



Kakaoextrakt / Theobroma cacao

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Appetitanregend, ausgleichend, beruhigend,
entkrampfend, stimmungsaufhellend



Kamille blaue, echte / Matricaria chamomilla

auch M. recutita, Mutterkraut, Kummerblume, Apfelblümlein

- n Bei einigen Menschen gibt es eine allergische Reaktion auf das darin enthaltene Chamazulen. Vor Verwendung Armbeugentest empfehlenswert.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antiallergisch, antiseptisch, appetitanregend, beruhigend, entzündungshemmend, fungizid, galletreibend, heilend, krampflösend, lindernd, magenstärkend, narbenbildungsfördernd, pilztötend, schmerzstillend, schweißtreibend, verdauungsfördernd, wundheilend, wurmabtreibend.

Kamille römisch / Chamaemelum nobile

auch Edel-Kamille, Welsche Kamille, Gartenkamille oder Anthemis nobilis

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Antianämisch, antineuralgisch, antiseptisch, bakterizid, beruhigend (Nerven), blähungswidrig, stark desinfizierend, wichtiges entzündungshemmendes Mittel, fiebersenkend, galletreibend, krampflösend, leberwirksam, magenstärkend, narbenbildungsfördernd, schlaffördernd, schmerzlindernd, schweißtreibend, stärkend, verdauungsfördernd, wundheilend, wurmabtreibend.



Kamille wild / Ormenis multicaulis

auch marokkanische Kamille, Ormenis mixta,
Chamaemelum ormenis oder Anthemis mixta

- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Beruhigend, galletreibend, krampflösend, leberwirksam, menstruationsfördernd (Periode).



Kampher / Cinnamomum camphora

auch echter Kampfer, Campher, japanischer Kampfer, Formosa-Kampfer oder Laurus camphora

- n Brauner u. gelber Kampfer weder innerlich noch äußerlich anwenden. Weißer Kampfer kann mit Vorsicht angewendet werden. **NICHT WÄHREND EINER HOMÖOPATISCHEN BEHANDLUNG ANWENDEN.**
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Abführend, anregend, antiinfektiös, antiseptisch, antiviral, bakterizid, blutdrucksteigernd, durchblutungsfördernd, entzündungshemmend, harntreibend, krampflösend, schleimlösend, stark schmerzstillend, schweißtreibend, wundheilend, wurmabtreibend.



Kanuka / Kunzea ericoides

auch Leptospermum ericoides

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Analgetisch, antiallergisch, entstauend auf lymphatisches System, entstauend auf venöses System, hautpflegend, kortisonähnlich.



Kardamon / *Elettaria cardamomum*

auch *Elettaria cardamomum* var. *cardamomum*, Cardamon,
Kardamom, Malabarkardamome

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Anregend, antiseptisch, aphrodisierend, blutdrucksteigernd, stark geruchsneutralisierend, harntreibend, krampflösend, magenstärkend, nervenstärkend, speicheltreibend.



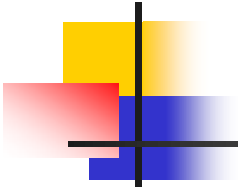
Kiefer / Pinus sylvestris

auch Gemeine Föhre oder Waldföhre

- n 'das ätherische Öl gegen Husten'.
- n **Nicht geeignet für Babys und Kleinkinder.**
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antimikrobiell, antineuralgisch, antiseptisch, antiskorbutisch, antiviral, auswurfördernd, bakterizid, blutdrucksteigernd, durchblutungsfördernd, entzündungswidrig, harntreibend, immunsystemstärkend, insektizid, keimtötend, luftverbessernd, schleimlösend, stimulierend, wundheilend, wurmabtreibend.

Koriander (a.d. Samen) / Coriandrum sativum

auch Coriander, chinesische Petersilie

- 
- n Das 'anregende' ätherische Öl.
 - n Sehr gut verträglich, in hohen Dosen kann es betäubend wirken.
 - n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antiviral, aphrodisierend, bakterizid, blutreinigend, desinfizierend, durchwärmend, fungizid, gedächtnisunterstützend, harntreibend, larventötend, lipoidspaltend, magenstärkend, oxidationshemmend, pilztötend, pulsverlangsamend, schmerzstillend, spannkrafterhöhend, verdauungsfördernd, vitalisierend.



