

## *Lavandula angustifolia*

familjen kransblommiga växter, *Lamiaceae*.

### Utseende

Lavendel är en flerårig, aromatiskt doftande, grågrön halvbuske som blir omkring 50-100 centimeter hög. Det finns även dvärgformer med kompakt växtsätt som är lägre. Exempel på detta är sorterna 'Hidcote Blue' och 'Munstead', som blir 25-40 cm höga. Stjälken är kantig, grön och från andra året träaktig. Bladen är filthåriga och lansettlika med inrullad bladkant. Lavendel blommar i juli-augusti med blåviolettera (finns också vita och rosa) blommor som sitter i kransar i axlika, toppställda, långskaftade blomsamlingar. Högblad rödbruna, foder femflikigt med nästan likstora flikar, övre flikar med litet bihang. Kronan är tvåläppig, med en kort överläpp och en treflikig, kort underläpp. Den har fyra ståndare som ej är utskjutande. Torkade blommor avger en ren, god och långvarig doft. Både blad och blommor innehåller eterisk olja, dock skiljer doften mellan dem. Fröna består av fyra lera, bruna små nötter i varje frukt. Kromosomtall:  $2n=54$ .



### *Lavandula*

kommer av latinets lavare (tvätta), lavandum (till att tvätta). Namnet är medeltida och syftar på att den användes i badet.

### *Angustifolia*

betyder smalbladig och kommer av latinets angustus (smal) och folium (blad). Lavendel är tidigare känd under namnen *Lavandula officinalis* och *Lavandula vera*.

Norska: Lavendel Danska: Lavendel  
Finska: Tähkälaventeli Engelska: English  
Lavender, Common Lavender Tyska:  
Lavendel Franska: Lavande, Spic

### Andra arter av Lavendel

Släktet *Lavandula* har 30 arter. Flera olika arter och hybrider odlas, främst i Sydeuropa, för att framställa olja till kosmetikaindustrin. Vanligast i odling är den fertila hybriden *lavandin* (*L. x intermedia*), som är en korsning mellan arterna *L. angustifolia* och *L. latifolia*.

### *Lavandula dentata*

Halvhärdig med bleka blå till ljuslila blommor från sommaren till tidig höst. Fintandade ljusgröna blad.

***Lavandula lanata***

Mindre hårdig. Starkt violetta blommor på korta ax. Korta, mjuka, smala silvergrå eller vitludna aromatiska blad.

***Lavandula latifolia***

Samlas in för medicinska egenskaper och för utvinning av eterisk olja.

***Lavandula multifida* - Sommarlavendel**

Odlas hos oss som ettårig. 40 cm hög, har flikiga blad och svag doft.

***Lavandula pinnata***

Halvhårdig, städesegrön perenn. Blomaxen är lila och ser ut som en blandning av *Lavandula angustifolia* och *Lavandula stoechas*. Bladen är ormbunkslika, grå och svagt aromatiska. Kan förväxlas med *Artemisia*-arter. Behöver täckas vintertid.

***Lavandula stoechas* - Skärmlavendel**

Mindre hårdig. Purpurfärgade blommor. Grågröna blad.

***Lavandula viridis***

Halvhårdig och städsegrön. Rar art med gröna högblad med en krämvit vippa i mitten. Bladen är gröna, smala och mycket aromatiska. Måste skyddas vintertid.

**Några sorter av *Lavandula angustifolia*:**

'*London pink*' - med blekt rosa blommor

'*Nana alba*' - 4-5 cm långa, vita blomspiror, silvergrått, tätt bladverk. Höjd 30 cm

'*Folgate*' - starkt purpurblå blommor och smala grågröna blad

'*Vera*' - mörka blommor, smalare, silvrigare, tätare blad än hos den rena arten.

