

# AETHERISCHE ÖLE

Dr.med.Andres Bircher

Copyright by Edition Bircher-Benner, Januar 2012

---

Geheimnisvoll sind die Gerüche der Blütendüfte und ätherischer Öle. Sie öffnen Welten und Bilder von Erinnerungen aus früher Kindheit oder aus romantischer Jugendzeit. Wem wird's nicht wohl, wenn er in der Provence weilt und es ihn in duftende Läden zieht, eingetaucht in verträumte Welten idealisierten Bauernlebens, mit duftenden Seifen, Blütenessenzen, ätherischen Ölen, Duftlämpchen, handgefertigter Geschirrkemik, Körbchen, Kopftüchern und Kleidungsstücken, Puppen und Teewärmern, Willkommenstafeln und Namensschildchen, Küchenutensilien und Andenken aller Art. Seltsam berührt uns der Duft italienischer Pinien, Zypressen und Eukalyptusbäume und ruft in uns Bilder griechischer Landschaften, persischer Gärten und Strände wach.

Nicht nur in Blüten, auch in Früchten, Blättern, Stengeln und Stilen, in verholzten Teilen, Wurzeln und Baumrinden finden wir ätherische Öle, welche die Pflanze in speziellen Duftdrüsen fertigt. Ihr Geruch ist jeder Pflanze ureigen und kann chemisch nur angenähert, niemals aber wirklich nachgeahmt werden. Viele ätherische Öle bestehen aus mehreren Hundert Inhaltsstoffen, die nur als Ganzes das typische Geruchsbild malen. Ätherische Öle dienen als Lockstoffe für erwünschte Insekten. Unerwünschte Insekten und Schädlinge halten sie ab. Die meisten ätherischen Öle sind antibiotisch wirksam. Sie schützen die Pflanze vor Fäulnis.

Citrus-, Orangen- und Mandarinenöl kann durch direkte kalte Pressung frischer Fruchtschalen gewonnen werden. Blütenessenzen dagegen sieden erst über dem Wassersiedepunkt. Darum müssen sie durch Wasserdampfdestillation gewonnen werden. Dabei wird Heisser Wasserdampf in ein Destillationsgefäss geleitet, in welchem die gewonnen Blüten sich befinden. Obschon ätherische Öle kaum wasserlöslich sind, werden sie durch den Dampf den Blüten entzogen und auf die Dampfpartikel aufgeladen. Im abkühlenden Destillationsrohr trennen sie sich von den Dampfpartikeln und können einzeln abgefangen werden.

Weltweit werden ca. 70'000 Tonnen ätherische Öle hergestellt und gehandelt. Sie dienen der Herstellung von Parfums und der natürlichen Aromatisierung kosmetischer Produkte aller Art. Nur als „natürliche Öle“ bezeichnete Produkte sind echt, nicht jedoch die als „naturidentische Öle“ bezeichneten chemischen Imitationen.

Ätherische Öle sind in der Hand des Sachkundigen äusserst wertvolle Arzneimittel. Ihr Geruch wirkt intensiv auf Gemüt und Schleimhäute. Über die Haut können sie in uns eindringen. So wird in ein heisses Bad eingegebene Thymianessenz über die Haut resorbiert und in den Bronchien ausgeschieden. Doch bei Kindern bis zum Alter von sechs Jahren können ätherische Öle ins Gehirn eindringen, so dass grösste Vorsicht geboten ist. Bei direkter

Anwendung auf der Haut oder im Badewasser müssen ätherische Öle mit Ausnahme des Lavendels und der Geranienessenz mit Mandelöl stark verdünnt werden, damit keine Verätzung geschieht. Das Einatmen heissen Wasserdampfes mit 1 Tropfen Thymian-, Pinien oder Eukalyptusessenz wirkt anregend und schleimlösend auf die Atemwege, kann aber diese auch reizen. Die Kamillenessenz dagegen beruhigt Entzündungen aller Art. Lavendelessenz wirkt antibiotisch und entzündungshemmend Sie eignet sich unverdünnt auch für Kinder als Ohrtropfen oder direkt aufgetragen für eiternde Wunden und entzündete Nagelränder. Abends aufs Kopfkissen getupft beruhigt Lavendel, hinterlässt keine Flecken und hilft uns einzuschlafen. Kapseln die im Dünndarm Lavendelessenz freisetzen gibt es im Handel. Sie zeigen starke angstlösende und antidepressive Wirkungen, ähnlich wie Präparationen aus Johanniskraut.

Ein Tropfen Rosmarinessenz in etwas Wasser getrunken tonisiert und regt den Appetit an und kräftigt die Leber an, ähnlich die Kümmelnessenz.

Geranienessenz reinigt eiternde Wunden und kann mit Lavendel gemischt angewandt werden. Teebaumessenz in Vaseline eingearbeitet heilt Pilzinfekte rasch und zuverlässig und kann bei geduldiger Anwendung auch den Befall der Nägel zur Ausheilung bringen. Ein Tropfen Basilikumessenz tonisiert stark und lässt uns auf Reisen munter werden. Bergamott wirkt beruhigend und harmonisierend und verleiht den Parfums einen gewissen Adel.

Unzählig sind die Möglichkeiten der Aromatherapie, unzählig die Vielfalt der Pflanzen und Blütendüfte. Betrachten wir sie näher, so lassen sie uns staunen und bescheiden werden, denn eindrücklich widerspiegeln sie das Genie der Schöpfung. Ein Staunen, das sich lohnt.

Dr.med.Andres Bircher

Tippkasten:

Zum Schutz vor Ansteckung und Erkältung:

In ein laues Wasserglas geben Sie 1 Tropfen Thymian-, 1 Tropfen Pfefferminz- und ein Tropfen Teebaumessenz: mehrmals täglich gegurgelt und geschluckt verhindert dies Erkältung und Ansteckung und hilft bei Halsinfekten. Doch achte man darauf, sich nicht zu verschluckt, da ätherische Öle nicht in die Lungen gelangen dürfen.