Kreuzkümmel / Cuminum cyminum

auch Cumin, Mutterkümmel, römischer Kümmel oder Cuminum odoratum

- n Photoxisch, wenn eingeriebene Stellen dem Sonnenlicht ausgesetzt werden
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antiseptisch, antitoxisch, aphrodisierend, appetitanregend, bakterizid, blutreinigend, harntreibend, krampflösend, larventötend, magenstärkend, menstruationsfördernd, milchfördernd, nervenstärkend, oxidationshemmend, verdauungsfördernd.



Latschenkiefer / Pinus pumilio

auch Bergkiefer, Pinus mugo, Pinus mugo var. Pumilo, Pinus montana

n Kann hautreizend wirken und allergische Reaktionen bei Hautkontakt auslösen. In der Duftlampe problemlos anzuwenden. Empfehlung: kühl lagern.

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Abwehrstärkend, antiseptisch, antiviral, atmungsvertiefend, auswurfördernd, durchblutungsfördernd, entzündungswidrig, gedankenklärend, harntreibend, immunsystemsteigernd, keimtötend, luftreinigend, schleimlösend, schmerzlindernd.



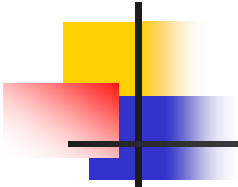
Lavandin abrial / Lavandula hybrida

auch L. x intermedia, L. fragrans oder L. delphinensis

- n ist eine Kreuzung aus echtem Lavendel und Spik-Lavendel
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antidepressiv, antirheumatisch, insektizid, insektenvertreibend (Mücken, Motten, Ameisen usw.), narbenbildungsfördernd, nervenstärkend, parasiten-tötend, schmerzlindernd, wurmabtreibend, zellerneuernd.

Lavendel echter (extra) / Lavandula officinalis

auch Lav. angustifolia Miller, kleiner Speik

- 
- n - echter Lavendel - gilt als die allgemein nützlichste und vielseitigste Essenz, die man zu therapeutischen Zwecken einsetzen kann.
 - n INFO: Der Geruch vertreibt Katzen.
 - n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antiviral, antiseptisch, bakterizid, stark entgiftend, durchblutungsfördernd, harntreibend, insektenabweisend, pilztötend, wurmtreibend, zellregenerierend, vertreibt Motten u. Hundflöhe.

Lemongras / *Cymbopogon citratus* / *Andropogon flexuosus*

auch westindisches Zitronengras, *C. flexuosus*, *A. citratus*, *A. schoenathus*, ostindisches Zitronengras, Vervaine Indienne

- n Nicht unverdünnt auf der Haut anwenden.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antiseptisch, antiviral, beruhigend, desodorierend, desinfizierend, erfrischend, energispendend, entzündungshemmend, fiebersenkend, harntreibend, insektenvertreibend, insektizid, magenstärkend, milchbildend.

Limette / Citrus aurantifolia

auch Citrus medica var. acida, Citrus limetta Risso oder Citrus latifolia

- n Nicht anwenden bei Sonnenbaden.
- n Phototoxisch !

- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antidepressiv, antiseptisch, antiviral, bakterizid, blähungswidrig, erfrischend, fiebersenkend, harntreibend, konzentrationsfördernd, stärkend, stimmungsaufhellend, wiederherstellend,
- n als Badezusatz: nervenkräftigend, zu empfehlen wenn die Lust fehlt.



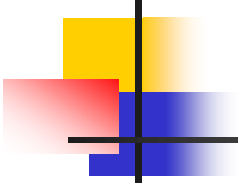
Linaloe / *Bursera glabrifolia*

auch *Bursera delpechiana* oder mexikanische Linaloe

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Antiseptisch, aphrodisierend, bakterizid, desodorierend, entspannend ohne müde zu machen, entzündungshemmend, krampflösend, sanft stärkend.

Litsea Cubeba / Litsea citrata



n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Antiinfektiös, antiseptisch, aphrodisierend, ausgleichend, beruhigend, blähungstreibend, desinfizierend, desodorierend, entzündungshemmend, harntreibend, geistig anregend, insektenvertreibend, konzentrationsfördernd, magenstärkend, schmerzstillend, verdauungsfördernd.



