

Eukalyptusöl- Wertvolles aus der Natur

Hönig, Sabine, "Aromaküche: Gaumenfreuden mit ätherischen Ölen", Stocker Verlag
Keller, Erich, "Das Handbuch der ätherischen Öle", Goldmann Verlag
M. Kraus, Einführung in die Aromatherapie, Verlag Simon & Wahl Egweil, 2003.
Price, Shirley & PRICE, "Aromatherapie. Praxishandbuch für Pflege- und Gesundheitsberufe", Deutsche Ausgabe, Verlag Hans Huber
Roth - Kormann, "Duftpflanzen - Pflanzendüfte", EcoMed, Verlag, 1997
Schirner, Markus, "Aroma Öle - Beschreibung und Anwendung von über 200 ätherischen Ölen", Schirner Verlag
Schnaubelt, Kurt, "Praxis der Neuen Aromatherapie", vgs verlagsgesellschaft
Sticher / Heilmann / Zündorf "Hänsel / Sticher Pharmakognose, Phytopharmazie", Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart, 2015
Werner, "Praxis Aromatherapie - Grundlagen - Steckbriefe - Indikationen?", Karl F. Haug Verlag
Zimmermann, Eliane, "Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe", Sonntag Verlag
Zimmermann, Eliane, "Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe: Kursbuch für Ausbildung und Praxis", Sonntag Verlag
Bildquelle/Copyright: Michael Hinterauer, Foto Eukalyptus (c) Scisetti Alfio - Fotolia.com

ÜBER DIE AUTORIN



Herta Maria Oberrauch, geboren 6.5.1978

Ausgebildete DGKS (Diplomierte Gesundheits- und Kranken-Schwester), mit Schwerpunkt Demenz, ehemalige Stationsleiterin einer Demenz-Pflegestation.

6850 Dornbirn
Österreich

Im Auftrag und Copyright: Michael Hinterauer, "Stübener Kräutergarten",
Stüben 6, 6850 Dornbirn, Österreich, 0043 699 1020 0992

www.der-bio-shop.info www.hinterauer.info info@hinterauer.info

Wertvolles aus der Natur Das Eukalyptusöl



Herta-Maria
Oberrauch
2015, 2016

Mittlerweile wird das Öl in der Zahnmedizin für Wurzelbehandlungen verwendet.

In der Kosmetikindustrie kann man das Öl in diversen Badekonzentrationen, Seifen und Parfums finden.

Da das Öl Insektenabweisend ist, gibt es zahlreiche Sprays und Kerzen in denen Eukalyptus enthalten ist.

Die Eukalyptusblätter können als Tee eingesetzt werden, diese enthalten Gerb- und Bitterstoffe, die im ätherischen Öl nicht enthalten sind. Da der Eukalyptustee blutzuckersenkende Wirkung hat, wird er gerne unterstützend bei Diabetes getrunken.

Das robuste Holz des Eukalyptusbaumes wird für Schiffs- und Strommasten sowie für Eisenbahnschwellen genutzt. Als Brennholz eignet es sich sehr gut und hinterlässt kaum Asche.

NEBENWIRKUNGEN

In physiologischer Dosierung sind keine Nebenwirkungen bekannt. Bei Kindern und Säuglingen kann das Öl zum Glottiskrampf mit Atemnot führen. Deshalb ist dieses Öl für Kinder zu meiden.

Beachten sie auch die Angaben in "Allgemeine Information", welche separat veröffentlicht wurde.

QUELLEN

Wurde tieferes Interesse bei ihnen durch dieses Heft geweckt ?

Dann empfehle ich ihnen eine weitere Vertiefung durch folgende Quellen:

- Wikipedia, Inhaltsstoffe, Beschreibungen der Pflanzen und Inhaltsstoffe
- Praxis Aromatherapie, Monika Werner, Ruth von Braunschweig, Karl F. Haug Verlag, 2006
- Aromapflege Handbuch, Evelyn Deutsch, Bärbl Buchmayr, Marlene Eberle, Aromapflege.com Thomas Grasl, 2013
- D. Martinetz, R. Hartwig, Taschenbuch der Riechstoffe, Verlag Harri Deutsch Frankfurt/M, 1998.
- D. Wabner, C. Beier (Hrsg.), Aromatherapie, Urban & Fischer München, 2009.
- E. Keller, Aromatherapie, Ullstein Buchverlage GmbH Berlin, 2006.
- Fischer-Rizzi, Susanne, "Himmlische Düfte", AT Verlag
- Hinterauer, Michael, "Kräuter in deinem Garten und deiner Umgebung", Eigenverlag

Vielen Dank für ihr Interesse an diesem Heft, freut mich sehr !

