

3,9% Caryophylleen
1,2% α -Humulen
0,3% Germacren D
0,1% Bergamotten
0,05% α -Bisabolol

K = Monoterpenolen (40%)

36,7% Linalool
2,5% Terpeneol-4
0,8% Borneol
0,7% Lavandulol
0,6% α -Terpineol

G = Ketonen (1,4%)

1,2% Octenon-3
0,2% Borneon(Kampher)

A = Esters (35%)

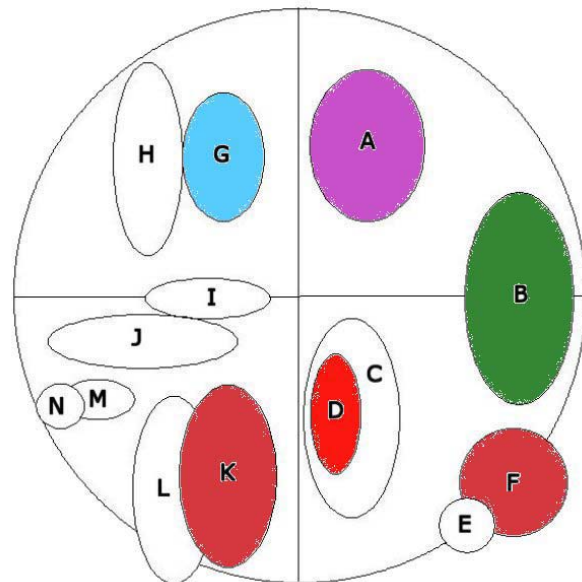
30,6% Linalylacetaat
3,1% Lavandulylacetaat
1,1 % 1-Octenyl-3-acetaat
0,7% Geranylacetaat
0,6% n-Hexylacetaat
0,31 Nerylacetaat
0,2% Bornylformiaat
0,04% n-Hexyltigliaat

D = Oxide (15%)

0,6% 1,8-Cineol
0,5% Caryophyllenoxide
0,2% cis-Linalooloxide
0,2% trans-Linalooloxide

Andere

0,5% 1-Octen-3-ol



Spijklavendel - Lavandula latifolia

F = Monoterpenen (4%)

1,8% α -Pineen
 1,75% β -Pineen
 0,2% p-Cymeen
 0,25% Sabineen
 α -Terpineen
 γ -Terpineen
 β -Myrceen

B = Sesquiterpenen

β -Caryophylleen
 β -Bisaboleen
 Germacreen D
 trans- β -Farneseen

K = Monoterpenolen (42%)

40% Linalool
 2% Borneol

G = Monoterpenketonen (16%)

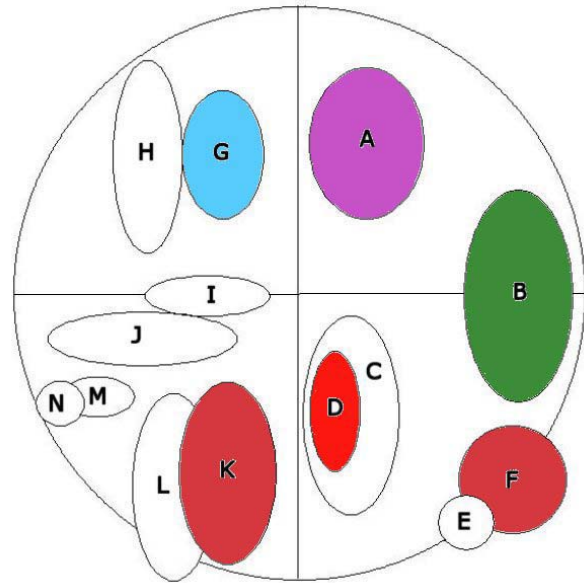
16% Borneon Kampher
 (25-28%)Carvon

A = Esters (2%)

1,75% Linalylacetaat
 0,35% Bornylacetaat
 Geranylacetaat

D = Oxide (27%)

26% 1,8-Cineol
 0,6% Caryophyller
 0,3% Linalooloxide



Lavandin Lavandula intermedia

F = Monoterpenen (4%)

0,6% Limoneen
 0,15% α -Pineen
 1% cis-Ocimeen
 2,3% trans-Ocimeen
 0,2% Camphoen

B = Sesquiterpenen

1,3% β -Caryophylleen

Monoterpenolen (30-40%)

37% Linalool
 3% Borneol
 Terpeneol-4

G = Monoterpenketonen

4,5% Borneori (Kampher)

A = Ester (40%)

36% Linalylacetaat
 1,73% Lavandulylacetaat
 0,25% Nerylacetaat
 Octylacetaat

D = Oxide (3%)

2,9% 1,8-Cineol
 0,1% Linalooloxide
 0,03% Caryophyllenoxide

Andere

Sporen Coumarines

