

Sachverzeichnis

A

- Abienol 63, 436
Abies
– alba 192, 302, 433
– balsamea 192
– grandis 192, 260, 428
– sibirica 168, 192, 417
Abkömmling 58–59, 78
abortiv 56–57, 65, 205, 227, 275, 311
Absicherung therapeutischer Maßnahmen 104
Absolue 49, 72, 264
absorbieren 41
abtreibende Wirkung 57, 311
Abulcasis 26
Abwehr in letzter Minute 346
Abwehrkräfte stärken 37, 62, 69, 222, 283
Abwehrschwäche 293
Acacia dealbata 225, 423
Acetylcholin 65–66, 274
Achillea millefolium 277, 430
Adaptogen 62
Adrenalin 83
adrenocorticotropes Hormon 85
Aerosolspray 143, 407
After Sun 379
Agrumenöle (Zitrusöle) 50, 134
Akne 132, 144, 158–159, 161, 176, 183, 203, 207, 218, 229, 249, 251–252, 255, 257, 267, 280–281, 301, 318, 332, 369
– Aromatogramm 111
Aknebehandlung 143
Akuthilfe 350
Aldehyde 55, 59, 63, 420
– aromatische 72–73
Alkohole 51, 59, 61
– aromatische 68, 72
Allergien 27, 61, 211
allergische Reaktionen 51–52, 61, 70
allergischer Schnupfen (Heuschnupfen) 190, 199, 223–224, 311, 320, 349
Alltagsbeschwerden 102
Aloe barbadensis 334
Aloe-vera-Öl 326, 334, 377, 385
alte Menschen 168
– Aroma-Teilmassage 129
– Duftlampe 404
– Hautpflege 76, 107
Altenheim 404
Alter des Patienten 107
Ambra 50
Amenorrhöe 228
Amygdala 81
Amygdalin 330
Amyris 135, 412
– balsamifera 135, 412
analgetische Wirkung 38
Anamnese 104, 106
Anbau, ökologischer 201
Anbaubedingungen 54
Andreaskreuz 55
Anethol 71, 168
Angelica archangelica 136, 412
Angelicin 71
Angelika-Mischung 402
Angelikaöl 138
Angelikasamen 115
Angelikasamenöl 138
Angelikawurzel 46, 115, 136, 352, 412
Angina 165–166, 207, 215, 218, 238, 268, 288, 314, 346
– akute 346
– bei Kindern 392
– bakterielle 149, 194, 246, 286
Ängste 71, 73, 102, 138, 141, 144, 148, 172, 180, 184, 202–203, 218, 240, 252, 264–265, 290–291, 293–294, 296, 299, 301, 307, 311, 399, 403, 410
– bei Kindern 221
Aniba
– parviflora 267, 429
– rosaeodora 267, 429
Anisketon 72
Anissamen 138, 413
Anosmie 131
Anregung durch Massage 127
Anspannung, nervöse 136, 229, 298
Anteile der Inhaltsstoffe 50, 54
antiallergische Wirkung 310
antibakteriell 38
antibakterielle Wirkung 37, 76, 309
Antibiogramm 110
Antibiotika 37, 110–111, 241
antibiotikaresistente Keime 110
Anti-Herpes-Öle 375
Anti-Heul-Mischung 391
antihistaminische Wirkung 37
antiinfektiös 38, 69
antikanzerogen 38
antimikrobiell 38
Antimückenöl 368
Anti-Muskelkater-Mischung 381
antimykotisch 38
antimykotische Wirkung 37, 67, 77, 110
Antioxidanzen 38, 99
antioxidative Wirkung 334
antiphlogistische Wirkung 38
antipyretische Wirkung 38
Anti-Scabies-Öl 369
Anti-Schlecht-Mischung 388
antiseptisch 38
antiseptische Wirkung 37
antivirale Wirkung 37, 77
Antriebsschwäche 212, 214, 255, 257, 316, 399–400
Anus praeternaturalis 372
