



## ФІОЛЕТОВЕ РІЗНОМАНІТТЯ

**Віталія Заболотна, вчитель біології  
Рівненського природничо-  
математичного ліцею «Елітар»**

Лаванда - не тільки символ любові, оспіваний в однойменній пісні, а й прекрасне джерело здоров'я. Цей вічно зелений напівчагарник відомий своїми оздоровчими здібностями ще з часів Стародавнього Риму, де його листя додавали у воду для обмивання тіла і рук. Вважалося, що таким чином римляни одними з перших навчилися протистояти розвитку бактеріальних інфекцій. Недивно, що лаванда лікувальні властивості якої застосовувалися так давно, в культурному вигляді сьогодні зустрічається практично в кожному саду.

Про користь цієї рослини краще всіх сказав Авіценна: **"Лаванда – це батіг для серця і мітла для мозку"**. Це означає: серцевий м'яз отримує тонус, а шлаки, що затьмарили мозок, будуть видалені з допомогою речовин, які містяться в настій цієї рослини.

Цілющу дію мають молоді пагони, зібрані в пору цвітіння. Чай з квіток лаванди радять як заспокійливий, тонізуючий і болетамуючий засіб при багатьох захворюваннях. Виявляє сечогінну дію, сприяє підвищенню кислотності шлункового соку, підвищує апетит, знижує кров'яний тиск, заспокоює при невралгії.

Всі наземні частини лаванди містять ефірну олію, до складу якої входять ліналоол, кумарини, урсолова кислота, дубильні речовини, гераніол і борнеол. Трояндова олія має багато корисних властивостей і знаходить широке застосування в парфумерно-косметичній промисловості та в медицині. Олією лаванди лікують опіки та забої.

Лаванду використовують для лікування захворювань судин головного мозку, паралічу й судом після інсульту, а також для позбавлення від головного болю, запаморочення та сонливості. Вона має сечогінний ефект, знімає зубний біль. Чаєм із лавандою можна зняти спазм і дискомфорт шлунка.



Зелень лаванди використовують для лікувальних ванн, а сухі суцвіття – як засіб проти молі при зберіганні одягу та для ароматизації приміщення й білизни.

Лаванда – ідеальна рослина для саду. Не вимагає майже ніякого догляду і при цьому дуже декоративна. Її різнокольорові ніжні відтінки дають змогу додати витонченості і романтики будь-якій зоні вашої ділянки. А ще вона просто незамінна для створення різноманітних декоративних

композицій. Може стати частиною навіть новорічного віночка.

Пройти повз ділянки, де росте лаванда, неможливо. І справа навіть не в розкішних бузкових кущах, а в чарівному ароматі, який вони розпорошують по околиці. І на мить завмерши біля цього чарівництва.

Відомо, що запахи впливають на підсвідомість людини. Тому при вирощуванні квітів важливо, щоб клумба не тільки радувала око, а й зачаровувала ароматом. При посадці рослин важливо подбати не тільки про те, щоб зовнішній вигляд квітів доповнював один одного, а й про те, щоб квіткові аромати не змішувалися. Це означає, що вам доведеться ретельніше поставитися до підбору кольорів, які ви хочете розсадити, інакше відпочити або зарядитися енергією у вашому саду вам навряд чивдасться.

**Розмножують лаванду насінням і живцями з однорічних здерв'янілих стебел.** Наприкінці жовтня пагони укорінюють у теплиці ічи в горщику в хатніх умовах взимку, у травні переносять у відкритий ґрунт. Добре переносить стрижку. Цвітіння може бути повторним, якщо зрізати перший цвіт. Росте на бідних ґрунтах, не боїться посухи.

П'ятирічний досвід вирощування лаванди на станції юних натуралістів показав, що під зиму її слід вкривати сухим листям. Вона не переносить тривалих морозів, бо для Північно-Східного Полісся вона є інтродукованою рослиною.

Використовують квіти, рідше траву. Суцвіття зрізають через 1-1,5 тижня після початку цвітіння, зв'язують у снопики, сушать і обмолочують (відділяють квітки від стебел). Траву заготовляють в період цвітіння рослини.

Не рекомендується використовувати лавандову олію в період вагітності, особливо в перші місяці, оскільки лаванда стимулює скорочення мускулатури матки. Протипоказана лаванда під час прийому препаратів, що містять залізо чи йод. Інтенсивне застосування олії може викликати депресію й подразнення слизової оболонки шлунково-кишкового тракту.

Препарати на основі лаванди мають сильний вплив і можуть викликати сильну алергічну реакцію при індивідуальній незносності рослини, тому перш ніж їх застосовувати, обов'язково порадьтеся з лікарем.