



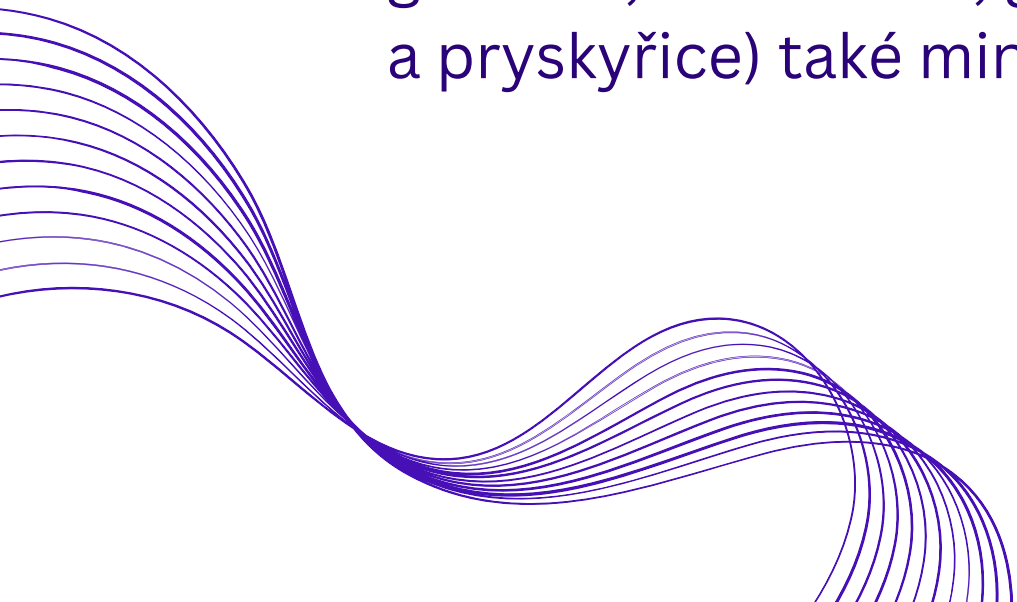
ÚČINKY LEVANDULE LÉKAŘSKÉ

Tento dokument obsahuje informace o organické levanduli lékařské Bohemia a odkazy na výzkumné články prokazující léčivé účinky levandule lékařské.



Organická léčivka Lavandula Bohemia

- Unikátní bylina rostoucí na vápencových mořích Geoparku Barrandien v České republice.
- Zimní mrazy a zejména silný vítr po celý rok v naší jedinečné lokalitě napomáhají naší BIO Lavandule Bohemia produkovat vysoké množství účinných biodynamických látek a činí ji bohatou na účinné látky, jejichž benefity byly potvrzeny vědeckým výzkumem.
- Na základě klinické studie vědců z České republiky (Doc. Prof. Petr Kaštánek, tým Neobotanics a tým Doc. Čížkové a Dr. Horsákové - Vysoká škola chemicko-technologická v ČR) má naše BIO Lavandule česká prokázaný mimořádně vysoký obsah antioxidantů, antibiotik a antiseptik, ale na rozdíl od jiných levandulí ve světě obsahuje mimořádně vysoké množství BIO terpenů a BIO flavonoidů, které mají vysoce blahodárny účinek.
- Obsahuje kromě esenciálních prvků levandule (terpeny, flavonoidy, linalyl acetáty, nerol, borneol, geraniol, isoborneol, geraniol, linalol, cineol, kafr a 30 dalších složek, třísloviny, antokyany, hořčiny a pryskyřice) také minerální látky: vápník, hořčík, zinek.



Použití levandule lékařské a její účinky

Zkoumání účinků náplastí s levandulovým olejem na pacienty v hematologicko-onkologickém prostředí

Na lůžkovém hematologicko-onkologickém oddělení byla vytvořena výzkumná skupina složená z klinických sester, která zkoumala použití levandulové aromaterapie jako pomocné terapie pro tuto skupinu pacientů. Po zavedení nočních aromaterapeutických náplastí přibližně polovina účastníků uváděla absenci úzkosti nebo měřitelných příznaků úzkosti a účastníci vnímali lepší kvalitu a délku spánku. Na základě výsledků této studie může být levandulová aromaterapeutická náplast proveditelnou intervencí v hematologicko-onkologickém prostředí.

