Dobroczynne właściwości lawendy – wszystko co musisz wiedzieć!

artykuł zewnętrzny
05-11-2020 07:00

Każdy, kto widział chorwacką wyspę Hvar, chciałby mieć takie cuda u siebie za oknem. Ogród pokryty szczelnie fioletowym kwieciem robi niesamowite wrażenie. Nie dość na tym, zapach unoszący się wokół całej posiadłości z pewnością będzie budził zachwyt i zazdrość otoczenia. A wszystko za sprawą niepozornej roślinki, która w tłumie roli oszałamiające wrażenie.

Dobroczynne właściwości lawendy
Podkarpackiesady.pl

O jakiej roślinie mowa?

Mowa oczywiście o lawendzie, która jest niewielką, mniej więcej 40-centymetrową rośliną kwitnącą od czerwca do końca października. W zamian za cudowny zapach i wyglądnie oczekuje niczego specjalnego.

Dobrze spisuje się zarówno w gruncie, jak i donicach. Nie ma przeciwwskazań, by hodować ją na domowym parapecie, zapewniając sobie darmowy odświeżacz powietrza wraz z odstraszaczem bzykających komarzych potworów.

Lawenda ma właściwości zarówno użytkowe, jak i kosmetyczne. Spełnia także ogromną rolę ekologiczną, zapewniając pokarm licznym owadom pożytecznym, na czele z pszczołami. Trzeba wspomnieć, że w celu uzyskania intensywnego rozwoju, lawendę należy systematycznie przycinać. Podłoże powinno być przepuszczalne i bogate w wapń. Na dno doniczki dobrze jest dać gruby żwir wspomagający odprowadzenie nadmiaru wody.

Lawenda, zastosowanie w domu

O niewątpliwych walorach estetycznych lawendy już wspomnieliśmy. Pora teraz na jej zastosowania praktyczne. Najważniejszym, szczególnie z punktu widzenia pań, jest niechęć do lawendy, jaką przejawiają przedstawiciele świata owadów.

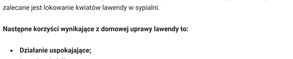
Lawenda:

- **Odstrasza komary;**
- **Odstrasza kleszcze;**
- **Odstrasza mrówki.**

A wszystko za sprawą olejków eterycznych, na które składają się: linalol oraz cineol. Wraz z kamforą, stanowią dla owadów barierę nie do przebycia.

Olejek lawendowy naniesiony na skórę, nie tylko zapobiega ukąszeniom, lecz także znacząco łagodzi ból po nich. Warto mieć piękne krzewy lawendy w swoim ogródku. Duży wybór sadzonek znajdziemy w internetowym sklepie ogrodniczym https://www.podkarpackiesady.pl/76-lawendy.

Teraz przejdźmy do kolejnego aspektu zastosowań naszego małego obrońcy.



Uprawa lawendy w domu
Uprawa lawendy w domu
podkarpackiesady.pl

Lawenda, właściwości lecznicze

Składnikiem najistotniejszym w przypadku działań zdrowotnych jest olejek, którego zapach ma ogromny wpływ na układ nerwowy. Łagodzi stres, napięcia oraz ułatwia zasypianie. Z tego powodu zalecane jest lokowanie kwiatów lawendy w sypialni.

Następne korzyści wynikające z domowej uprawy lawendy to:

- **Działanie uspokajające;**
- **Łagodzenie bólu;**
- **Wspomaganie trawienia;**
- **Łagodzenie infekcji;**
- **Łagodzenie podrażnień skóry.**

Wiele preparatów lawendowych można przygotować samodzielnie, są także dostępne w aptekach, sklepach zielarskich i kosmetycznych.

Kwiat lawendy, zastosowanie

Nieco zdziwionych zapewniam, że kwiaty lawendy świetnie komponują się z licznymi potrawami, nadając im goryczki i pikantności.

Przy takim zastosowaniu lawendy w kuchni, uzyskujemy:

- **Poprawę apetytu;**
- **Leczenie zaparć;**
- **Poprawę trawienia;**
- **Złagodzenie wzdęć i kolek.**
- **Łagodniejsze bóle menstruacyjne;**
- **Rozluźnienie napięcia mięśniowego.**

Oprócz zastosowania w daniach można przygotować sobie napar z kwiatów, a także nalewkę. Zacznijmy od tego, że lawendowa nalewka traktowana jest przez koneserów jako specialité de la maison i w niczym nie przeszkadza im mało gastronomiczny aromat, wręcz przeciwnie!

Warto w tym miejscu podać przepis na nalewkę, której przygotowanie jest dziecinnie łatwe.

Nalewka z lawendy

Składniki:

- **Cztery garście świeżych kwiatów;**
- **Wódka, ilość potrzebna do zalania kwiatów.**
- **Cukier (opcjonalnie).**

Zanurzone w alkoholu kwiaty odstawiamy na dwa tygodnie, pamiętając o codziennym potrząsaniu pojemnikiem. Po tym okresie płyn należy przecedzić i dodać cukier. Ponownie odstawić, aż cukier się rozpuści.

Taką nalewkę można stosować na skórę w miejscach występowania bólu lub wewnętrznie (łyżeczkę) w ramach profilaktyki grypowej i przeziębieniowej.

