

# Das blaue Gold der Provence

Der Duft des **Lavendels** erinnert an Sommer und löst wohlige Gedanken aus. Aber die Pflanze kann noch mehr, wie folgender Beitrag zeigt.

Die Landschaft der Provence ist im Sommer von der leuchtend blau-violetten Blütenpracht des in endlos langen Reihen gepflanzten Lavendels geprägt. Das in den Kelchblättern der Lavendelblüten enthaltene ätherische Öl erfreut sich seit alters her großer Beliebtheit und wird noch heute für medizinische und kosmetische Zwecke genutzt.

**Verschiedene Lavendelarten** Nicht immer stammt das ätherische Öl vom Echten Lavendel (*Lavandula angustifolia* MILL.), der als *Lavandulae flos* (Lavendelblüten) Eingang ins Europäische Arzneibuch gefunden hat. Oftmals finden sich auf den Feldern verwandte Lavendelarten wie beispielsweise das weitverbreitete Lavandin (*Lavandula hybrida*), das beim Destillieren des ätherischen Öls im Vergleich zum Echten Lavendel eine höhere Ausbeute liefert und dadurch viel preisgünstiger ist. Allerdings unterscheidet es sich in der Zusammensetzung und Wirkung der Inhaltsstoffe und findet daher vor allem in der Kosmetikin-

dustrie Verwendung. So auch das aus dem Speiklavendel (*Lavandula latifolia*) als Spiköl bekannte ätherische Öl, das wie das des Lavandins einen hohen Camphergehalt aufweist. Das ätherische Öl des Echten Lavendels ist hingegen fast so teuer wie Gold, weshalb es auch als „blaues Gold“ der Provence bekannt ist.

**Echter Lavendel** Der bis zu 60 Zentimeter groß werdende verholzende Halbstrauch *Lavandula angustifolia* MILL. aus der Familie der Lamiaceae (Lippenblütler) hat kurze, schmale, lanzettliche, graugrüne behaarte Blätter, die der Pflanze den botanischen Namen *angustifolia* (von lat. = schmalblättrig) verleihen. Die violetten intensiv aromatisch-duftenden Blüten stehen in Scheinquirlen und werden je nach Höhenlage des Anbaubereiches kurz vor dem Aufblühen im Juli bis August geerntet. Das bekannteste Anbaugbiet ist die französische Hochprovence, daneben wird die Droge auch aus Spanien und Osteuropa eingeführt. Lavendelblüten enthalten ein bis drei Prozent ätherisches Öl mit den

Hauptkomponenten Linalylacetat (30 bis 50 Prozent) und Linalool (20 bis 45 Prozent), daneben weitere Monoterpene, Lamiaceen-Gebstoffe (vor allem Rosmarinsäure) sowie Flavonoide. Wertbestimmender Anteil ist Linalylacetat (Mindestgehalt 35 Prozent), wobei gute Öle einen Gehalt von bis zu 60 Prozent erreichen. Außerdem weisen qualitativ hochwertige Öle einen Campheranteil unter einem Prozent auf.

### Historische Verwendung

Schon die alten Ägypter kannten die Pflanze und gaben den Toten ihren Duft mit ins Grab. Auch die Römer nutzten das Gewächs. Sie liebten es, in Lavendelwasser zu baden und ihre Wäsche mit Lavendelöl zu versehen. Das brachte dem Laven-

del n. Chr. als Parfum. Im späten Mittelalter galt die Pflanze als Wundermittel, da ihr Öl Parfümeure vor Pest und Cholera verschonte. Zudem wurde ihr eine Wirkung gegen Herzklopfen sowie Kopfschmerzen zugesprochen und im ersten Weltkrieg diente ihr ätherisches Öl zur Wunddesinfektion.

### Breites Wirkungsspektrum

Noch heute setzt die Volksmedizin Lavendelöl zur Beschleunigung der Wundheilung bei Verbrennungen ein. Traditionell werde auch Lavendelsäckchen unter die Wäsche gelegt, um Schädlinge fernzuhalten oder um das Einschlafen zu erleichtern. Darüber hinaus gilt es als entkrampfend, antidepressiv, schmerzlindernd, entzündungshemmend und desinfizierend.

## Zahlreiche Indikationen

Die Kommission E des ehemaligen Bundesgesundheitsamtes bewertete die Lavendelblüten in einer Aufbereitungsmonografie positiv. Als Indikationen für die innerliche Anwendung nennt sie Unruhezustände, Einschlafstörungen und funktionelle Oberbauchbeschwerden wie beispielsweise nervöser Reizmagen, Meteorismus oder nervöse Darmbeschwerden und für den äußerlichen Gebrauch in der Balneotherapie die Behandlung funktioneller Kreislaufstörungen. In Fertigarzneimitteln steht Lavendel für verschiedene Anwendungsgebiete (z. B. als Anxiolytikum, Sedativum, Magen-Darm-Mittel, Mittel zur Wundbehandlung oder Durchblutungsförderung) zur Verfügung.

del vermutlich auch den Namen ein, denn er leitet sich von lat. lavare = waschen ab. Im 11. Jahrhundert n. Chr. gelangte er mit den Mönchen nach Mitteleuropa und wurde für die Herstellung von Arzneien in Kloostergärten kultiviert. Hildegard von Bingen empfahl ihn äußerlich gegen Läuse und glaubte an eine liebesdämpfende Wirkung. Anderen diente der Duft hingegen zum Betören des Geliebten. Der europäische Adel schätzte Lavendel seit dem 13. Jahrhun-

Am bekanntesten ist heute noch seine beruhigende und entspannende Wirkung, die inzwischen in klinischen Studien bestätigt wurde. Außerdem zeigte Lavendelöl in mehreren Untersuchungen angstlösende Effekte. Die Aromatherapie schätzt den Wohlgeruch des Öls und seine ausgleichende Wirkung auf Psyche und Organismus. ■

*Gode Meyer-Chlond,  
Apothekerin*