Lorbeer / Laurus nobilis

auch Siegerbaum oder Kranzbaum

- n Kann in Einzelfällen eine Dermatitis auslösen. Wegen der einschläfernden Wirkung in Maßen gebrauchen.
- n **Nicht während der Schwangerschaft anwenden.**
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antiseptisch, bakterizid, beruhigend, desinfizierend, durchblutungsfördernd, erdend, fungizid, harmonisierend, harn-treibend, hustenstillend, krampflösend, luftreinigend, lymph-flußfördernd, magenstärkend, menstruationsfördernd, schleimlösend, schmerzstillend, schweißtreibend, verdau-ungsfördernd, wärmend. Bei Tieren gegen Euterverhärtung.

Majoran echter / Origanum majorana

auch Gartendost, Gartenmajoran, Wurstkraut oder Majorana hortensis

- n das äther. Öl zur Ernährung der Nervenzelle.
- n Nicht überdosieren. **Nicht in der Schwangerschaft anwenden.**
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Abführend, anregend, antiviral, bakterizid, blutdrucksenkend, gefäßerweiternd, harmonisierend, harntreibend, herzwirksam, karminativ, krampflösend, schlaffördernd, schleimlösend, schmerzstillend, schweißtreibend, sexuell dämpfend, wehenhemmend, wundheilend.



Mandarine / Citrus reticulata

auch Tangerine, Satsuma, Citrus madurensis, C. unsiu, C. nobilis
oder C. deliciosa

n Nicht anwenden beim Sonnenbaden.

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Mild abführend, abnehmen, antiseptisch, blutreinigend, desinfizierend, entkrampfend, erfrischend, erheiternd, fiebersenkend, harmonisierend, mild harntreibend, galleanregend, inspirierend, lockernd, seelisch aufbauend, schmerzstillend, stärkend, stimmungsaufhellend.



Manuka / Leptospermum scoparium

auch Kahikatoa und Neuseeländischer Teebaum

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Stark antibiotisch, antiviral, bakterizid, entzündungshemmend, fiebersenkend, immunsystemstärkend, juckreizstillend, magenstärkend, narbenbildungsfördernd, nervenstärkend, schmerzstillend, wundheilend, zellerneuernd.



Melisse indicum (= Citronellaöl über Melissenblätter) / Cymbopogon nardus

n Kann hautreizend sein.

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Adstringierend, antidepressiv, stark antiseptisch, antiviral, bakterizid, beruhigend, desodorierend, desinfizierend, (Raumdesinfektion), entzündungshemmend, fiebersenkend, fungizid, insektenvertreibend, insektizid, inspirierend, konzentrationsfördernd, milchtreibend, schmerzlindernd, stärkend, wurmabtreibend.



Melisse / *Melissa officinalis*

auch Gartenmelisse, *M. citrodoria* u. Zitronenmelisse

n Kann empfindliche Haut reizen.

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Anregend, antidepressiv, antiviral, bakterizid, blutdrucksteigernd, blutreinigend, entzündungshemmend, krampflösend, nervenstärkend, schweißtreibend, stimmungsaufhellend, wundheilend, wurmabtreibend.



Muskatellersalbei / Salvia slcarea

auch Scharlachsalsbei

- n Der kreativitätsfördernde Stimmungsaufheller.
- n Sollte nicht angewandt werden, wenn ein paar Stunden vorher Alkohol getrunken wurde.
- n **Nicht bei Epilepsie oder Bluthochdruck anwenden. Nicht in der Schwangerschaft.**
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Adstringierend, anregend, antidepressiv, antiseptisch, aphrodisierend, bakterizid, beruhigend, blutdrucksenkend, cholesterinsenkend, desodorierend, erotisierend, stark euphorisierend, inspirierend, krampflösend, magenstärkend, narbenbildungsfördernd, pilztötend, schweißregulierend, uteruswirksam, verdauungsfördernd, venenstärkend, vitalisierend.