<https://www.ons.org/cjon/23/5/lavender-aromatherapy-examining-effects-lavender-oil-patches-patients-hematology-oncology>

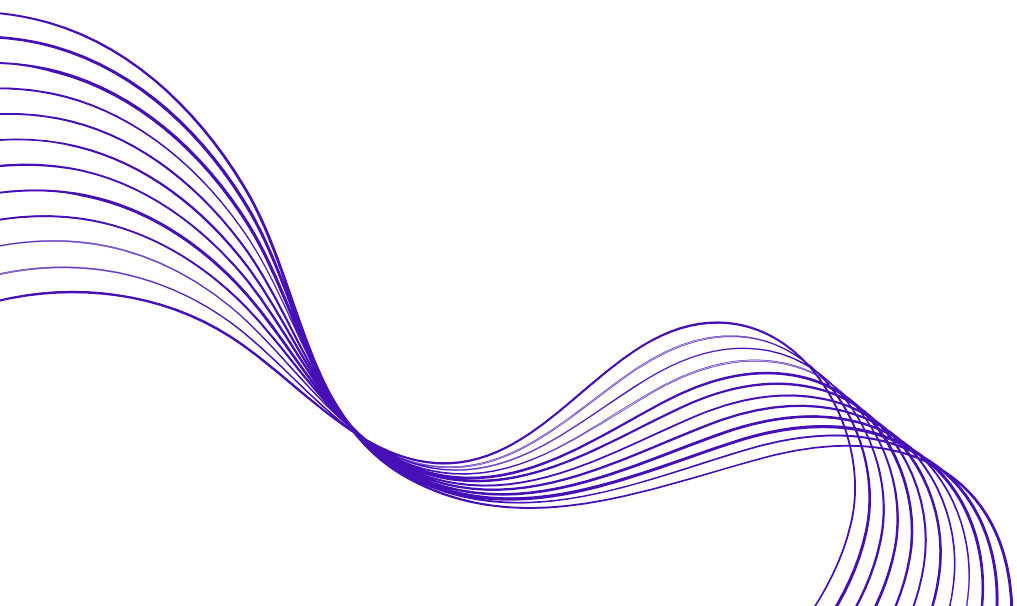


Použití levandule lékařské a její účinky

Přehled bioaktivních složek a farmakologických vlastností druh Lavandula

Druh Lavandula má perspektivu pro různé biologické aplikace, zejména pro svou antioxidační aktivitu. Má antimykotické, antibakteriální, neurologické, antimikrobiální, antiparazitární, antidiabetické a analgetické účinky. Předpokládá se, že antioxidační aktivita levandule přispívá také k hojení ran. Pokrok ve vývoji léčiv by umožnil charakterizaci různých bioaktivních složek. Studie in vitro a in vivo zaměřené na synergický účinek bioaktivních složek levandule s jinými molekulami se mohou ukázat jako úspěšná alternativa léčby onemocnění spojených se sníženou imunitou a oxidačním stresem.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10079719/>

