

O LOVORU:

LOVOR, iz porodice Laureaceae, latinskog imena *Laurus Nobilis L.*, je svježeg i začinskog mirisa. Vrlo je prodoran te ga pretežito vole muškarci kao miris svoje aromakozmetike. Latinski *laudare* znači hvaliti – zato su uvijek vijenac od lovora stavljali oko glave pobjednika. Lovor inspirira, potiče kreativnost i daje snagu za pobjedu nad svime ispred nas. Stoljećima je već poznato njegovo ljekovito djelovanje te se koristi kao začim u kulinarstvu, kod očuvanja hrane te u ljekovite svrhe kod probavnih tegoba, artritisa i za iscjeljivanje dišnih puteva.

Trudnice trebaju izbjegavati lovor, jer može uzrokovati pobačaj, također dojilje, bebe i mala djeca. Prečesto dermalno korištenje ulja lovora kroz duži period (više od 3 tjedna) može rezultirati iritacijom kože.

KORIŠTENJE:

Ovisno o kemijskom sastavu, svako biljka ima različito djelovanje. Lovor eterično ulje tako sadrži oko 20% seskviterpenskih laktona pa treba biti vrlo oprezan u njegovom korištenju, jer može iritirati kožu. Vrhunski je limfotonik te direktnim umasiravanjem na preponske limfne čvorove (1 x dnevno po jednu kapljicu na svaki čvor na preponi, tri dana za redom, svaka dva mjeseca) otvarate i potičete svoju limfu i održavate zdravlje svog limfnog sustava – čistite ga i jačate. Indiciran je kod reumatoidnog artritisa, mišićnih bolova, virusnih infekcija dišnog sustava, masne kože i akni, gljivične infekcije kože i celulita.

Preporučljivo je da eterično ulje lovora odstoji godinu dana prije korištenja!

HIDROLAT LOVORA:

Hidrolat lovora je antiseptik te djeluje antibakterijski i antivirusno. Osim za jačanje limfnog sustava i u anticelulitnim programima, koristi se i kod proširenih vena. Sprječava infekcije kože pa se koristi za njegu kože nakon depilacije ili brijanja, a kožu čini mekšom i toniziranom. Može se koristiti kao vodica za ispiranje usta bilo samostalno ili u kombinaciji s nekim drugim hidrolatom, primjerice kaduljom ili smiljem, za njegu svojih desni, ali i grgljanjem za smirivanje upalnih procesa. Sprječava infekcije posebice one viralne (gripa), odbija insekte, za bolna mjesta gdje su plikovi herpesa, protiv peruti i uopće za njegu kože glave, za njegu masne kože i kose te je koristan kod hematoma, iščašenja zglobova i dr.. I hidrolat lovora može se koristiti za čišćenje limfe dermalno i oralno, dermalno da se nanosi limfne čvorove na tijelu kroz 3 tjedna (može i kao oblozi) i da se oralno konzumira kroz taj period. Osim lista lovora koji se dodaje jelima, može se dodati i hidrolat lovora u umake, salate, jela od tjestenine, razne juhe i sokove, a koristi se jer umanjuje osjećaj nadutosti.

Vrlo je nestabilan što znači da je njegov rok trajanja vrlo kratak.

Otpriblike osam mjeseci od destilacije.

DESTILACIJA LOVORA:

Iz znanstvenog rada Slavice Dudaš i Lucie Venier "Varijabilnost sadržaja eteričnog ulja u listovima lovora *Laurus nobilis L.*" saznajemo da je najbolji omjer za hidrolat lovora 1:1 lišće:voda. Utvrdili su također da je sadržaj eteričnog ulja u svježim listovima muške biljke niži nego u listovima ženske biljke. Tijekom godine, sadržaj eteričnog ulja varira u granicama između 0,20 i 0,33 ml/100 g. Najviši sadržaj bio je u veljači, travnju, svibnju i listopadu, u periodu cvatnje i završetka cvatnje, a najniži u kolovozu. Bere se tijekom cijele godine, mladi do kraja formirani listovi i bere se maksimalno 1/3 sadržaja listova sa grma/stabla.

Teoretski, lovor imamo preko cijele godine i stalno ga možemo brati i destilirati. Destilacija lovora iz našeg primjera rađena je na lovoru ubranom u rujnu. Napravljene su dvije primjerne destilacije. U oba procesa destilacije bilja širio se intenzivan i opojan miris lovora pa se savjetuje da destilirate u prozračenoj prostoriji ili u nekoj prostoriji u kojoj ne obitavate često.

Prva destilacija

Rađena je sa 650 grama lišća lovora i 3500 ml vode omjerno je to 1:5,38. To je maksimalna količina gramaže lovora koliko je stala u lonac (lovor je prethodno malo smrvljen; može se lagano usitniti s rukama) te je preliveno s maksimalno moguće vode da bude do oznake MAX u loncu. Dobiveno je oko 3000 ml hidrolata, koji je mutnije tamnije zelenkasto bijele boje. Na njegovoj površini nije zamijećeno eterično ulje, vjerojatno radi visokog omjera vode te se ono disperziralo po hidrolatu. Intenzivnog je i prodornog mirisa. Destilacija je trajala oko 6,5 sati.

Druga destilacija

Rađena je sa 100 grama lišća lovora prethodno smrvljenog kao i u prvoj destilaciji i 200 ml vode, a omjerno je to 1:2. Dobiveno je oko 1,9 ml hidrolata, koji je mutnije zelenkasto bjelkaste boje. Svjetliji je od hidrolata iz prve destilacije, a pretpostavka je da to zato što je bilje stajalo već više od 48 sati. Primjećuje se eterično ulje na površini, nekoliko kapljica te je uspješno dobiveno oko 0,25 ml. Hidrolat iz druge destilacije je također karakterističnog intenzivnog i prodornog mirisa. Sama destilacija je trajala otprilike 1 sat.

Na sljedećoj slici možete vidjeti dobivene hidrolate. Staklenka broj 1 prikazuje destilaciju i hidrolat broj 1, a staklenka broj 2 prikazuje destilaciju i hidrolat broj 2.

Slika 2. LOVOR DESTILACIJA 1 I DESTILACIJA 2



ZAKLJUČAK:

Omjer niži od 1:2 u ovom slučaju s lovorom neće polučiti uspješne rezultate, odnosno, neće dati željeni produkt, jer sama destilacija se neće moći odviti. Destilator se upali i ugasi nakon cca 15 min i ne dobije se produkt hidrolat. Ne savjetuje se koristiti manje od 200 ml vode. Omjer 1:2 se kod ovog uređaja pokazao sasvim zadovoljavajuć za kućnu destilaciju lovora. Hidrolat lovora ovog omjera je dovoljno intenzivan, mirodičan i već isproban kao tonik za kosu protiv peruti u spreju (više o proizvodu na upit).

Ovo su bile neke okvirne smjernice za korištenje i baratanje s destilatorom prilikom destilacije lovora. Hidrolat nije išao na kemijsko ispitivanje, a pH mu je oko 5.5 što je prihvatljivo i poželjno (izmjereno sa pH trakicama).