Muskatnuß / *Myristica fragrans*

auch *Myristica officinalis*, *Myristica aromata* oder *Nux moschata*

- n das 'spannkraft-erhöhende' ätherische Öl.
- n In hohen Dosen wird Muskatnuß zu einem Betäubungsmittel und dämpft den Blutkreislauf.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Stark anregend, antiseptisch, aphrodisierend, appetitanregend, entkrampfend, erbrechenverhindernd, geburterleichternd, krampflösend, keimtötend, konzentrationsfördernd, larventötend, oxidationshemmend, schleimlösend, schmerzstillend, stärkend, verdauungsfördernd.



Myrrhe / Commiphora myrrha

auch Hirabol-Myrrhe, Commiphora abyssinica, C.
molmol oder Balsamodendron myrrha

- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
- n Adstringierend, anregend, stark antiseptisch, anti-phlogistisch, auswurfördernd, beruhigend, desinfizierend, entzündungshemmend, fäulnishemmend, gedankenklärend, harmonisierend, menstruationsfördernd, narbendheilend, schleimlösend, stärkend, uteruswirksam, vitalisierend, wundheilend.



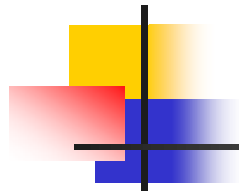
Myrte / Myrtus communis

auch Brautmyrte oder echte Myrte

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Adstringierend, antirheumatisch, antiseptisch, bakterizid, balsamisch, leicht beruhigend, entzündungshemmend, inspirierend, regulativ, schleimlösend, schmerzlindernd, stärkend.

§ Wegen seiner Milde ist das Öl auch für Husten und Atemerkkrankungen bei Kinder geeignet.



Narde / Nardostachys jatamansi

auch indische Narde

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Abführend, anregend und beruhigend, bakterizid, blutdrucksenkend, einschlaflördernd, entzündungshemmend, fungizid, harmonisierend, herzstärkend, krampflösend, kreislaufverlangsamend, magenstärkend, stärkend, verdauungsfördernd.



Nelke / Syzygium

auch Nelkenknospe, *Eugenia caryophyllata*, *E.caryophyllus* oder *E. aromatica*

- n Kann Hautreizungen hervorrufen
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
- n Antineuralgisch, stark antiseptisch und bakterizid, aphrodisierend, erbrechenverhindernd, stark infektionshemmend, krampflösend, magenstärkend, schleimlösend, wehenfördernd, wundheilend, wurmabtreibend.



Niaouli / Niauli / Melaleuca viridiflora

auch *Melaleuca quinquenervia* *cineolifera*

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Anregend, antirheumatisch, antiseptisch, antiviral,
bakterizid, blutdrucksenkend, harntreibend, konzen-
trationsfördernd, krampflösend, narbenbildungs-fördernd,
schmerzlindernd, schleimlösend, steinauflösend,
schweißtreibend, wurmabtreibend.



Orange süß / Citrus sinensis

auch Apfelsine, Süßorange, Chinaapfel, Citrus aurantium var. dulcis
oder Citrus aurantium var. sinensis

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Abführend, anregend, antidepressiv, antiseptisch, appetit-
anregend, aufmunternd, bakterientötend, blutdruck-
senkend, blutreinigend, erheiternd, entzündungs-
hemmend, fungizid, galletreibend, herzstärkend, krampf-
lösend, magenstärkend, schmerzstillend, wärmend.

Orangenblüte = Neroli / Citrus aurantium var. amar

auch Neroli bigrade, Bitterorangenblüte, Citrus bigaradia, Citrus vulg.

n löst seelische Narben und Verletzungen

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Orangenblüte (Neroli) wird als eines der besten 'Seelenöle' angesehen, angstlösend, antidepressiv, antiseptisch, aphrodisisch, bakterientötend, stark beruhigend, blutreinigend, desodorierend, entgiftend, entkrampfend, entspannend, fungizid, gedächtnisstärkend, herzberuhigend, herzrythmusregulierend, herzstärkend, insektenabweisend, krampflösend, nervenanregend, mild schlaffördernd, schmerzstillend, stimmungsaufhellend, stärkend, zellregenerierend. Löst seelische Narben und Verletzungen.