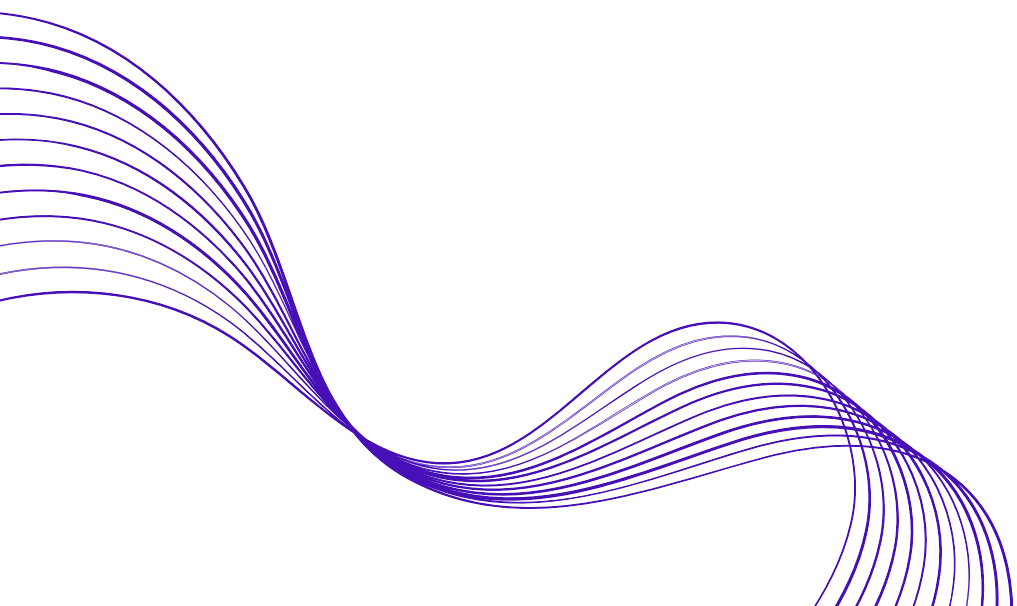


Použití levandule lékařské a její účinky

Účinek levandule na bolest a hojení epiziotomie: Systematický přehled

Při vyhledávání bylo nalezeno šest studií zahrnujících 415 účastníků. Použití levandule by mohlo významně snížit bolest u žen po epiziotomii. Tento přehled ukázal, že použití levandule (v jakékoli formě) v poporodním období má významný vliv na zmírnění bolesti a hojení epiziotomické rány.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33066851/>



Použití levandule lékařské a její účinky

Složení, biologické vlastnosti a terapeutické účinky levandule úzkolisté (*Lavandula angustifolia* L). Přehled

- Levandule je považována za afrodiziakum. Gruss a Hirsch provedli klinické studie na skupině 31 mužů, kteří inhalovali 30 různých vůní, a zjistili, že levandulové a dýňové těsto způsobilo největší zvýšení průtoku krve do penisu - o 40 % ve srovnání s kontrolou. To naznačuje potenciální využití vonných látek pro léčbu sexuálních poruch.
- Esenciální olej z levandule je také vhodný pro růst vlasů - skupina 86 pacientů s alopecií areata byla po dobu sedmi týdnů podrobena masáži esenciálními oleji včetně levandule, která zlepšila růst vlasů téměř u poloviny pacientů.
- Studie prokázaly, že inhalace levandulového esenciálního oleje způsobuje snížení systolického a diastolického krevního tlaku a snižuje srdeční frekvenci.
- Levandulový éterický olej pomáhá při léčbě poruch trávení, reguluje pohyb střev a žlučových cest, zabraňuje také nadýmání.
- Levandulové hydroláty mají nejen osvěžující a uklidňující účinky, ale pomáhají také při léčbě nespavosti a bolesti hlavy.
- Doporučuje se při kožních onemocněních a popáleninách

https://www.researchgate.net/publication/276768698_Composition_biological_properties_and_therapeutic_effects_of_lavender_Lavandula_angustifolia_L_A_review



Použití levandule lékařské a její účinky

Zdravotní účinky levandule úzkolisté (*Lavandula angustifolia*)

- Levandulový éterický olej je velmi oblíbeným a účinným lékem jak sám o sobě, tak jako volně prodejná přísada a používá se i v kosmetických přípravcích.
- Předpokládá se, že levandulový olej má sedativní, karminativní, antidepressivní a protizánětlivé účinky.
- Levandule je také velmi zdravá pro zářivou pleť a chrání pleť před akné a dalšími kožními problémy.
- Inhalace levandulového oleje pomáhá zlepšit délku a kvalitu spánku a poskytuje relaxaci.
- Levandule zmírňuje příznaky cukrovky.
- Levandule pomáhá zpomalovat proces stárnutí.
- Levandule má také protiplísňové, antimikrobiální a antibakteriální účinky.