'*Bowles*' - ljusst blå blommor, medellångt ax. Medellånga, smala, grågröna blad

'*Rosea*' - rosa blommor, medellånga, gröngrå, smala blad

**Utbredning**

Lavendel är en odlad art som ibland kan påträffas förvildad i Sydsverige. Arten hör hemma i Medelhavsområdet. De största odlingarna finns i Frankrike, Provence, Spanien och Ungern. I Sverige är den hårdig upp till södra Norrland. Arten finns omnämnd redan under medeltiden. Den har odlats sedan 1400-talet i Sverige. I Europa spreds växten med munkar som allt sedan dess har odlat den i sina klosterträdgårdar.

**Kulturhistoria**

Lavendeln uppmärksammades på 1500-talet för sin väldoft och förunderliga förmåga att lindra stelhet i leder och motverka trötthet.

Den danska författaren Anemette Olesen skriver i boken "Hekseurter" att man kan gnida in ett brev till den älskade med lavendel så blir han förälskad. Anemette skriver 'han'. Kanske kan män också få kvinnor förälskade på samma sätt? Om

man strör lavendelblommor i huset så kommer det alltid att vara fred i huset. Om man bär lavendel på kroppen under St Hansnatten (midsommarnatten) så kan man se feer.

I England fördes lavendel i stora kvantiteter från landsbygden in till Londons örtmarknad och ett av dåtidens mest hörda rop på gatorna var: "Vem vill köpa min lavendel?" Man strödde lavendel på golven för att dölja obehagliga lukter såväl inifrån husen som utifrån gatan. Små buketter av lavendel bars för att avvärja pest och andra farsoter. Hildegard av Bingen skrev om lavendel i *Physica* under namnet "lavendula". Hon avrådde uttryckligen från att använda växten för invärtes bruk, men prisade dess starka doft och rekommenderade växten mot löss.

Intressant är att Arvid Månsson inte tar upp lavendel i sin "En mycket nyttig örta-book". Åtminstone inte i innehållsförteckningen.

### Odling

I medelhavsområdet växer lavendel på soliga sluttningar på kalkrik berggrund. Här rekommenderas att man odlar den på soligt ställe och öppet eller luftigt för att hålla svampsjukdomar borta. Jorden bör vara genomsläpplig, sandjord med kalk. Lavendel, liksom flera andra medelhavsväxter, älskar kalk. I leriga jordar har den svårt att överleva våra bistra vintrar, speciellt om den odlas på plan mark där vatten lätt blir stående. Gärna på en växtplats där vattnet kan rinna av, kanske en upphöjd bädd.

Förökning genom sticklingar, 10-20 cm långa stjälkar som inte blommar på våren. Låt dem rota sig i en blandning av barkmull, torvmull och sand. Ta halvförvedade sticklingar på sommaren eller tidigt på hösten av kraftiga, nya skott. Plantera sticklingarna i större kruka när de väl har rotat sig och övervintra dem i ouppvärm�t växthus eller drivbänk. Plantera ut dem på våren i väl-dränerad näringsrik jord. Man kan också ta avläggare. Avläggare gör man lättast på hösten, brukar lyckas bra med de flesta lavendelsorter. Fröförökning av rena arter sker bäst med färskt frö på hösten. Så i krukor på sensommaren-hösten, täck med nät eller dylikt som håller fåglar och möss borta. Jag har mött många som anser att det är svårt att få lavendelfrön att gro.

Gallring till 45-50 cm avstånd. Om man vill ha den som häckväxt så räcker 20-30 cm mellanrum. Klipp bort vissnade blomstjälkar. Beskärning av yviga plantor på senhösten eller vårvintern. Klipp dock inte ner till gammal ved, den skjuter sällan skott. Skörda blomstjälkarna just när blommorna slår ut. Bladen kan skördas när som helst.

### Sjukdomar

Besvärligast för lavendel är spottstrik och larver av olika nattfjärilar. Spottstrikens löddriga, vita spott spolar man av med vatten. Duscha sen med lösning av växtsåpa.

Under regniga tider på året kan blommorna angripas av gråmögel, speciellt utsatta är de efter blöta vintrar. Överhuvudtaget är lavendel känslig för långa, blöta höstar och vårar.