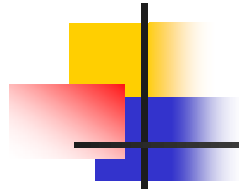


Palmarosa / Cymbopogon martinii var. motia

auch ostind. Geranie, türk. Geranie, Motia,

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Stark antimykotisch, antiseptisch, stark antiviral, stark bakterizid (Breitband), beruhigend, blutdrucksenkend, desinfizierend, erfrischend, entspannend, erdend, feuchtigkeitsspendend, fiebersenkend, harmonisierend, insektenvertreibend, krampflösend, luftreinigend, narbenbildungsfördernd, stärkend, wurmtreibend, zellregenerierend.



Patchouli / Pogostemon cablin

auch Patchuli, Patschuli, Patschouli, Pogostemon patchouli

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Adstringierend, antidepressiv, antitoxisch, antimikrobiell, antiseptisch, antiviral, aphrodisisch, bakterizid, desodorierend, entzündungshemmend, entwässernd, erbrechenverhindernd, erotisierend, fiebersenkend, fungizid, harntreibend, mottenvertreibend, narbenbildungsfördernd, nervenstärkend, pilzbekämpfend, stärkend, tonisierend, venenstärkend, wundheilend, zellregenerierend.

Petit Grain / Citrus aurantium var. Amara

auch Bitterorangeblätter, Petitgrain bigrade, Citrus bigaradia, Petitgrain Paraguay oder Pomeranze Petitgrain

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Antiseptisch, antiviral, bakterientötend, beruhigend auf das Nervensystem unterhalb des Zwerghells, blutgerinnungshemmend, desinfizierend, entkrampfend, entzündungshemmend, sehr erfrischend, fiebersenkend, fungizid, gallentreibend, gedächtnisstärkend, harmonisierend, harnreibend, inspirierend, magenstärkend, nervlich ausgleichend, stärkend, stimmungsaufhellend, wehenhemmend.



Pfeffer schwarz / Piper nigrum

- n Nicht während einer homöopatischen Behandlung verwenden.
- n Wegen seiner starken durchblutungsfördernden Wirkung in hoher Konzentration reizend.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Abführend, anregend (Nerven, Kreislauf, Verdauung), antibakteriell, antimikrobiell, antiseptisch, antitoxisch, antiviral, aphrodisisch, bakterizid, durchblutungsfördernd, stark entgiftend, erwärmend, stark expektorativ, fieber-senkend, harntreibend, krampflösend, milzanregend, muskelaufbauend, neutralisierend (bei Fisch-, Schalentier- und Pilzvergiftung), nierenanregend, schmerzlindernd, schweißtreibend, tonisierend, verdauungsfördernd.



Pfefferminze / *Mentha piperita*

auch engl. Minze, Katzenkraut, Hausminze, Edelminze, Teeminze

- n = die bessere Minze
- n wichtiges Aromatherapie Hausapothekenöl.
- n Nicht bei homöopatischer Behandlung anwenden. Allergische Reaktionen möglich.

- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antimikrobiell, blutreinigend, entschlackend, entzündungshemmend, fiebersenkend, galletreibend, gefäßverengend, immunsystemstärkend, juckreizstillend, krampflösend, leberwirksam, menstruationsfördernd, nervenstärkend, schleimlösend, schmerzlindernd, schweißtreibend, wurmabtreibend.
Der Geruch vertreibt Ratten und Moskitos.



Ravensara / Ravensara aromatica

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Anregend, antitoxisch, keimtötend, konzentrationsfördernd, kräftigend, luftreinigend, narbenbildungsfördernd, schleimlösend, schmerzstillend.



Rosenholz / Aniba rosaeodora

auch Bois de Rose, brasilianisches Rosenholz oder Aniba
rosaeodora var. amazonica

n das ätherisches Öl für die HAUT.

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Anregend, antibakteriell, antidepressiv, antimykotisch, antiviral, bakterizid, beruhigend, blutdrucksenkend, faltenverhindernd, stark gewebserneuernd, harntreibend, hautfreundlich, phantasieanregend, stimmungshebend, stärkend, zellanregend, zellregenerierend.