Ich arbeite laufend an Verbesserungen und Ergänzungen meiner vielen Veröffentlichungen. "Fertig !" gibt es nicht. Gerne dürfen sie mir Ergänzungswünsche senden oder mich auf Fehler (auch Tippfehler) aufmerksam machen. :-)

info@hinterauer.info

Herta-Maria Oberrauch

alpha Terpeneol sind Duftstoffe die in der Kosmetikindustrie auch in Seifen und Parfums enthalten sind.

Wirkung des Eukalyptusöls

Schon die Ureinwohner Australiens benutzten das Öl als Allzweck-Heilmittel. Sie zerkauten die Blätter und legten diese auf Wunden damit sie besser verheilen konnten.

Der Eukalyptusbaum wird im Volksmund nicht nur deshalb "Fieberbaum" genannt, weil er Fiebersenkende Wirkung hat, sondern weil er aufgrund seiner wertvollen Eigenschaften in malariaverseuchten Gebieten kultiviert wurde. Der Eukalyptusbaum wächst nämlich sehr schnell, und er kann große Wassermengen aufnehmen. Dies machten sich die Menschen zu Nutze. Durch den Anbau der Eukalyptusbäume, kam es auf natürliche Art zur Trockenlegung der Feuchtgebiete. Gleichzeitig konnte der Lebensraum der Anophelesmücke eingeschränkt und das Sumpffieber eingedämmt werden.

Aus diesem Grund wurden im 19. Jahrhundert ca.50 verschiedene Eukalyptusarten aus Australien, Tasmanien und Malaysia, in andere tropische Gegenden, Südamerika und auch nach Südeuropa geholt.

Das Öl wirkt schleimlösend, antiviral, antibakteriell, schmerzlindernd und geistig anregend. In der Medizin wird es häufig bei Atemwegserkrankungen eingesetzt.

Eukalyptusöl ist das wohl bekannteste Erkältungsöl. Dies liegt hauptsächlich an dem hohen Anteil von 1,8 Cineol.

Wo hat sich der Eukalyptus bewährt ?

Das Eukalyptusöl wird sehr häufig in Wellnesshotels als Saunaaufguss verwendet.

Es gibt Nasensalben, Balsame und Inhalationslösungen mit Eukalyptus gegen Erkältungserkrankung. Zudem sind erfrischende Eukalyptusbombons in Apotheken und Drogerien erhältlich.

Viele Zahncremes und Mundwässer enthalten das Öl.

Eukalyptusöl (=Eucalyptus globulus)

HERSTELLUNGSVERFAHREN

Das ätherische Eukalyptusöl wird durch Wasserdampfdestillation der jungen Blätter und Zweigen gewonnen. 50kg Blätter ergeben ca. 1-1,2 Liter Öl. .

Destillation

Ist die gebräuchlichste Art der Gewinnung ätherischer Öle. In der Dampfdestille befinden sich an unterster Stelle der beheizte Wassertank. Dieser erzeugt Dampf der in den nächsten Behälter gelangt, in dem sich das Pflanzengut befindet. Der Wasserdampf löst nun die Öltropfen aus der Pflanze , dadurch werden ätherische Öle freigesetzt die gemeinsam mit dem Dampf nach oben steigen. Dort wird das Ölgemisch über ein gekühltes Rohrsystem abgeleitet, gekühlt und kondensiert. Im letzten Auffangbehälter trennt sich dann das Kondensat in Hydrolat (Wasser) ätherisches Öl. Ätherisches Öl ist leichter als Wasser und zudem nicht wasserlöslich, d.h. es schwimmt sichtbar an der Oberfläche als Ölfilm bzw. Ölschicht. Diese Eigenschaft wird genutzt um das ätherische Öl unproblematisch ab zu schöpfen.

Das kondensierte Wasser in dem noch Spuren des ätherischen Öls enthalten sind, wird als Hydrolat bezeichnet.

CHARAKTERISIERUNG

Das Öl ist klar, duftet frisch und zitronig-kampferartig.