Anwendungen, Anleitung 122
Apfel, Grüner 52
Apfelblüte 52
Apfelsine 242
Aphrodisiakum 45, 148, 195
Aphthen 218, 275, 281, 361
Apoptose 98
Apothekenqualität 51
Apotheker 25
appetitanregende Wirkung 39
Appetitlosigkeit 138
Aprikosenkernöl 330
aqua vitae 27
aquaretisch 282
Arcier, Micheline 28
Arnica montana 334
Arnikaöl 326, 334

Sachverzeichnis

- Aromadendren 165
Aromamassagen 125, 127, 129
Aromapflege 28, 99–100, 102, 372
Aromastoffe 324
– Definition 78
Aromatherapeuten 102
Aromatherapie 65, 102, 110
– Einführung 24
Aromaticum amarum 277
aromatische Aldehyde 72
aromatische Alkohole 68, 72
aromatische Ester 72
aromatische Ketone 72
aromatische Säuren 72
aromatische Verbindungen 68, 78
aromatische Wässer 337
aromatischer Ring 68, 70
Aromatogramm 110, 112
Aromen, künstliche 27
Artemisia dracunculus 161, 416
arterielle Durchblutungsstörung 138, 327, 383
Arthritis 151–152, 176, 218, 233, 238, 272, 285, 290, 301, 303, 312
Arthritis urica 383
Arthrose 149, 195, 219, 246, 285–286, 303, 314
Ärzte 25–26, 28, 102
Asthenie 285–286
Astheniker 108
Asthma 301
– bronchiale 350
Atembeschwerden wg. Bettlägerigkeit 288
Atemwege 138, 345
Atemwegserkrankungen 108, 122, 150, 167–168, 186, 198, 211, 232, 268, 286–287, 302, 348
ätherische Öle 30–31, 40, 45, 48, 52, 80, 134
– Aufbewahrung 115
– Haltbarkeit 116
Atlantol 56, 64
Atlaszeder 192, 309, 311
Aufbewahrung 115
Augen
– ätherisches Öl, in den 123
– überanstrengte 367
Augenkompressen 367
Ausfrieren 179
Ausscheidungsvorgänge 30
Ausstrahlung 276
– individuelle 39
Auswahl der Anwendung 122
Auswahl der Öle 108, 110
auswurfördernd 117
Auszug (Extraktion) 49
authentische Öle 50
Avicenna 26, 224, 262
Avocadoöl 326
- B**
Babymassage 264
Babypflege 330
Bad 368
Bademischung 387
Bäder 30, 102
Badesalz 125
– herstellen 125
Bakterien 37, 70, 89
bakteriostatisch 38
Bakteriozine 90
bakterizid 38
Balsame 58
Balsam-Tanne 192
Basalzellen 41, 97–98
Basilikum 140, 413
– Heiliges 291
Basisnote 118
Bauchhirn 40, 65, 80
Bauchkrämpfe 194, 196, 203, 218, 238, 252, 274, 293–294, 397
Bauchmassage 130
Bauchschmerzen 139, 162, 265, 290–291, 294, 364–365, 384
– bei Kindern 397–398
Bauchweh, seelisches bei Kindern 397
Bauchwickel 127
Bay 141, 413
Beduftung 27
– Raum 30, 124
Befindlichkeit 106, 108
Behandelnde 103
Behandlung
– durch den Aromatherapeuten 102
– ganzheitliche 342
– Grenzen 102
– Möglichkeiten 102
– Schritt für Schritt 342
– Selbstbehandlung 103
Beifuß 115
Bein, offenes 356
Beine, schwere 232, 297, 359, 389
Beinmassage 131
Benzodiazepine 40
Benzoe Siam 143, 413
Benzoesäure 72–73, 430
Benzol 78
Benzolring 58, 68, 78
Benzolverbindungen 68
Benzopyron, alpha- 71, 290
Benzylbenzoat 72
Benzylverbindungen 68
Bergamotte 144, 410, 413
Bergamottminze 146, 414
