Это растение с чудесным ароматом растет везде. Благодаря содержанию ценного эфирного масла, лаванду давно применяют для разных целей.

**Эфирное масло лаванды**

О лаванде слышал каждый. Она растет повсеместно, на солнечных местах. Эти скромные сине-фиолетовые цветы с давних пор люди выращивают возле своих жилищ. Эфирное масло лаванды, содержащееся в цветах, позволяет применять ее в самых разных случаях: в религии, в торговле, в парфюмерии, в косметологии и медицине.

*Приятный и сильный запах растения использовали для обеззараживания жилищ во время эпидемий, дымом окуривали больных туберкулезом. Древние римляне этому цветку дали название от слова «мыть». Они делали ванны, добавляя в них отвары соцветий, дезинфицировали свои жилища, используя веточки и цветы, как освежитель и ароматизатор воздуха.*

Эфирное масло лаванды использовали для приготовления дорогостоящих благовоний, кроме того, им натирались как антисептиком. В Древнем Египте такие благовония найдены в гробнице Тутанхамона и гробницах других царей. Запах в плотно запечатанном сосуде сохранился на протяжении трех тысяч лет.

Этому цветку приписывали магические свойства — способность отпугивать дьявола, поэтому эфирное масло лаванды применяли в религиозных обрядах в монастырях и церквях. Чтобы душу усопшего не забрал злой дух, его выкуривали сильным запахом. В эпоху Возрождения из этого растения стали изготавливать духи. Эфирное масло лаванды стало атрибутом знати, так как его извлечение из цветков — процесс довольно дорогостоящий. Соцветия и сейчас используют в парфюмерии.

**Изготовление**

Для парфюмерных целей в 18 веке началось промышленное выращивание растения. Основной способ получения масла – это перегонка вместе с водяным паром и последующее отделение. Для получения 2,5 кг продукта надо перегнать 100 кг соцветий. В домашних условиях можно приготовить масло лаванды методом экстракции: 2 столовые ложки сухих соцветий заливают стаканом оливкового или подсолнечного масла и настаивают 1−2 месяца, хорошо отжимают и хранят в плотно закрытой стеклянной таре в темном прохладном месте. Соцветия и веточки растения содержат не только эфирное масло лаванды, в них найдены:

* танины (дубильные вещества);
* флавоноиды;
* кумарины;
* различные кислоты и их производные.

**Применение в ароматерапии**

Сухие веточки и соцветия под подушкой избавят вас от бессонницы. В медицине в лечебных целях применяется расслабляющая ванна с эфирным маслом лаванды. Оно содержат фитонциды. Можно добавить его в ароматическую лампу и вдыхать воздух, очищенный от вирусов и бактерий.

Запах растения повышает работоспособность, снимает стресс, усталость, головные боли и успокаивает нервную систему. Вечерний прием ванны с маслом лаванды тоже поможет от бессонницы, мигрени, неврастении, а неповторимый аромат принесет массу удовольствия. Эфирное масло лаванды настолько концентрированное, что достаточно несколько его капель на целую ванну воды. В восточной медицине такие процедуры применяют для лечения артритов, суставов, вегетососудистой дистонии. Ножные ванны устраняют потливость ног.

**Антисептические свойства**

Растение нашло применение в косметических целях для ухода за телом. Польза лаванды для кожи подтверждена медиками. Люди давно заметили, насколько эффективно помогает масло лаванды от прыщей. Кроме того, оно очень хорошо смягчает кожу, заживляет небольшие ожоги. **Масло лаванды обладает бактерицидными свойствами, поэтому его применяют для лечения заболеваний и повреждений кожи.** Например:

* аллергический зуд;
* грибковые заболевания;
* гнойники;
* угревая сыпь;
* ожоги;
* экзема.

Антисептические свойства масла лаванды помогают избавиться от вшей, достаточно втирать его по несколько капель в кожу головы. Благодаря бактерицидным свойствам его применяют и для интимной гигиены. Ежедневное использование буквально 2−3 капелек масла лаванды вылечит от молочницы за неделю. Противомикробное действие помогает при простуде, например для ингаляций при бронхите. При аллергическом рините снимает отек и слезотечение.

*Отвар из веточек применяют как антисептик. Чай имеет антиоксидантные свойства, хорошо влияет на сосуды мозга, также помогает при бессоннице. Спиртовая настойка помогает от укусов насекомых.*

**Устранение растяжек**

Эфирное масло лаванды используют для массажа кожи. Часто при беременности или просто при резкой смене веса на коже появляются растяжки. Многие другие эфирные масла противопоказаны при беременности, так как могут вызывать сокращения матки, и только масло лаванды, при отсутствии аллергии, можно применять в это время, и то на более поздних сроках. Оно улучшает эластичность кожи, кровообращение, поэтому помогает избавиться от растяжек и предупредить появление новых. Эфирное масло лаванды может вызвать на нежной коже ожоги, поэтому его надо добавлять к крему или другой жирной основе в пропорции 1 к 5. Можно наносить точечно на сами рубцы. От множественных растяжек применяют компрессы, обертывания с маслом лаванды. Оно очень хорошо увлажняет и регенерирует кожу. При большом количестве и площади рубцов подойдет ванна с маслом лаванды.

**Другие сферы применения**

Высушенные соцветия очень долго сохраняют аромат, который отпугивает насекомых. Еще наши бабушки знали, что, если разложить по шкафам высушенные цветы, то вещи станут не только ароматными, масло лаванды защитит их от моли. Дым от тления сухих веточек отпугивает комаров.

Из-за стойкого запаха масла лаванды его используют в парфюмерии для производства духов, лосьонов, кремов. Дезодорирующие свойства используют для придания приятного аромата при производстве отдушек, мыла, дезодорантов, освежителей, кондиционеров, порошков, моющих средств и другой бытовой химии, для производства ароматических свечей.

С самого раннего детства для ухода за грудным малышом нужно успокаивать его кожу, если на ней появились сыпь и опрелости. После купания складочки на коже нужно смазывать. Для новорожденных подходят не все эфирные масла, а только лаванды, ромашки и укропное. Если нет непереносимости или аллергии, то для кожи лучше лавандовое. Оно способствует быстрому заживлению укусов комаров, снимает зуд на нежной детской коже. Его запах рядом с малышом поможет успокоить его капризы, наладить сон, станет надежной профилактикой простуды или гриппа.

Противопоказанием к применению являются только эпилепсия и индивидуальная непереносимость, которая выражается в удушье, головной боли или аллергии.