Botanik

Der Eukalyptus Baum (=Eucalyptus globulus) ist einer der größten Bäume der Welt und wird auch blaue Eukalyptus, Gewöhnlicher Eukalyptus, Fieberbaum oder Tasmanischer Blaugummibaum genannt. Er ist ein immergrüner-hartholziger Baum der zu den Myrtengewächse gehört. Er kann eine Höhe von 50 Metern erreichen. Seine Blätter sind länglich-schmal und sind grau-grün gefärbt. Bei starker Sonnenbestrahlung verströmen sie einen intensiven Duft. Er trägt cremefarbene Blüten mit

einem Durchmesser von 5cm. Blütezeit ist von Dezember bis März. Seine Früchte haben eine Kugel-bis Muschelartige Form, diese werden auch Kapsel Frucht genannt. Im Herzen der Kapsel befinden sich 3-4 Fruchtfächer in denen die Samen heran reifen. Das Holz des Baumes ist hell bis rotbraun. Seine Rinde löst sich leicht in Streifen vom Stamm wodurch er sein charakteristisches Aussehen erhält.

Herkunft

Ursprünglich kommt der Eukalyptusbaum aus Tasmanien und aus dem südlichen Victoria. In Australien gehört er bereits zu den meist bekanntesten und angebaute Pflanzenarten. Im Mittelmeerraum und Portugal wurde er ebenfalls kultiviert.

Arten des Eukalyptus

Es gibt ca. 600 verschiedene Eukalyptusarten, die sich in ihren Inhaltsstoffen stark unterscheiden.

Zu den bekanntesten und Wirkstoffstärksten zählen jedoch:

- Eucalyptus globulus
- Eucalyptus citriodora
- Eucalyptus radiata

Trotz vieler gemeinsamer Eigenschaften, hat jede dieser Sorten eigene besondere Wirkungen.

WISSENSWERTES

Natürlich sind in ätherischen Ölen sehr viel unterschiedliche Wirkstoffe enthalten, die einerseits für den charakteristischen Duft verantwortlich sind, und andererseits positive Wirkung auf Körper und Geist haben. Sie enthalten natürlich auch Reizstoffe, die in der richtigen Dosis unbedenklich sind, bzw. auch positive Effekte haben können, z.B. bei Massagen durchblutend wirken und so Verspannungen lösen können. Zur besseren Hautverträglichkeit werden ätherische Öle mit einem Trägeröl vermischt.

Reizstoffe

Durch sie wird die Haut leicht gereizt und indirekt wird die Produktion körpereigener Entzündungshemmer wie schmerzstillende Stoffe angeregt. Auf Muskeln, Nerven und Gelenke hat diese Reizung positive Eigenschaften. Diese erwünschte Wirkung der Hautreizung wird "Counterirritant Effekt" bezeichnet. Dieser Zustand ist schon lange bekannt und wurde experimentell bewiesen.

Wirkungsspektrum

Hier ein kleiner Einblick in die Welt einiger interessanter Inhaltsstoffe des Eukalyptusöl und deren Wirkung. Mit diesem Wissen, erhalten wir auch einen besseres Verständnis für das Wirkungsspektrum des ätherischen Öls.

INHALTSTOFFE

Oxide (1,8-Cineol) Monoterpene (alpha Pinen, Phellandren)

Monoterpenole (alpha Terpeneol)

1,8 Cineol sorgt für einen Champherartigen Geruch. Er wirkt auf die Atmungsorgane vor allem in der Lunge und den Nebenhöhlen bakterizid und schleimlösend ein. Cineol hemmt sogar Neurotransmitter die für die Verengung der Bronchien verantwortlich ist. Der Wirkstoff unterstützt bei Erkältungserkrankungen und Atmungserkrankungen wie Asthma, Heuschnupfen und COPD.

In der Zahnmedizin wird das 1,8 Cineol bei der Revision von Wurzelfüllungen verwendet. Auch in der Veterinärmedizin zeigt der Inhaltsstoff Erfolge.

Pinen haben eine Hautreizende Eigenschaft. Bei einer Behandlung eines verspannten Rücken, kann dies eine erwünschte Reaktion sein z.B. für Hauteinreibungen bei Muskelverspannungen. Die Haut wird dadurch angeregt und besser durchblutet, dies kann gleichzeitig Schmerz lindern und Verspannungen lösen.

Phellandren sorgen für einen frischen Minz- und nach Terpentinarartigen Geruch. Gehört zu den eher reizenden Stoffen