



Echter Lavendel (*Lavandula angustifolia*)

Wirkung

- » Blüten leicht beruhigend, blähungshemmend und gallentreibend
- » Insektenabweisend
- » Lavendelöl antibakteriell und hautreizend

Anwendung

- » bei Unruhe, Einschlafstörungen und nervösen Darmbeschwerden
- » als Bestandteil von Schlafkissenfüllungen
- » für Einreibungen gegen rheumatische Beschwerden
- » als Badezusatz bei Kreislaufstörungen
- » in Gurgellösungen

Schon
gewusst?

Als man 1922 in Ägypten das Grab des Tutanchamun öffnete, fand man Gefäße mit einer Salbe, die noch nach 3.000 Jahren schwach nach Lavendel duftete.



Echter Lavendel (*Lavandula angustifolia*)

Allgemein

» gehört zur Familie der Lippenblütler

Merkmale

- » Strauch mit nadelähnlichen Blättern
- » bis 60 Zentimeter hoch
- » blüht von Juni bis August blauviolett
- » Blüten enthalten sehr angenehm duftendes ätherisches Öl

Standort

» wächst bevorzugt an trockenen, kalkreichen, warmen Hängen

Vorkommen

- » stammt aus dem Mittelmeerraum
- » kommt in Nordeuropa und Deutschland nur gelegentlich wild vor
- » wird als Würz- und Heilpflanze angebaut