<https://www.journalofsports.com/pdf/2019/vol4issue1/PartAB/4-1-317-920.pdf>

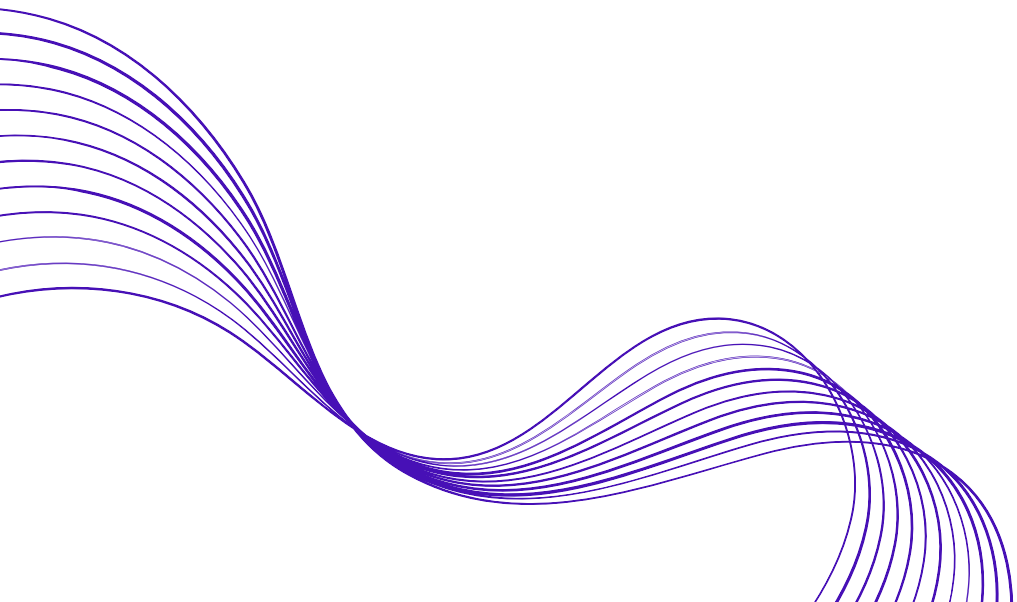


Použití levandule lékařské a její účinky

LEVANDULOVÝ ESENCIÁLNÍ OLEJ NA BOLESTI PÁTEŘE U OBÉZNÍCH ŽEN: KLINICKÁ STUDIE

Levandulový esenciální olej měl pozitivní vliv na snížení bolesti páteře u obézních žen, a to ve specifických oblastech krční a bederní páteře.

<https://www.scielo.br/j/coluna/a/3gM4vsMW4W7x6NQmQFxyz6Q/?lang=en>



Použití levandule lékařské a její účinky

Antioxidační vlastnosti extraktu *Lavandula multifida* přispívají k jeho příznivým účinkům při obezitě vyvolané dietou s vysokým obsahem tuků u myší

- Obezita je považována za jeden z nejrozšířenějších celosvětových zdravotních problémů moderní doby. Podle Světové zdravotnické organizace se jedná o pokračující epidemii, která nezná hranic a stále se rozrůstá. Proto je naléhavě nutné zlepšit léčbu obezity a jejích komorbidit a léčbě rostlinnou cestou se celosvětově věnuje stále větší pozornost.
- Levandule lékařská vykazuje pozitivní vliv na snižování přírůstku tělesné hmotnosti.
- Vykazuje zlepšení citlivosti na inzulín a glukózové tolerance.
- Zlepšila zánětlivý stav v játrech i tukové tkáni.
- Tyto výsledky naznačují, že levandule může představovat slibný doplňkový přístup k léčbě obezity a jejích komorbidit.

<https://www.mdpi.com/2076-3921/12/4/832>



Použití levandule lékařské a její účinky

Účinnost perorálního esenciálního oleje *Lavandula angustifolia* Mill. na menopauzální symptomy, profil sérových lipidů a koncentraci kortizolu u žen po menopauze: Tříkrát zaslepená, randomizovaná, kontrolovaná studie

