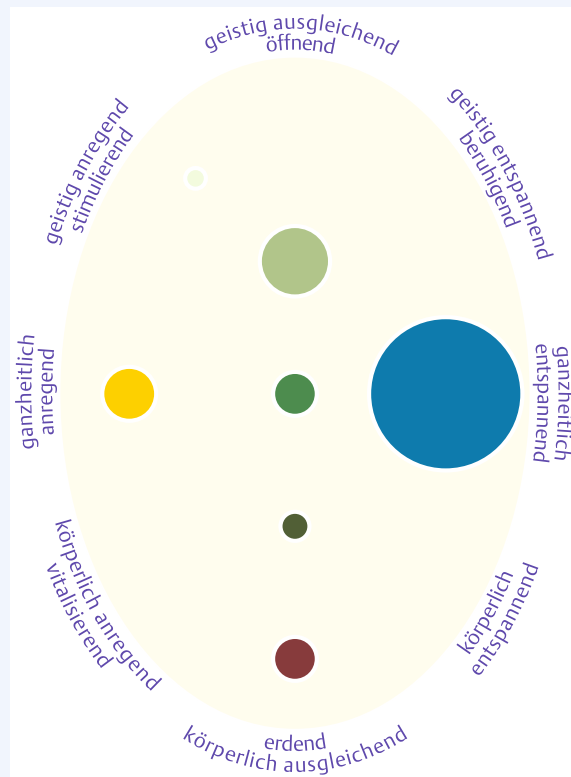


## Wirkt Wunder bei Wunden und Blutergüssen



Quelle: Ruth von Braunschweig, Köln

## Inhaltsstoffe

Ester	● 45–70% (v.a. Nerylacetat)
Sesquiterpenketone und Sesquiterpenoxide	● 10–15% (v.a. Italidione) bis 1,5%
Monoterpenole	● 5–12% (v.a. Nerol)
Monoterpene	● 5–15% (v.a. Limonen)
Sesquiterpene	● 5–10%
Sesquiterpenole	● 3–5%
Oxide	● bis 3% (v.a. 1,8-Cineol)

## Wirkung körperlich

Hämatome (Blutergüsse) auflösend, wundheilend, zellregenerierend, lymphabflussfördernd, entstauend, entzündungshemmend, schleimlösend, krampf lösend.

## Wirkung psychisch

ausgleichend, beruhigend, entspannend.



Quelle: Eberhard Werner, Montjör

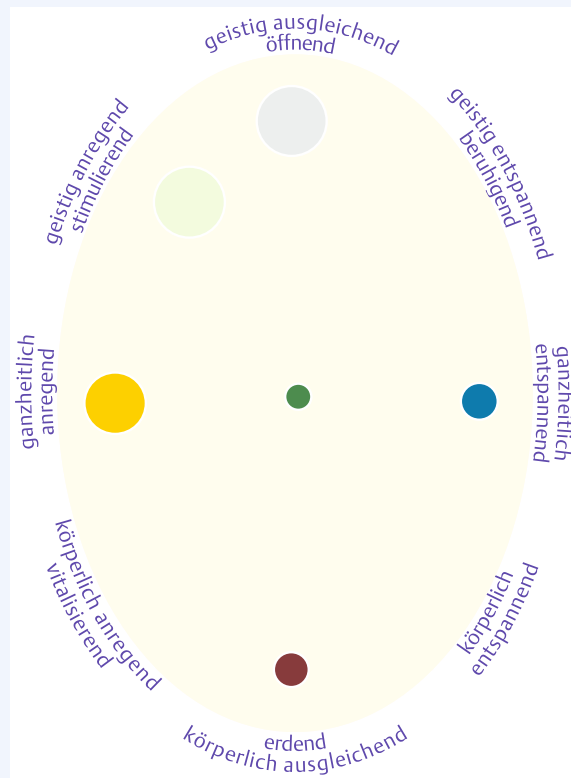
! Merke: Keine Nebenwirkungen bekannt.

Immortellenöl gehört zu den wenigen ätherischen Ölen, die auch pur auf die Haut aufgetragen werden können. Schon in geringer Dosierung ist es hochwirksam.

### Bewährte Anwendungsbereiche

- Schnupfen und Husten
- Keuchhusten
- Venenentzündung (Phlebitis)
- Lymphstau, z. B. nach Mammaamputation
- Bluterguss (Hämatom)
- Wunden
- Verbrennungen
- Narben, frische und alte Akne
- Cellulite
- Muskelfaserriss
- Arthritis
- seelische Verletzungen

## Weder Lavendel noch Salbei



Quelle: Ruth von Braunschweig, Köln

## Inhaltsstoffe

Oxide	● 10–30% (v. a. Cineol)
Monoterpenketone	● 10–35% (v. a. Campher=Borneon)
Monoterpene	● 10–20% (v. a. alpha-Pinen, Camphen)
Monoterpenole	● 5–30% (v. a. Linalool)
Ester	● 0,5–11% (v. a. Terpinylacetat, Linalylacetat, Sabinylacetat: meistens 1–3%)
Sesquiterpene	● 0,8–2,5% (v. a. beta-Caryophyllen)

## Wirkung körperlich

antibakteriell, antiviral, entzündungshemmend, antiinfektiös, expektorierend, mukolytisch, spasmolytisch, entzündungshemmend, schmerzlindernd, wundheilend, Herz-Kreislauf-anregend.

