

Haus- und Reiseapotheke mit natürlichen ätherischen Ölen

Ein
Service
von
MEDIZIN
populär

Die Anwendung der ätherischen Öle und von Mischungen davon dienen der Gesundheitsförderung, Stärkung der Selbstheilungskräfte unseres Körpers und der Linderung von Beschwerden. Wichtig vor der Anwendung: Die Handhabung und Dosis mit dem Arzt bzw. dem Apotheker absprechen.

Indikation	ätherisches Öl	Alternative 1	Alternative 2
Allergie	Atlaszeder	Manuka	Zypresse
Angst, Panik	Neroli	Kamille römisch	Lavendel
Bluthochdruck	Narde	Ylang Ylang	Lavendel
Depression	Neroli	Bergamotte	Kamille römisch
Entzündung	Kamille blau	Immortelle	Weihrauch
Erkältung	Eukalyptus	Latschenkiefer	Thymian
Fieber	Lavendel	Zitrone	Pfefferminze
Frauenleiden	Kamille römisch	Muskatellersalbei	Rosengeranie
Hautreizung	Lavendel	Kamille römisch	Immortelle
Immunmodulation	Myrte Ct. Cineol	Zitrone	Bergamotte
Infektion Bakterien	Thymian Ct. Thymol	Niaouli	Manuka
Infektion Pilze	Citronella	Palmarosa	Patchouli
Infektion Viren	Ravintsara	Myrte Ct. Cineol	Melisse
Insektenabwehr	Citronella	Zitroneneukalyptus	Patchouli
Insektenstiche	Lavendel	Kamille römisch	Rosengeranie
Kreislaufschwäche	Pfefferminze	Rosmarin Ct. Cineol	Ingwer
Kopfschmerzen	Pfefferminze	Zitroneneukalyptus	Majoran
Schlafstörung	Lavendel	Mandarine	Orange
Schmerzen	Lorbeer	Majoran	Nelkenknospe
Sonnenbrand	Lavendel	Ylang Ylang	Rosengeranie
Stress	Neroli	Lavendel	Kamille römisch
Übelkeit	Pfefferminze	Kardamom	Ingwer
Verdauungsstörung	Kamille römisch	Fenchel süß	Anis
Wunden	Cistrose	Immortelle	Lavendel

Quelle aus: Steflitsch W, Buchbauer G, Wolz D. Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis. 2. Auflage, Verlag Stadelmann, 2021

Die Haltbarkeit von ätherischen Ölen nach der ersten Öffnung der Flasche beträgt in der Regel 6 Monate, kann durch richtige Lagerung und Minimierung des Kontaktes mit Sauerstoff auf zumindest 1 Jahr verlängert werden.