Rosmarin / Rosmarinus officinalis

auch Weihrauchkraut, Buschrosmarin, Anthoskraut, Brautkraut oder
R. coranarium (Verbenon-Chemotyp)

- n Das ätherische Öl zur Spannkrafterhöhung bei Sportler.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antimikrobiell, antirheumatisch, antiseptisch, aphrodisisch, appetitanregend, beckenentspannend, blutbildend, blutdrucksteigend, durchblutungsfördernd, energiespendend, fungizid, gehirnanregend, harntreibend, herzstärkend, hustenstillend, krampflösend, kreislaufanregend, kreuzbeinentspannend, narbenbildungs-fördernd, nervenstärkend, parasiten-tötend, potenzsteigernd, schleimlösend, schmerzstillend, schweißtreibend, wiederherstellend, wundheilend, zellschützend.



Rosmarin / Rosmarinus officinalis

auch Weihrauchkraut, Buschrosmarin, Anthoskraut, Brautkraut oder
R. coranarium (Verbenon-Chemotyp)

- n Das ätherische Öl zur Spannkrafterhöhung bei Sportler.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antimikrobiell, antirheumatisch, antiseptisch, aphrodisisch, appetitanregend, beckenentspannend, blutbildend, blutdrucksteigend, durchblutungsfördernd, energiespendend, fungizid, gehirnanregend, harntreibend, herzstärkend, hustenstillend, krampflösend, kreislaufanregend, kreuzbeinentspannend, narbenbildungs-fördernd, nervenstärkend, parasiten-tötend, potenzsteigernd, schleimlösend, schmerzstillend, schweißtreibend, wiederherstellend, wundheilend, zellschützend.

Sandelholz ostindisch / Santalum album

auch weißes Sandelholz, gelbes Sandelholz oder Santalum spicatum

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Antidepressiv, antiphlogistisch, aphrodisisch, desinfizierend, entzündungshemmend, harntreibend, insektizid, krampflösend, narbenbildungsfördernd, schlankmachend (abnehmen), schleimlösend, spannkraftfördernd, stärkend, tonisierend.



Teebaumöl / Melaleuca alternifolia

auch Tea-Tree

n INFO: Teebaumöl nicht für Katzen verwenden !

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Anregend, antibakteriell, antiseptisch, antisklerotisch, antiviral, bakterizid, entzündungshemmend, harntreibend, hustenlindernd, immunstimulierend, narbenbildungsfördernd, parasitentötend, pilztötend, schleimlösend, schweißtreibend, vernarbungsfördernd, wundheilend.



Thymian rot / Thymus vulgaris

auch roter/starker Thymian, Thymus zygis L. vulgaris, Gartenthymian, römischer oder welscher Quendel, Immenkraut, Suppenkraut

- n Roter Thymian sollte nur von robusten, starken Menschen benutzt werden. Bei sehr sensiblen Menschen sollte der weiße Thymian bevorzugt werden.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antibiotisch, stark antiseptisch, desinfizierend, nervenstärkend, stimmungsaufhellend, wundheilend.



Thymian weiß / Thymus capitatus

auch weißer Thymian, Thymus serpyllum

- n Nicht bei Bluthochdruck, Epilepsie u. in der Schwangerschaft anwenden.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antitoxisch, aphrodisisch, appetitanregend, bakterizid, fäulnishemmend, hustenreizlindernd, immunitätsteigernd, narbenbildungsfördernd, nervenstärkend, oxidationshemmend, parasitentötend, schleimlösend, stärkend, vitalitätsfördernd, wurmabtreibend.



Vanille / *Vanilla planifolia*

auch *Vanilla fragans*

- n Ungiftig, häufig allergische Reaktionen.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antidepressiv, aphrodisierend, appetitanregend, ausgleichend, balsamisch, beruhigend, stimmt freundlich.



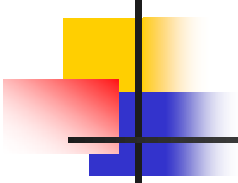
Vetiver / *Vetiveria zizanioides*

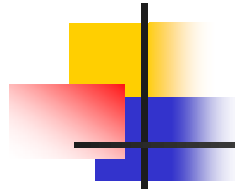
auch *Andropogon muricatus* oder *Vetiveria muricata*

- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
- n Vetiver wirkt zutiefst entspannend, inspirierend, insektenvertreibend, keimtötend für die Luft, krampflösend, kreislaufanregend, östrogenwirkend, allgemein stärkend, schweißtreibend, stimmungsaufhellend, verdauungsfördernd, wurmabtreibend.

