ラベンダー

学　　名　：　*Lavandula* spp.
用　　部　：　花
作　　用　：　鎮静、鎮痙

L. vera

6～8月にかけ、爽やかで甘い芳香のある紫色の花を咲かせるラベンダー。その独特の香りから香水、化粧品、薬品などの香料の原料とされます。

ギリシャ・ローマでは、入浴や洗濯の際の香り付けに使用していたことから、ラテン語の「lavendre（洗う）」や花の色の「Livere（青）」が語源とされます。聖母マリアもイエスの産着をラベンダー水で洗ったという伝説があります。古代エジプト人は、ミイラ作りに使用する香油の材料とし、ツタンカーメンの墓が発掘されたとき、3000年もの時を経てラベンダーの香りが墓の中に強く残っていたといわれています。

ヨーロッパでは鎮静・安眠・防虫効果があることが古くから知られ、部屋に乾燥したラベンダーを吊るしたり、寝具や衣類に匂い袋を置いて香りを付けることが好まれてきました。中世においては、ペストの予防のために家や教会の床に撒かれました。伝染病が流行していた最中でも革製品にラベンダーオイルの香り付けをしていた職人達は病気知らずで難を逃れたそうです。

万能ハーブとして民間療法に用いられるようになったラベンダーは関節痛、疲労回復、頭痛薬、切り傷、湿疹、打ち身などに利用されてきました。エリザベスⅠ世は偏頭痛持ちで、毎日10杯ものラベンダー茶を飲んでいたといわれています。

精油には、精神安定、胃痛、利尿、消化促進、殺菌、防腐、防虫などの効果があります。香りを嗜好から療法に発展させて「アロマテラピー」という言葉を生み出したフランスの化学者ガットフォセは特にラベンダー油に魅せられて研究していました。ある時、実験中にひどい火傷を負い、すぐにその手をラベンダーの精油に浸したところ、痛みがひいて跡も残らず治り、優れた特性を身を持って体験したそうです。ラベンダーオイルの殺菌効果を活用し、ラベンダー石鹸が作られたり、第一次世界大戦中には消毒や手当にも用いられました。

ラベンダーには約30種あり、成分・作用・香りが異なり、用途も分けられています。高地の岩肌などに散在する野生のラベンダーからは栽培品では得られない最高品質の精油が得られるそうです。