Lawenda w kosmetyce

Lawenda jest wprost stworzona do wykorzystania upiększającego i leczniczego. Wspomniana już zdolność łagodzenia podrażnień skóry preferuje olejek lawendowy jako składnik różnego rodzaju kremów, maści i olejków, które działają balsamicznie podczas masaży. Lawenda działa także przeciw obrzękom, stąd jej obecność w kremach stosowanych pod oczy, preparatach antycellulitowych oraz kosmetykach do pielęgnacji stóp. Więcej, na temat wykorzystania lawendy w kosmetyce i medycynie naturalnej, przeczytać można na http://www.diazdowia.com.pl/wykorzystanie-lawendy-w-kosmetyce-i-medycynie-naturalnej/.

I kto by pomyślał, że to wszystko zawdzięczamy małej, niepozornej fioletowej roślince? Zatem Panie i Panowie, do dzieła, lawenda sama się przecież nie posadzi!

Artykuł napisał:
Maciej Mrozowski - domorosły ogrodnik,
zamiłowany w eksperymentach gastronomicznych.

Źródło:

http://erazdrowia.pl/lawenda-kiedy-kwitnie-i-co-z-niej-mozna-zrobic

WIĘCEJ O: LAWENDA

UDOSTĘPNIJ WEŹ UDZIAŁ W DYSKUSJI

POLECANE

Marzec w ogrodzie - cięcie
Marcowe cięcie

Dobroczynne właściwości lawendy.
Dobroczynne właściwości lawendy – wszystko co musisz wiedzieć!

SLOWA KLUCZOWE: QUESTAR_SILVER alpejski alpinum eryngium mikoszjek
Srebrne rośliny [Przegląd roślin]

Komar
Rośliny odstraszające komary. Warto posadzić je w swoim ogrodzie

Lawenda wąskolistna (Lavandula angustifolia)
Rośliny w odcieniach błękitu i fioletu – w stylu śródziemnomorskim

Rojnik murowy znakomicie sprawdza się na słonecznych balkonach.
Rośliny na słoneczny balkon

koty
Roślinne odstraszacze kotów

KONTAKTY - FELIS DOMESTICA COLOIDES FOT. WIESŁAW GAWRYS PUBLIKACJA KWIETNIK NR 5 (173) - 5 2009 PUBLIKACJA CZTERY KĄTY NR 6 (224) - 6 2010 SŁOWA KLUCZOWE: ROŚLINY ZDJĘCIE DO WYJAZDU PUBLIKAT: 6 KWIETNIK
Sposób na komary. Rośliny, które skutecznie odstraszają komary

Skomentuj:

Dobroczynne właściwości lawendy – wszystko co musisz wiedzieć!

PRZED BUDOWĄ
Porady
Schody
Komin
Okna
Koszt budowy domu
Dach
Formalności
Ciepła woda
Strop
Fundamenty
Ściany
Instalacje

REMONT
Panele podłogowe
Wykończenie Wnętrz
Podłogi
Malowanie ścian
Narzędzia
Stary dom
Montaż Drzwi
Układanie płytek
Rolety Okienne
Ocieplenie poddasza
Płytki na taras
Wizualizacje i plany

WNĘTRZA
Salon
Wykończenie Łazienki
Łazienka
Sypialnia
Kuchnia
Przedpokój
Metamorfozy
Jadalnia

OGRÓD
Kwiaty na balkon
Ławka Ogrodowa
Meble Ogrodowe
Rośliny doniczkowe
Ochrona roślin
Piękne ogrody
Koszenie trawy
Warzywnik
Tuja
Encyklopedia roślin
Wasze Ogrody
Wrotycz
Magnolia
Kosiarka spalinowa
Trawy ozdobne

DESIGN
Meble
Ceramika
Pokój Dziecięcy
Akcesoria
Dekoracje
Polscy projektanci
Architekci
Wzornictwo
Polski design
Design w domu
Zara Home
Ozdoby wielkanocne
Dekoracje wielkanocne
Stroiki wielkanocne

PRENUMERATA
Ladny Dom
Cztery Kąty

BUDOWA DOMU
Projekty domów
Wbudowie.pl
Prawo Budowlane
Ogrzewanie
Kominek
Ogrzewanie podłogowe
Więźba dachowa
Wentylacja
Kanalizacja
Dom energooszczędny

ZRÓB TO SAM
Ozdoby do domu
Jak przesadzić storczyka
Jak zalatać dziurę w ścianie?
Jak wyczyścić fugi
Jak pozbyć się kurzu
Jak założyć warzywnik
Jak naprawić ścianę
DIY
Meble z palet

KWIATY NA BALKON
Hiacynt
Begonia
Róże
Tulipany
Oleander
Amaryla
Maciejka
Forsycja
Pelargonie
Bratki
Kwiaty wiosenne
Kwiaty doniczkowe
Kwiaty

ARCHITEKTURA
Domy jednorodzinne
Branża
Inwestycje
Kultura
Makabryła

KONTAKT
ladnydom@press-land.pl
Biuro Reklamy Pressland S.A.
Napisz do nas
Redakcja

Copyright © Pressland SA

O Nas Reklama Prywatność Regulamin Wszystkie artykuły

Realizacja: Fancybox.pl