Bergapten 71
Bergbohnenkraut 69, 148, 414
Beruhigungsmittel 404
Berührung 127, 396
Besenreiservarizen 299, 356
Bestrahlungsprophylaxe 147, 201, 205, 207, 267, 372
Bestrahlungsprophylaxe und -nachsorge 144, 203, 242
Bestrahlungsschäden 407
Beurre d'Iris 179
Bewegungsapparat 381
Bibergeil 50
Bigarade 251
Bindegewebe 88, 94
Bindehautentzündung (Konjunktivitis) 367
Bindehautreizung 367
Biofilm 111
Biosynthese 48, 58
– isoprenoide 59, 78
Biowaffen-Rezeptur 47
Bisabolol 61
Bisabololoxid 66
Bitter-Fenchelöl 167
Bittermandel 115, 330
Bitterorange 239, 251
– Petit grain 251–252, 427
Bitterstoffe 277
Blähungen 64, 130, 138–139, 168, 194, 196, 198, 364
– bei Kindern 397
Blasenaufgabe 127, 386
Blasenentzündung 146, 148, 162–163, 183, 203, 221, 225, 232, 242, 244, 246, 283, 285–286, 297, 386
– bei Männern 386
Blutdruck
– hoher 203, 253, 311, 354
– niedriger 149, 186, 200, 207, 214, 270–272, 354, 365
Blütenwässer 337
Bluterguss 66, 156, 176, 223, 267, 380
Blut-Hirn-Schranke 107
Blutkreislauf 30, 32, 37, 123
Boldo 115
Borneon 64
Bornylacetat 67, 190
Borretschsamenöl 322, 330
Boswellia
– sacra syn. carterii 299, 433
– thurifera Roxb. 301
Botanik 102
botanische Bezeichnung 108
Botenstoffe 36, 40
Bourbon-Vanille 293
Brassica napus 331, 439
Braunglasfläschchen 115

- Breitbandwirkung gegen Krankheits-
erreger 37
Bronchialerkrankung 117
– Aromatogramm 111
Bronchialschleim 38
Bronchitis 149, 151, 165–166, 169,
172, 179, 183, 186–187, 190, 194,
198–199, 203–205, 207, 209, 214,
219, 232–233, 238, 242, 246, 249,
257–258, 261, 271, 274–275, 280,
285–286, 288, 301, 309, 311–312,
314, 316, 344, 348
– auch bei Kindern 169
Brunschwig, Hieronymus 27
Brustamputation
– Lymphstau nach 146, 156, 203,
264, 359
– Narbenpflege nach 267
Brustdrüsenentzündung 148, 203,
264, 391
Brustkrebsoperation, Narbenpflege
380
Brustöl 117
Brustwickel 344
Bulbus olfactorius 41
Burnout-Syndrom 138, 154, 163,
184, 218, 221, 236, 244, 253, 294,
307, 399
Büro 123, 315
Bursera delpechiana 214, 422
Butenandt, Adolf 45
Butyrospermum parkii 333, 440
- C**
C (Kohlenstoff) 78
Cadinen 61, 423, 428
Cajepul 150, 414
Calendula officinalis 334
Calendulaöl 326, 334
Calophyllum inophyllum 326, 437
Calophyllumöl 326
cAMP 42
Camphen 165
Cananga odorata 305, 434
Canarium luzonicum 160, 416
Candida albicans 234, 281, 284,
376–377, 395, 414, 422, 431
Candida-albicans-Mykosen 174
Cannabis sativa 328, 437
Carbonsäure 338
Carotinoide 324
Carotol 62, 419
Carrier 31
Carrier-Funktion 31
Carum carvi 196, 420
Carvacrol 68–69
Carvon (+) 65, 424
Caryophyllen, beta- 61, 223
Cassia 151, 414
Catecholamine 67
Cayola, Renato 28
Cedar 56, 298
Cedren 61
Cedrol 62, 298
Cedrus atlantica 56, 192, 309, 311,
434
Cellulite 172, 176, 214, 216, 221,