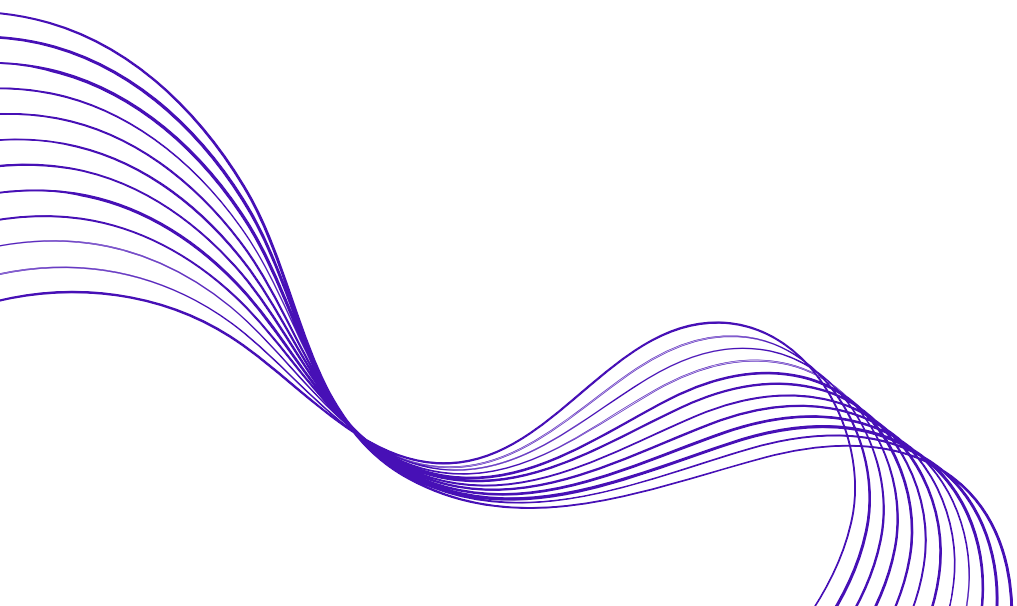
- Sedmdesát dva žen po menopauze náhodně dostávalo *Lavandula angustifolia* Mill. (LEO) měkký gel 80 mg denně nebo placebo. Výsledky ukázaly, že podávání 80 mg levandulového měkkého gelu denně po dobu 60 dnů významně zlepšilo sexuální dysfunkci ve srovnání s placebem u žen po menopauze.
- Bazrafshan a kol. provedli studii, která odhalila, že užívání levandulového čaje 2 g sušených levandulových listů dvakrát denně po dobu dvou týdnů může snížit úzkost a depresi u žen po menopauze.
- Studie zkoumaly použití levandule při léčbě příznaků menopauzy, jako jsou návaly horka, a dosáhly slibných výsledků.
- Využití perorálního esenciálního oleje z levandule lze považovat za účinný terapeutický prostředek pro zlepšení sexuality u žen po menopauze.

Použití levandule lékařské a její účinky

Účinnost levandulové aromaterapie na krevní tlak u starších osob s esenciální hypertenzí

Z údajů Světové zdravotnické organizace (WHO) vyplývá, že téměř jedna miliarda lidí je na světě diagnostikována hypertenze, přičemž se odhaduje, že v roce 2025 se tento počet zvýší o 50 %. Na základě vysvětlení výsledků výzkumu lze konstatovat, že výsledky statistického testu ukazují, že u pacientů s esenciální hypertenzí dochází po aromaterapii levandulí k významnému snížení krevního tlaku.

https://www.researchgate.net/publication/358297880_The_Effectiveness_of_Lavender_Aromatherapy_on_Blood_Pressure_among_Elderly_with_Essential_Hypertension

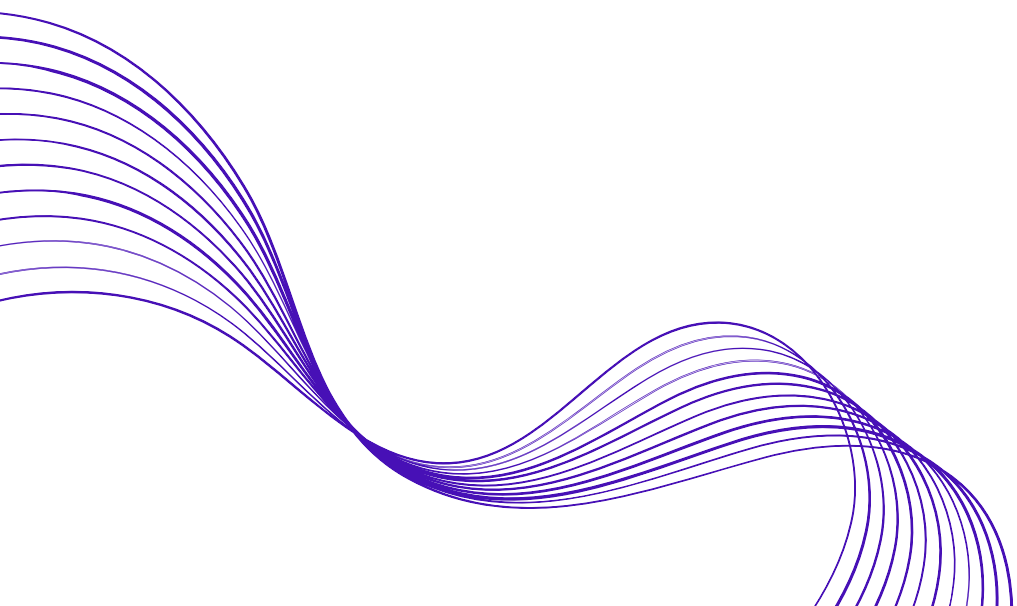


Použití levandule lékařské a její účinky

Účinnost inhalačního přípravku *Lavandula angustifolia* Mill. na kvalitu spánku, kvalitu života a metabolickou kontrolu u pacientů s diabetes mellitus II. typu a nespavostí.