## Wirkung psychisch

belebend, aktivierend, vitalisierend, konzentrationsfördernd, Gedächtnisleistung aktivierend.



Quelle: Dr. Roland Spohn, Engen

### Bewährte Anwendungsbereiche

- Erkältungskrankheiten
- Bronchitis
- Raumdeseinfektion
- Narben
- Gedächtnisschwäche
- Konzentrationsschwierigkeiten
- stressbedingte Beschwerden
- Lust- und Mutlosigkeit

! **Merke:** In physiologischer Dosierung sind keine Nebenwirkungen bekannt.

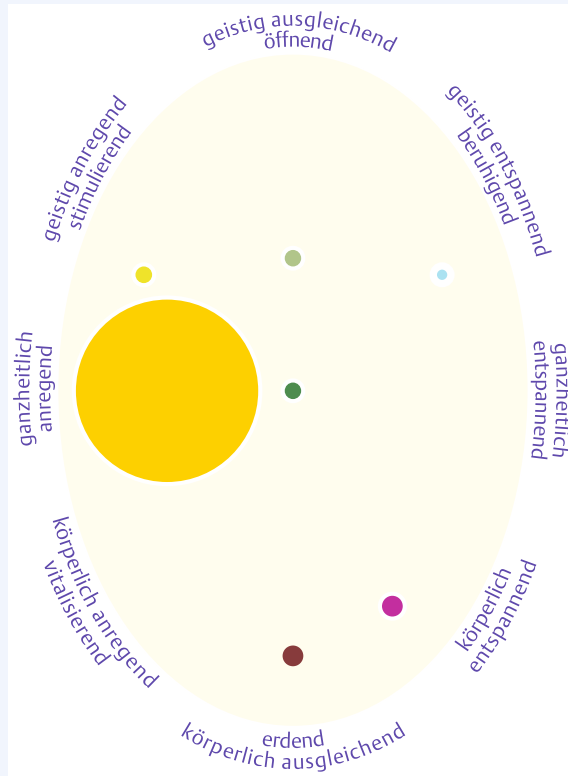
Lavendelsalbei wird häufig mit der Salbei-Varietät *Salvia officinalis* var. *lavandulifolia* verwechselt. Diese hat einen geringeren Kampfergehalt, enthält kein Sabinylacetat, dafür aber mehr Thujon.

#### Cave

Im Gegensatz zu Lavendel enthält Lavendelsalbei in geringer Dosierung einen Ester namens Sabinylacetat. Dieser ist bei innerer Anwendung (Einnahme) in hoher Dosierung embryotoxisch und abortiv. Normalerweise ist der Gehalt sehr gering und in physiologischer Dosierung unproblematisch. Schwangere und kleine Kinder sollten das Öl dennoch nicht verwenden.

*Gut zu wissen:* Sabinylacetat kommt nur in einigen Varietäten in größeren Mengen vor, wie z. B. im Chemotyp *Salvia lavandulifolia* var. *verellerea* (Spanien) bis zu 24%. Achten Sie deshalb auf die Herkunft und die lateinisch-botanische Bezeichnung!

## Süße Geborgenheit



Quelle: Ruth von Braunschweig, Köln

## Inhaltsstoffe

Monoterpene	● 90–95% (v. a. (+)-Limonen)
Monoterpenaldehyde	● bis 1,5%
Sesquiterpenaldehyde	● bis 1%
Sesquiterpene	● bis 1%
Monoterpenole	● 0,5–1%
Aromatische Ester	● bis 0,85% (Methylantranilat)
Cumarine	● in Spuren
(v. a. Furocumarine)	

## Wirkung körperlich

antiseptisch (desinfizierend), entkrampfend, belebend, immunstimulierend, hautstoffwechselanregend, durchblutungsfördernd, lymphabflussfördernd

## Wirkung psychisch

stimmungsaufhellend, in physiologischer Dosierung schlaffördernd, angstlösend



Quelle: Primavera Life, Oy-Mittelberg

- mangelndes Selbstvertrauen
- depressive Verstimmung

**!** Merke: In physiologischer Dosierung sind keine Nebenwirkungen bekannt.

#### Cave

In höherer Dosierung wirkt das Öl belebend und anregend (Umkehrereffekt), deshalb Vorsicht auch in der Duftlampe, denn es kann Kinder unruhig und nervös machen. Die kleinen, stark lipophilen Monoterpene durchdringen blitzschnell die Zellmembranen – so kann es bei Überdosierung zu Hautreizungen bis hin zu allergischen Reaktionen kommen. Gerade die Baby- und Kinderhaut ist extrem empfindlich!

### Bewährte Anwendungsbereiche

- Erkältungskrankheiten
- Lymphstau
- rheumatische Beschwerden
- Blasenentzündung (Zystitis)
- Cellulite
- Übelkeit während der Schwangerschaft
- Burn-out-Syndrom
- Schlafstörungen bei Kindern
- Ängste bei Kindern
- Empfindsamkeit