

Nelkenöl - Wertvolles aus der Natur

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
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

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 Nelkenöl



**Herta-Maria
Oberrauch
2015, 2016**

Punsch werden die Nelken im Ganzen mit gekocht und werden nach der Garzeit entfernt.

Mehr als die Hälfte der Jahresernte wird für die indonesischen Kretek (=Nelkenzigaretten) verwendet. Im deutschsprachigen Raum sind sie unter dem Namen Gudang Garam bekannt.

Nelkenöl ist in süß-würzigen Parfums enthalten, vorzüglich für blumige Phantasienoten, orientalische Düfte und Männerparfums.

Geschichte

Die ältesten Überlieferungen sind in der chinesischen und indischen Literatur zu finden. Die römische Literatur beschreibt die erste Einfuhr von Nelken aus Indien. Im Mittelalter galt sie als Symbol der Passion Christi, da ihre Form als Nagel interpretiert wurde. Sie waren so kostbar wie Gold und Ursache für viele Gewürzkriege. Im 13. Jahrhundert sind Gewürznelken fester Bestandteil in der Klosterheilkunde. In Tibet gilt die Gewürznelkenknospe als "Blumen der Götter". In der Tibetischen Medizin ist die Nelke eines der wichtigsten Heilmittel.

Der Name "Nelke" leitet sich aus dem mittelniederdeutschen "Negelken" ab, was so viel wie Nägelchen heißt. Auch im bekannten Schlaflied kommt sie vor, wenn es heißt:..."mit Näglein bedeckt, schlupf unter die Deck".

NEBENWIRKUNGEN

In physiologischer Dosierung sind keine Nebenwirkungen bekannt.

Bei Überdosierung und längere Einnahme kann es zu Leberschäden kommen. Da das Öl Uterustonisierende Eigenschaften hat, sollte es in der Schwangerschaft nicht angewendet werden.

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:

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

Auf psychischer Ebene wirken sie konzentrationsfördernd und strukturierend. Fördert logisches Denken und wirkt angstlösend.

Wirkung des Nelkenöls

Bei Unterleibskrämpfen wirkt das Öl erwärmend und entspannend. Nelkenöl sorgt bei Blähungen und Magenkrämpfen für Linderung. In verschiedenen Situationen dient es als desinfizierendes und schmerzstillendes Mittel. Nelkenöl hat ein weites Wirkungsspektrum gegen Viren, Bakterien und Pilze. Aufgrund seiner Uterusstimulierenden Eigenschaften kommt es auch in Produkten der Geburtshilfe vor. Es fördert die Wehen und mindert die Angst vor der Geburt. Bei Erkältungserkrankungen trägt die Nelke zur Atemerleichterung bei. Es kommt als Inhaltsstoff in verordneten Inhalationslösungen und in medizinischen Ölbädern vor. Auf psychischer Ebene wirkt der Duft des Öls stärkend, löst Ängste und sorgt für neue Energie im Organismus. Außerdem stimuliert das Nelkenöl unser Gehirn und sorgt bei schwerer geistiger Arbeit für bessere Konzentration.

Wo hat sich die Nelke bewährt ?

In der Geburtshilfe ist das Öl in Medizinischen Präparaten enthalten und wird als Wehen förderndes Mittel eingesetzt. In der Zahnheilkunde dient es als desinfizierendes und schmerzlinderndes Mittel und ist in Zahnfüllmaterialien und Zementen enthalten.

Das Kauen von Gewürznelken ist ein altes Hausmittel gegen Zahnschmerzen. Dabei wird nur der Nelkenkopf gekaut,- da er rund und edel schmeckt und der Stängel hingegen penetrant bitter. Das kauen der Nelke soll ebenfalls gegen Mundgeruch helfen.

In der Küche dient das Nelkenöl als Aromastoff und wird gerne in Speisen und Getränke hinein gegeben. So findet sich das Nelkenaroma in vielen Backwaren, Würzmischungen und Tabakwaren. Gewürznelken werden bei vielen Weihnachtsspezialitäten, wie z.B. Glühwein und Lebkuchen hinzugefügt. Als Zusatz in Fleischprodukten kann die Wirkung des Öls die Fettoxidation aufhalten und kann daher einen gesundheitlichen Mehrwert bieten. Gewürznelken sind auch Bestandteil im Currypulver. In Suppen und

Nelke (=Eugenia caryophyllata)

HERSTELLUNGSVERFAHREN

Das ätherische Nelkenöl wird durch Wasserdampfdestillation gewonnen. Alle Teile des Baumes wie Nelkenblüte-, Stiel- und Blätter liefern wertvolles ätherisches 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) und 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 eine farblose bis gelbliche Flüssigkeit und duftet stark süßwürzig.

