

Lavande

LAVANDULA OFFICINALIS

Pouvant aller jusqu'à 50 cm de haut, la lavande est un arbuste buissonnant. Les feuilles, linéaires et gris-vert, font 3 à 5 cm. Au moment de la floraison (entre juillet et août), la plante développe des pédoncules non ramifiés, terminés par des épis dont la couleur varie du mauve pâle au violet.

SES HISTOIRES

Elle était largement répandue chez les Egyptiens, les Grecs et les Romains qui l'utilisaient pour parfumer leur bain et leurs vêtements.

Au Moyen-Âge, les pouvoirs désinfectants de la lavande étaient reconnus et on en faisait des fumigations et des emplâtres destinés à combattre la peste. Dans les hôpitaux français, on utilisa longtemps l'huile essentielle de la lavande pour désinfecter l'air.

SES UTILISATIONS

La lavande a de multiples usages dans l'industrie de la parfumerie, des cosmétiques, des détergents. Sur le plan médicinal, la lavande exerce une action antiseptique et cicatrisante, notamment en usage externe sous forme de préparations à base d'huile essentielle de lavande.

Prise en tisane, la lavande est calmante et antispasmodique.

Mélangée à l'alcool, elle s'utilise en frictions pour soulager douleurs et rhumatismes, stimuler la circulation.

La lavande est reconnue également par les chefs pour ses vertus gourmandes.



Lavande
LAVANDULA OFFICINALIS