### Innehåll

Enligt Det Bästas Örtmedicin och växtmagi innehåller lavendel: Eterisk olja med 30-60% estrar, huvudsakligen linalylacetat, samt greniol, l-linool, limeng och något ceineol. Enligt Lilla klosterapoteket är

innehållet eterisk olja med bla. kamfer, milda Lamiaceae-garvämnen (i synnerhet rosmarinsyra) samt kumarin och flavonoider.

## Användning

Lavendel odlas som prydnadsväxt i trädgårdar och parker, framförallt används den som kantväxt. Lavendel är mycket vacker som låg häckväxt och avdelare i örtagårdar.

Blommorna användes redan under antiken som parfym och tillsats i tvättvattnet. Långt innan tillkomsten av deodoranter och badsalter använde romarna lavendel i sina badinrättningar. Blommorna kan användas till hud- och ansiktsvatten för känslig hud, det stimulerar celltillväxten och är bra mot finnar. Blomskotten kan skördas och användas till lavendelpåsar och potpurrier. Lavendeloljan som utvinns ur blommorna, används främst vid tillverkning av parfym, eau-de-cologne och tvål. Enligt Mabberley (1997) produceras omkring 1000 ton lavendelolja per år av kommersiella odlare.

Lavendel brukar räknas till kryddväxterna och man lär kunna använda den till örtte. I Sydeuropa används bladen för att krydda kött, särskilt vilt. Blommorna kan smaksätta örtgelé, vinäger, skorpor eller kakor. Ta då sparsamt av lavendel, så att det inte smakar tvål. Lavendelblommor kan kanderas.

En tinktur av torkade lavendelblommor används invärtes som lugnande vid oro, yrsel, migrän och insomningsbesvär. Den ansågs också som ett kramplösande, urindrivande och ”magstärkande”, medel. Den lindrar även vid diarré och irriterad mage och tarm (uppkördhet, gasbildning). Utvärtes används den som sårmedel, hudretande, ökar genomblödningen och används därför som smärtlindrande medel vid ryggskott och andra muskelsmärter och reumatiska besvär. Oljeessens är antiseptisk, mild lugnande och lindrande, särskilt vid insektsbett och mindre (avkylda) brännskador. Stryk en droppe olja på tinningen för att lindra huvudvärk.

Lugnande lavendelte gör man genom att slå 2 dl hett vatten över 2 tsk lavendelblommor och låta det dra 5 minuter. Man kan få starkare verkan genom att växla om med te på läkevänderot.

I flera av böcker kan man läsa att sex droppar olja i badvattnet lugnar oroliga barn så att de somnar lättare. Man kan ju alltid pröva. Andra tips vid sömnstörningar i allmänhet, alltså inte främst barn, är att inta 1- 4 droppar lavendelolja på en sockerbit eller droppa 1 droppe lavendelolja på huvudkudden eller fylla kudden med lavendelblommor. Man kan också droppa olja i vattnet i en doftlampa någon timme innan sänggående.

I linneskåpen lade man förr små broderade lavendelpåsar som gav linnet en behaglig doft och lavendeln ansågs motverka mal. Detta är fortfarande ett gott tips. Lavendel kunde även sys in i kläderna för att hålla loppor och löss borta.

Lavendel ingick ofta i kvinnornas kyrkbuketter, som de hade med sig till kyrkan för att lukta på och förströ sig med under gudstjänsten.

Torkade stjälkar kan användas som braständare. Lägg visnade eller torkade stjälkar i brasan så luktar hela rummet lavendel.

## Författare

Denna artikel är baserad på en text skriven av Lisbeth Flising. Du kan läsa originalversionen [här](#).