232, 243–244, 271, 290, 297, 299,
320, 385
Celluliteöl 385
Centella asiatica 334
Centellaöl 327, 334
Ceylon-Zimt 151
Chamaemelum nobile 183, 419
Chamazulen 60–61, 182, 278
Champaca 153, 415
Chartreuse-Likör 136
Chemie der
– ätherischen Öle 73
– Pflanzenöle und -fette 321
chemische Eigenschaften ätherischer
Öle 48
chemische Fachbegriffe 78
Chemotyp 54, 56, 115
Chlamydien-Infektion 284–285
Chlorhexidin 33
Chloroform 48
Choleriker 108
1,8-Cineol 37, 66, 280
Cinnamomum
– aromaticum 151, 414
– camphora 257, 259
– CT 1,8-Cineol 257, 427
– CT Cineol 349
– CT Kampfer 259, 419
– CT Linalool 259, 417
– CT Safröl 259
– cassia 151, 414
– ceylanicum 311, 313, 435
– verum 311, 313, 435
Cistrose 154, 379, 409, 415
Cistus ladaniferus 154, 415
Citral 63, 211, 216, 316
Citronella
– Typ Ceylon 156, 415
– Typ Java 158, 415
Citronellagras 225
Citronellal 63, 162
Citronellol 61, 266
Citrus
– aurantifolia 213, 422
– aurantium ssp. amara 243
– var. pumilia 251
– bergamia 144, 413
– limon 314, 435
– paradisi 171
– reticulata 220, 252, 423, 427
– sinensis ssp. dulcis 242–243,
426
Claudicatio intermittens 138, 357,
383
Clementine 220
Cocos nucifera 329, 438
Commiphora
– molmol 228, 424
– myrrha 228, 424
Compliance 343
Coriandrum sativum 193, 419
Coronavirus 35, 37, 131, 345
Corticotropin-Releasing-Hormon
85
Cortisol 83, 85
cortisonähnliche Wirkung 60
Counter-irritant Effect 31
Creme, Haltbarkeit 125
CT (Chemotyp) 54, 115
Cubebenpfeffer 215
Culpeper, Nicholas 226
Cumarine 71, 289
Cumin 195
Cuminaldehyd 195
Cuminum cyminum 195, 420
Cupressus sempervirens 192, 318,
436
Cymbopogon
– citratus 211
– flexuosus 211, 421
– martinii var. motia 248, 426
– nardus 415
– winterianus 415
- D**
Dammassage 226, 228, 389
Darm, Entspannung 167
Darmausgang, künstlicher (Stoma-
pflege) 144, 189, 201, 203, 242,
267, 372
Darmerkrankung, chronisch-entzünd-
liche 35
Darm-Hirn-Achse 80
Darmkrämpfe 168, 177, 187, 193,
198, 257, 364
Daucol 62, 419
Daucus carota 188, 419
Defensine 33, 89
Dekubitus 136, 144, 156, 161, 189,
195, 201, 203, 215, 223, 228–229,
242, 249, 267, 269, 280–281, 283,
371
delta-3-Caren 198, 436
demeter 115
Denaturierung 51
Denkhirn 82

- depressive Verstimmung 40, 71, 138, 146, 148–149, 154, 158–159, 171–172, 174, 181, 198, 203, 211, 214, 221, 232, 240, 244, 249, 264, 269, 273, 290–291, 294, 296, 301, 305, 307, 311, 386, 399, 402
- Derivate 58–59, 67, 69, 71
- Dermatitis 183, 264, 285, 367
– glutaeealis 377
- Dermis 87–88
- Desinfektion 33, 143, 237, 269, 370
- desinfizierende Wirkung 269, 315
- Destillation 262
– in Fraktionen 305
– Qualität 51
- Destillationswässer 337
- Deutsches Arzneibuch (DAB) 52
- Diabetes mellitus 374
- diabetischer Fuß 158–159, 267, 374