Cílem této studie bylo zhodnotit účinnost inhalačního přípravku *Lavandula angustifolia* Mill. jako doplňkové terapie nespavosti u pacientů s diabetem. Výsledky studie ukazují, že inhalace levandule může zlepšit kvalitu a kvantitu spánku, kvalitu života a náladu u diabetických pacientů trpících nespavostí bez významného vlivu na metabolický stav.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31931160/>



Použití levandule lékařské a její účinky

Účinky inhalace levandulového esenciálního oleje na snížení úzkosti: Systematický přehled

Tento přehled poskytuje důkazy podporující účinnost inhalace levandulového esenciálního oleje na snížení úzkosti. Inhalace levandulového esenciálního oleje se zdá být účinnou, bezpečnou a proveditelnou možností léčby úzkosti. Na základě současných důkazů lze inhalaci levandulového esenciálního oleje doporučit jako účinné anxiolytické řešení ke zlepšení zvládnání různých úzkostných situací u lidí, kteří čelí úzkosti.

<https://www.mdpi.com/2227-9032/11/22/2978>

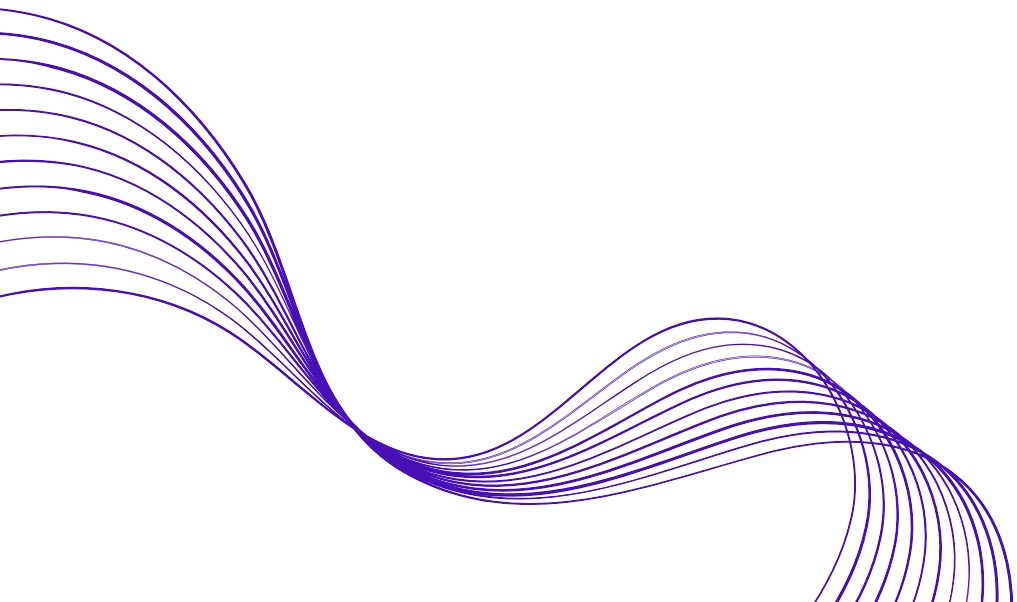


Použití levandule lékařské a její účinky

Účinky levandule na úzkost, depresi a fyziologické parametry: Systematický přehled a metaanalýza

Cílem této studie bylo prozkoumat účinnost levandule na úzkost, depresi a fyziologické parametry a objasnit rozdílné účinky levandule na úzkost a depresi podle charakteristik studie. analýza účinku aplikace levandule při léčbě deprese prokázala příznivý vliv na snížení deprese.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3612440/>