- [Anders Larsen](#) (11 edits)

- [Jannica Johansson](#) (1 edits)
- [Lisbeth Flising](#) (1 edits)
- [Petter Bergström](#) (1 edits)
- [Fobo](#) (1 edits)

### Källor:

Den virtuella floran

Lisbeth Almark: Doftande Växter till nytta och nöje Prisma 2005

Anna Bergenström: Annas örtagård - om glädjen att odla och använda kryddor Bonnier Alba 1993

Jekka Mc Vicar: Örtaboken Wahlströms förlag 1994

Lesley Bremness: Vår Örtabok Prisma 2000

Örtmedicin och växtmagi Det Bästa 2001

Pater Kilian: Lilla Klosterapoteket Wahlström och Widstrand 2005

Anemette Olesen: Hekseurter Skarresøhus Forlag 2006

Kerstin Ljungqvist: Nyttans växter Calluna förlag 2006

*Lavendula angustifolia* (*Lavendula officinalis*)

Wilhelm Raattamaa

Lavendel är en perenn städsegrön örthaltbuske från medelhavsländerna. Den är en urgammal kulturväxt som odlades redan på 1000-talet i Europas klosterträdgårdar. I Provence odlas i våra dagar lavendel på stora fält för den franska parfymindustrins räkning.

Lavendel innehåller lättflyktiga eteriska oljor, som utvinns ur växten genom ångdestillering.

Trädgårdssorterna av lavendel är olika i blomfärg och höjd. En utmärkt sort är den 30 centimeter höga Hidcote med silvergrå blad. Hidcote Blue har vackra mörkvioletta blommor och Hidcote giant har mycket violetta blommor med stark doft. Störst blommor har den tätvuxna sorten Munstead, som härstammar från England. Alla har inte blå eller violetta blommor. Sorten Rosea har ljusrosa blommor, Lodden Pink blekt rosavioletta och Alba har vita blommor.

Antikens läkare ordinerade blommorna som motgift. Senare förde munkarna med sig plantan vid sina vandringar norrut.

Växer i klimatzon I - IV.

Lavendel växer bäst i torr, kalkhaltig, lerig till humusrik jord, som bör vara genomsläpplig. Kan även växa på mager sandjord. Trivs inte på fuktiga jordar med sur pH- reaktion.

Frösådd inomhus i fönstret rekommenderas. Fröet är hårt och behöver hög och jämn fuktighet i såbädden. Ungplantor sätts ut på ett avstånd av 30 x 30 centimeter. Samtidigt beskäres äldre bestånd kraftigt. Efter blomningstiden i slutet av augusti beskäres de. Förökning sker i oktober genom delning av äldre växter.

Lavendel är vinterhärdig men på mycket utsatta platser eller under stränga vintrar kan man täcka med halm, tall- eller granris.

Lavendel kan klippas och formas efter behag och är utmärkt som låg häck. En oklippt lavendelrugge pryder upp överallt där solen flödar och jorden är lätt och varm. De blåvioletta blomspirorna lockar till sig mängder av fjärilar. Äldre buskar beskäres hårt och planteras om. Örtartade sticklingar rotas under glas i maj.

Jorden bör inte gödslas; då kommer den starka angenäma doften att framträda bäst.

Lavendeln skördas när den är fullt utslagen. Blommorna får dock inte ha hunnit blekna. Klipper man av axen med långa skaft, håller man busken tätare. När stjälkarna är torra repas blommorna av.

Lavendelolja har nervstärkande och kramplösande egenskaper. Lavendel används också som urindrivande medel samt mot diarré. Oljan har utvärtes en hudretande effekt och ökar även genomblödningen i huden. Garvämnet i lavendeloljan har bland annat sammandragande verkan som kan främja läkningen av sår. Oljan ingår i liniment och badtillsatser som cirkulationsökande och smärtstillande medel vid muskelvärk och reumatiska besvär. De torkade blommorna, beredda som te, hjälper vid sömnproblem. Förr fyllde man små tygpåsar med lavendelblommor, som sedan lades i linneskåpet. Linnen doftade fräscht och därtill hölls malen borta. Delar av unga blad används i medelhavsländernas kök i sparsamma mängder som krydda till fisk och fårkött. Lavendel påminner i smaken om rosmarin. Inom kosmetikaindustrin används oljan för framställning av parfym, tvål och badtillsatser. Lavendeloljan används också för att dölja obehaglig lukt i olika läkemedel.

FOBO:s handbok 1980

Lyckas med trädgården

Bonniers stora bok om trädgård

Läkeväxter förr och nu, Forum

Naturmedel, Hälsokostrådet 1992