

# Violette Augenweide

Lavendel ist Arzneipflanze 2020

Hohe

Ein Hauch von Provence: Nicht nur in Südfrankreich, sondern auch in Deutschland gibt es Lavendelfelder, seit das Klima sich verändert. Er blüht hierzulande nur etwas später und wird demnächst abgeerntet. Sein Duft ist betörend. Der Echte Lavendel (*Lavandula angustifolia*) ist in Deutschland Arzneipflanze des Jahres 2020.

Der Name geht auf das lateinische Verb „lavare“ für „waschen“ zurück, da Lavendel immer schon für Waschwasser und Bäder genutzt wurde. Aufgrund seiner wohlriechenden ätherischen Öle ist er Bestandteil von Parfums und

Seifen. Zudem wirkt Lavendel beruhigend, angstlösend, stimmungsaufhellend, belebend auf das Herz-Kreislauf-System und fördert den gesunden Schlaf.

Hildegard von Bingen prägte die Klostermedizin. Sie empfahl Lavendel für seine ausgleichende und klärende Wirkung auf den Geist, zur Beruhigung des Magens und zur Abwehr von Ungeziefer. Bei Sonnenbrand, Insektenstichen oder Juckreiz ist Lavendel ebenfalls geeignet. Lavendel ist auch eine Bienenpflanze, Lavendelhonig ein gesunder Genuss. Die Lavendelblüten können als Tee aufgegossen werden.

Dass Lärmbekannt  
Geräusch  
eigentlich  
den. Da  
der Fall  
stärker

Besondere  
sind  
hoher  
natio  
sind  
Dezi  
tung  
Fac  
tig  
dB  
stä  
Ro

pet

lu  
p  
n  
g

Duftende Blütenpracht: Das ist nicht die Provence, sondern Oberbayern. Am Lavendelfeld bei Lain am See nahe Dorfen kann man sich gar nicht sattsehen.



Foto: Petra J. Huschke