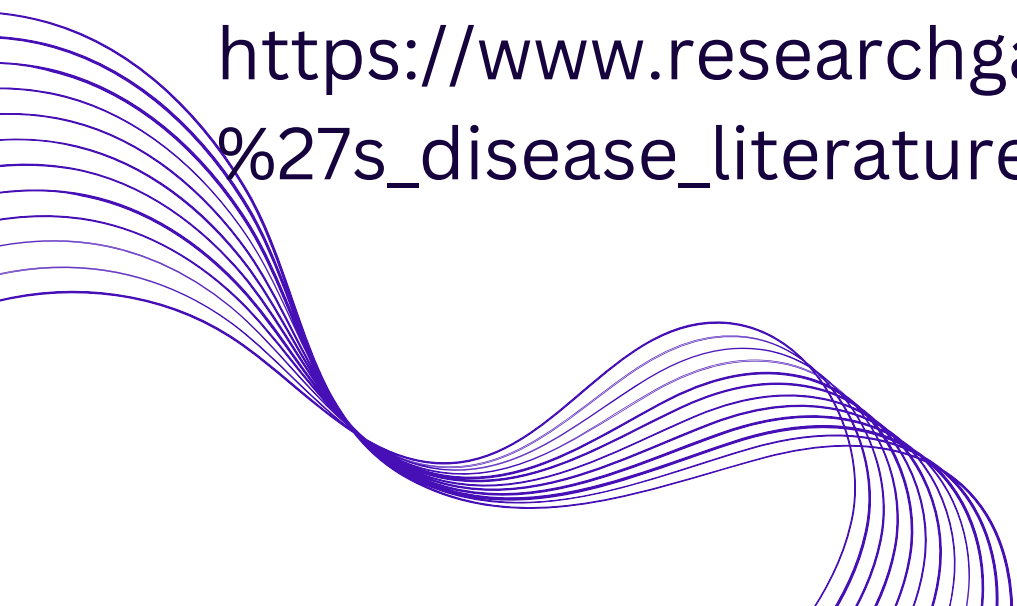


Použití levandule lékařské a její účinky

Levandule jako léčba Alzheimerovy choroby: přehled literatury

Existují vědecké důkazy o použití levandulového esenciálního oleje při formování paměti a zlepšování kognitivních funkcí na zvířecím modelu Alzheimerovy choroby. Důkazy jsou rovněž k dispozici v souvislosti s antioxidační a antiapoptotickou aktivitou levandulového esenciálního oleje, se schopností zvrátit aktivitu AChE a zvýšit synaptickou plasticitu. Pokud jde o levandulový extrakt, lze konstatovat, že má pozitivní účinky proti oxidačnímu poškození a také při odstraňování A β plaků z mozku na zvířecím modelu Alzheimerovy choroby. Předpokládá se tedy, že levandule má slibnou aktivitu jak v prevenci, tak v léčbě kognitivních deficitů u neurodegenerativních onemocnění, zejména Alzheimerovy choroby.

https://www.researchgate.net/publication/348189098_Lavender_as_treatment_of_Alzheimer%27s_disease_literature_review



Použití levandule lékařské a její účinky

Aromaterapie pro mozek: Léčivé účinky levandule na epilepsii, depresi, úzkost, migrénu a Alzheimerovu chorobu: Přehledový článek

Publikované zprávy jasně naznačují, že levandule je důležitou léčivou rostlinou v tradiční medicíně. V semenech této rostliny je rovněž uváděna přítomnost různých sloučenin, včetně terpenů, jako je linalool, limonen, triterpeny, linalyl-acetát, alkoholy, ketony, polyfenoly, kumariny, cineol, flavonoidy, vitaminy a některé stopové kovy, které zvyšují hodnotu jejich léčivých vlastností. Levandule má několik léčebných účinků, od navození relaxace až po léčbu parazitárních infekcí, popálenin, bodnutí hmyzem a křečí. Přibývá důkazů, které naznačují, že levandulový olej může být účinným léčivem při léčbě několika neurologických poruch. Několik výzkumů na zvířatech a lidech uvádí anxiolytické, náladu stabilizující, sedativní, analgetické, antikonvulzivní a neuroprotektivní vlastnosti levandule. Tyto studie vyvolaly možnost oživení terapeutické účinnosti levandule u neurologických poruch.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844023057006#sec5>

Použití levandule lékařské a její účinky

Aromaterapie při léčbě Alzheimerovy choroby

- V lidovém podání se plátěné pytlíky plnily květy levandule a dávaly se pod polštáře, aby se usnadnil spánek: jedna studie prokázala, že používání levandule zlepšilo spánek pacientů s demencí, kteří byli v ústavní péči.
- Ve studii, které se zúčastnilo 122 nedementních pacientů v intenzivní péči, byla aromaterapeutická masáž s použitím levandulového oleje dobře přijata, přičemž největší zlepšení se týkalo zlepšení nálady a snížení úzkosti.
- V jiné studii byly levandulový, geraniový a mandarinkový esenciální olej v mandlovém oleji aplikovány na pokožku 39 pacientů po blíže nespecifikovanou dobu. Výsledkem bylo zvýšení bdělosti, spokojenosti a nočního spánku a snížení míry agitovanosti, odtažitosti a bloudění.
- Levandule je považována za nejbezpečnější esenciální oleje pro použití v aromaterapii, spolu s dalšími, jako je bazalka, heřmánek, koriandr, citron, meduňka a neroli.