- Diagnose 407
- Dichte 48
- Diffusion, Wirkung 30
- Diketone 66, 175
- Dioskorides, Pedanius 143, 277
- Dipteryx odorata 71, 288, 432
- Disposition 108
- Diterpenalkohole 61
- Diterpene 58–59
- Diterpenole 61–62
- Diuretika 282
- Dokumentation 104
- Dopamin 40, 63, 70
- Dosierung 31, 55, 63, 113, 343
– physiologische 56–57, 113
– Warnhinweise 56
- Dosierungstabelle, Verdünnungen 114
- Douglasfichte 192
- Drachenkraut 161
- Druckgeschwüre 371
- Düfte 26, 41, 104, 109, 117
– mischen 118
- Dufterkennung 44
- Duftgeranie 265
- Duftgefühl, kindliches 392
- Duftintensität 124, 252
- Duftlampe 123–124
– entspannte Atmosphäre 398
– Krankenzimmer 104, 390
– Mückenabwehr 368
- Duftmoleküle 30, 42
- Duftnote, Inhaltsstoff 53
- Duftortung 46
- Duftprobe 109
- Duftprofil 46
- Duftsignal 41
- Duftsprache 45
- Duftstein 404–405
- Duftstoffe 26–27, 41, 45, 48, 78
– synthetische 27, 52
- Duftstoffindustrie 52
- Durchblutung
– Anregung durch Massage 332
– vermehrte 31
- Durchblutungsstörung 203, 358
– arterielle 138, 327, 383
- Durchfall 246
- Duschsalz 354
- Dysbakterie 34–35, 91
- Dysbiose 91
- Dysmenorrhöe 228, 236, 277, 296, 384
- Dyspepsie 139, 142, 177
- Dystonie, neurovegetative 177, 218–219, 236, 240, 251
- E**
- Earl-Grey-Tee 145
- Eau de Cologne 27, 239
- Eberraute 115
- Eczema atopicum 394
- Einkaufsleitfaden 114, 204
- Einnahme 123–124
– Hydrolate 338
- Einreibung 30–31, 39, 102, 122
- Einzelstoffe 51, 57, 72
- Eisenkraut 118, 316
– Grasse 318
- Eizelle 45
- Ektoderm 36
- Elemi 160, 416
- Elettaria cardamomum 186, 419
- Empfindsamkeit 138, 156, 221, 402
- Emulgator 126, 408
- Emulsion 88
- Endokrinologie 40
- Endorphine 129
- Energiesystem 128
- Enfleurage 49, 181
- Engelwurz 136
entblähende Massageöle 364
entblähende Wirkung 39, 223
- enterisches Nervensystem (ENS) 40
- entgiftende Maske 370
- Entgiftung 37, 129, 369, 409
- entkrampfende Mischungen 365
- entkrampfende Wirkung 39
- entspannende Massageöle 382
- entspannende Mischung 350, 352, 404
- Entspannung 71, 102, 127, 132, 134, 226, 290, 405
- Entspannungsprogramm, abendliches 401
- entstauende Mischung 389
- Entstauung des Gewebes 37
- Entzündungen 34, 38, 122, 162, 189, 242, 271, 274, 292, 334
– stille 96
- entzündungshemmend 28, 53, 60–61, 66–67, 70, 72
- entzündungshemmende Wirkung 38
- Enzymaktivität 30
- Enzyme 31, 254
- Epidermis 87–88
- Epilepsie 228, 270
- Epiphyse 39, 71
- EPS 111
- Erbrechen 246
- Erdölabkömmlinge 324
- Erinnerung 39, 104, 288
- Erkältungskrankheiten 138–139, 141, 149–150, 152, 158–159, 163, 165–166, 174, 201, 203–205, 207, 209, 212, 214–218, 221, 232–234, 238, 240, 244, 246, 257–258, 261, 268, 271, 280, 283, 285–286, 288, 303, 309, 312, 314, 316, 345
– Kinder 123, 147, 151
- