

LEVANDUĽA LEKÁRSKA

LAVANDULA ANGUSTIFOLIA

Lamiaceae (Hluchavkovité), Labiatae (Pyskaté)

Česky: Levandule lékařská, Anglicky: Common lavender, Latinsky: Lavandula officinalis, Lavandula vera,

Francúzsky: Lavande, Španielsky: Lanandula, Taliansky: Lavanda, Poľsky: Lawenda lekarska,

Maďarsky: Levendula

■ **Vlastnosti:** Sedatívum, Derivans, Korrigens, Balneologikum, Aromatikum, Nervinum, Antiskabiózum, Hypnotikum, Rubefaciens, Derivans, Dezinficiens, Amarum, Antispazmotikum, Spazmolytikum, Diuretikum, Antireumatikum, Antineuralgikum, Stomachikum, Neurotonikum, Karminatívum, Analgetikum, Antiartritikum

Botanický popis: Trváci, príjemne aromatický, šedivo chlpatý, silne rozkonárený poloker asi 0,6 m vysoký, v dolnej časti drevnatý. Má neopadavé čiarkovité sediace listy s podtočeným okrajom. Fialovomodré kvety sú nakopené na vrcholčeku stonky a rozkvitajú od júna do augusta. Plody sú lesklé tvrdky.

Výskyt: Levanduľa lekárská pochádza z južnej Európy, a tu sa aj vo veľkom kultivuje. Rod má viacero druhov a celý rad kultivarov odlišného výzoru a farby kvetov. U nás je dosť často v záhradách ako okrasná, ale našu zimu pod voľným nebom väčšinou neznáša. Dováža sa z Francúzska, Juhoslávie, Bulharska a zo Španielska.

Pestovanie: Pre krásu, potešenie a prípadnú vlastnú potrebu sa oplatí levanduľu pestovať. Ako teplomilnej rastline sa jej u nás darí iba v teplých a slnečných oblastiach, na slnečných stanovištiach chránených najmä pred severnými vetrami. Pôdu obľubuje ľahšiu, dobre priepustnú, humusovú a vápenatú, neznáša väčšie mrazy, vymrzajú jej korene, na zimu ju treba zakryvať. Semená klíčia pomaly a veľa ich vyjde nazmar; lepšie je nešľachtené druhy vysievať asi do 5 mm hĺbky koncom leta alebo na jeseň. Prísádza sa alebo jednotlivo do sponu 45 – 60 cm. Ak sa zakladá ako živý plot, tak vo vzdialenosti asi 30 cm. Môže sa aj množiť na jeseň alebo na jar 10 – 20 cm dlhými stonkovými odrezkami alebo delením či zasýpaním. Pravidelne na jar a jeseň treba strihať odkvitnuté kvety, nepravidelne rastúce rastliny a tiež aj živý plot.

Pre včely a včelárov: Rastlina je veľmi dobre nektarodajná. Kde sa pestuje (napr. vyšľachtená sorta v južných oblastiach Slovenska), majú z nej včely dobrú znásku.

História a zaujímavosti: Pomenovanie levandule je odvodené od latinského lavare = umývať (oddávna tvorila prísadu do kúpeľov). Odporúča sa pre vlastnú potrebu pestovať aspoň jeden krík v záhradke a konce kvetných klasov zberať, keď sa začnú otvárať prvé kvietky.

Predmet zberu a zber: Kvet sa pre farmaceutické potreby zberá na začiatku nadpolovičného rozkvitnutia porastu (júl – august) alebo sa z jednotlivých rastlín sťahujú prstami nie celkom rozvinuté kvety, alebo strihajú celé kvetonošné bezlistové konáriky, prípadne aj vňat. Zber možno robiť viackrát, pretože kvety sa rozvíjajú postupne.

Sušenie: Suší sa rýchlo v tenkej vrstve ako silicový materiál (do 35 °C). Zosušenie (kvet i vňat) asi 4 – 5 : 1. Levanduľový kvet môže podľa všeobecnej normy obsahovať iné časti rastliny najviac v 5 % množstve, cudzie organické prímеси do 1 % a anorganické 0,5 %. Požaduje sa minimálny obsah 1 % silice. Usušený kvet vonia príjemne intenzívne aromaticky a chuť horko.

Obsahové látky: Obsahuje asi 1 – 3 % silice (liekopis SL 1 predpisuje minimálnu požiadavku hodnoty – 1,3 %, presnejšie vyjadrené 13 ml silice v 1 kg sušených kvetov) s obsahom najmä monoterpénov (významný je linalylacetát – 30 – 50 %, ktorého podiel v silici zvyčajne liekopisy tiež žiadajú stanoviť – SL 1 rozpätie 25 – 46 % a liekopisná požiadavka hodnoty linalolu je 20 – 45 %, limonénu však menej ako 1 %, cineolu menej ako 2,5 %, gáfru menej ako 1,2 % a i.). Obsahuje ešte triesloviny (5 – 10 %), kumaríny a flavonoidy.

Fytoterapia a dávkovanie: Ako fytofarmakum sa zaraďuje do skupiny sedatív a derivancií. Farmaceuticky sa použí-



vajú kvety (*Lavandulae flos*; SL 1) a vňat (*Lavandulae herba*). SL 1 uvádza aj silicu – *Lavandulae aetheroleum* – levanduľová silica. Užíva sa ako mierne účinné sedatívum pri nepokoji, nervovom vyčerpaní, poruchách spánku a často tvorí zložku čajovín na upokojenie, potencie účinnosť chologog (účinné zložky za toto pôsobenie a za sedatívne pôsobenie nie sú zatiaľ známe). Kvety majú podobný účinok ako vňat medovky.

Na vonkajšie použitie sa robí zápar z 12 g kvetov na liter vriacej vody a používa sa na kúpele dráždiace kožu, ako antireumatikum, na upokojenie, proti únave a na odstránenie depresí.

Nežiadúce účinky: Užívanie prípravkov nie je vhodné gravidnými a dojčiacimi ženami a treba si uvedomiť, že silica je relatívne toxická. Pri nevhodnej kombinácii liekov vedľajšími komplikáciami môže byť zápcha, eufória, kašeľ, nauzea, dávenie, zúženie pupíl, kožné zápal a i.

Interakcie: Interakcie – spolupôsobenie sa zistilo o. i. pri súčasnej aplikácii narkotík, sedatív, hypnotík, benzodiazepínov, aj s alkoholom.