Wacholderbeere / Juniperus communis

auch Heidewacholder, Krammetbeere oder Feuerbaum

- 
- n das äther. Öl gegen Rheumakrankheiten.
 - n **Schwangere dürfen Wacholderzubereitungen nicht zu sich nehmen.**
 - n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, antitoxisch, antiviral, aphrodisisch, bakterizid, beruhigend, blutreinigend, durchblutungsfördernd, entgiftend, harntreibend, narbenbildungsfördernd, nervenstärkend, parasitenabtötend, schlaffördernd, schleimlösend, schweißtreibend, stärkend, wundheilend.



Weihrauch / Boswellia carteri

auch Olibanum, Boswellia serrata, Bos. sacra oder Bos. thurifera

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

adstringierend, antiseptisch, beruhigend, blähungswidrig, entzündungshemmend, harntreibend, konzentrationsfördernd, luftreinigend, menstruationsfördernd, schmerzstillend, schleimlösend, stärkend, verdauungsfördernd, verjüngend, wärmend, wundheilend, zellschützend.

WEIHRAUCH verlangsamt u. vertieft auch die Atmung, eine gute Voraussetzung für Gebet und Meditation.

Weißtanne - Edeltanne / Abies alba

auch Silbertanne, Schwarzwaldtanne, Pinie oder *Abies pectinata*

- n Nur reizend in hoher Konzentration.
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Anregend, besänftigend, hustenreizlindernd, schleimlösend, schmerzlindernd, stärkend, krampflösend, wie fast alle Nadelbäume gibt dieser Duft Kraft, Mut und Ausdauer, sehr empfehlenswert in Raucherzimmern und für Aufgüsse in der Sauna.



Ylang Ylang complete / Cananga odorata / Anona odorantissima

n Überdosierung kann durch den schweren Duft, Kopfschmerzen verursachen.

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Anregend, antidepressiv, antiseborrhoisch, aphrodisisch, beruhigend, blutdrucksenkend, entkrampfend, entzündungshemmend, erotisierend, euphorisierend, herz-anregend, infektiionshemmend, lufterfrischend, regulativ, spannkraftfördernd, stärkend, zellregenerierend.

Zimt / Cinnamomum zeylanicum - Ceylon

auch echter Zimt, Seychellen-Zimt. Madagaskar-Zimt, Zimtrinde

- n Nicht in hohen Dosen anwenden.
- n Nicht unverdünnt einreiben (ruft Hautreizungen hervor, krampferzeugend).
- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
- n Adstringierend, antimikrobiell, stark antiseptisch, aphrodisisch, appetitanregend, atmungsanregend, antimikrobiell, bakterizid, blähungswidrig, blutstillend, fäulnis-hemmend, herzanregend, keimtötend, krampflösend, kreis-laufanregend, magenstärkend, parasitentötend, stimulierend, verdauungsfördernd, virustötend, wehenanregend, wurm-abtreibend.



Zirbelkiefer / Pinus cembra

auch Arvenöl

n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:

Abwehrstärkend, antirheumatisch, antiseptisch, auswurf-fördernd, durchblutungsfördernd, immunsystemstärkend, insektenabweisend, keimtötend, schleimlösend, stärkend, stark luftreinigend, virusabtötend.



Zitrone / Citrus limonum

auch Cedro-Öl oder Limonenbaum

- n das ätherische Öl für die 'Frau'
- n Nicht anwenden beim Sonnenbaden.

- n Hier nur einige Wirkungen lt. der Erfahrung aus der Aromatherapie:
Antianämisch, antimikrobiell, antiseptisch, antisklerotisch, antitoxisch, bakterienbekämpfend, blähungswidrig, blutstillend, blutreinigend, blutverdünnend, stark desinfizierend, durchblutungsfördernd, erfrischend, fiebersenkend, fröhlich stimmend, herzstärkend, insektizid, schlankmachend (abnehmen), narbenbildungsfördernd, nervensystemkräftigend, schweißtreibend, stärkend, venenstärkend, wurmabtreibend.