Botanik

Der Gewürznelkenbaum (=Eugenia caryophyllata) ist ein immergrüner Baum und gehört zur Gattung der Syzygium der Familie der Myrtengewächse (Myrtaceae) an. Seine Wuchsform erscheint pyramidal und kann eine Wuchshöhe von bis zu 20 Metern erreichen. Seine Rinde ist glatt und von gelblich-grauer Farbe. Er besitzt ledrige Blätter die gegenständig an einem ca.3 cm langen Blattstiel hängen. Die Blätter sind

ca.8 cm lang und 3 cm breit, länglich, ganzrandig und glänzend grün. Der Nelkenbaum besitzt wunderschöne rosa Blüten die an endständig, dreifach und dreigabeligen Trugdolden angebracht sind. Am Blütenboden befinden sich etliche Öldrüsen. Aus der Blüte entwickelt sich später eine graubraune Beere die einen länglichen Samen enthält.

Herkunft

Ursprünglich ist der Gewürznelkenbaum auf den Molukken (Gewürzinseln) beheimatet. Er kommt in Madagaskar, Tansania, Sri Lanka, Malaysia und in Indonesien vor.

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 Nelkenöls und deren Wirkung. Mit diesem Wissen, erhalten wir auch ein besseres Verständnis für das Wirkungsspektrum des ätherischen Öls.

INHALTSTOFFE

Eugenol, **Aromatische Ester** (Eugenylacetat), , **Sesquiterpene** (Caryophyllen), **Monoterpenole**, **Monoterpene** ;

Eugenol ist ein Phenylpropanoid und duftet stark nach Gewürznelken. Es kommt natürlich in Gewürznelkenöl, Pimentblätteröl, Bayöl und Zimtölen vor. Außerdem befindet sich dieser Inhaltsstoff in Lorbeer, Basilikum, Banane, Kirsche und Muskat. In der Parfumindustrie wird es für würzige Noten verwendet. Das Eugenol hat in der Zahnheilkunde große Bedeutung. Es dient als schmerzstillendes, antibakterielles und entzündungshemmendes Mittel. Es wird zur Behandlung einer akuten Pulpitis (=Zahnmarkentzündung) oder einer akuten Parodontitis (=bakteriell bedingte Entzündung des Zahnhalteapparates) verwendet. Auch in verschiedenen Füllmaterialien und Zementen der Zahnheilkunde ist der Inhaltsstoff Eugenol enthalten.

Im zoologischen und mikrobiologischen Bereich wirkt Eugenol antibakteriell, vor allem gegen Salmonellen, Staphylokokken und gegen Pilze. Es vertreibt Milben, Zecken und Termiten. Eugenol wird als Anästhetikum bei Fischen eingesetzt.

Aromatische Ester wie Eugenylacetat lindern chronische Schmerzen und besitzen entzündungshemmende sowie antibakterielle Eigenschaften. Auf psychischer Ebene wirkt der Inhaltsstoff euphorisierend und hilft das Leben leichter zu nehmen .

Sesquiterpene wie Caryophyllen machen die hautfreundliche Eigenschaften aus. Außerdem wirken sie entzündungshemmend und sind leicht schmerzlindernd. Bei einer Histaminausschüttung (z.B. Allergien) wirken die Stoffe regulierend, da sie die Zellmembranen der Mastzellen stabilisieren und so den Reperaturmechanismus der Zellen unterstützen.

Monoterpenole sind Stoffe die die Stresshormonproduktion regulieren , sodass eine übermäßige Erregbarkeit zurückgefahren wird. Hingegen bei Lethargie können sie stimulierend wirken.

Monoterpene wirken schmerzstillend, erwärmend und entzündungshemmend. Sie beeinflussen auch positiv das vegetative Nervensystem. Vor allem die glatte Muskulatur der verschiedenen Organsysteme (Nieren und Magendarm). Die Monoterpene sind außerdem Immunstimulierend, sie sind in der Lage das Abwehrsystem zu aktivieren.