<https://womensbrainhealth.org/think-tank/wishful-thinking/aromatherapy-for-the-treatment-of-alzheimers>

Použití levandule lékařské a její účinky

mz: Randomizovaná studie aromaterapie. Úspěšná léčba alopecie areata

- Randomizovaná, kontrolovaná studie trvající 7 měsíců, s následným sledováním po 3 a 7 měsících.
- Osmdesát šest náhodně vybraných pacientů ve dvou skupinách
- Aktivní skupina si denně vmasírovala do pokožky hlavy esenciální oleje (tymián, rozmarýn, **levanduli** a cedrové dřevo) ve směsi nosných olejů (jojobový a z hroznových semínek).
- Kontrolní skupina používala k masáži pouze nosné oleje, rovněž denně.
- U 44 % ze 43 pacientů v aktivní skupině došlo ke zlepšení ve srovnání s 15 % ze 41 pacientů v kontrolní skupině
- Míra zlepšení při fotografickém hodnocení byla značná
- Výsledky ukazují, že aromaterapie je bezpečná a účinná léčba alopecie areata.
- Léčba těmito esenciálními oleji byla významně účinnější než léčba samotným nosným olejem

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9828867/>

květen, 1999

Použití levandule lékařské a její účinky

mz: Esenciální olej *Lavandula angustifolia* k potlačení klíčových složek ústního zápachu

- *Fusobacterium nucleatum* /fusobakterie je známá bakterie produkující těkavé sirné sloučeniny- zdroj zápachu úst
- Úsilí je věnováno eliminaci těkavých sirných sloučenin prostřednictvím přírodních esenciálních olejů
- Pro studii byl použitý **levandulový** esenciální olej (*Lavandula angustifolia*), extrahovaný hydrodestilací
- Chemická analýza levandulové silice uvádí pět hlavních složek, nejvíce zastoupený kafr (téměř 1/3).
- Aplikování **levandulového** esenciálního oleje významně snížil vylučování těkavých sirných sloučenin.
- Hodnoty antibakteriálního účinku jsou srovnatelné s chlorhexidinem.
- Bylo zjištěno, že levandulový éterický olej je vysoce účinný a zabraňuje produkci těkavých sirných sloučenin bakterií *Fusobacterium nucleatum*
- Levandulový éterický olej může být vhodnou alternativou ke konvenčním látkám proti zápachu na chemické bázi.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38482175/>

únor, 2024

Použití levandule lékařské a její účinky

mz: Účinky aromaterapie na úzkost a hladinu oxytocinu ve slinách

- Aromaterapie, jako holistická léčebná metoda podporuje zdraví a navozuje pohodu pomocí přírodních rostlinných extraktů.
- Japonská studie uvádí, že neuropeptid oxytocin tlumí úzkost.
- Sekrece oxytocinu podporována aromaterapií, může to zlepšit náladu a úzkost.
- Studie prokázala vztah mezi oxytocinem a účinky aromaterapie **levandulovým** olejem, vliv na úzkost
- Měření hladin oxytocinu ve slinách u zdravých mužů a žen.
- Studie u 15 mužů a 10 žen, každý účastník podstoupil intervenci s placebem (kontrolní skupina) a aromaterapii s levandulovým olejem aromaterapeutická skupina strávila 30minutové sezení v místnosti s levandulovým esenciálním olejem a následnou 10minutovou masáží rukou levandulovým olejem
- Vzorky slin byly odebrány ve stejných časových bodech STAI.
- Výsledky studie ukazují, že zvláště u žen aromaterapie levandulovým olejem zmírnila úzkost a zvýšila hladinu oxytocinu
- Účinek aromaterapie se může lišit v závislosti na pohlaví.

- <https://www.frontiersin.org/journals/endocrinology/articles/10.3389/fendo.2024.1380779/full>
červen 2024

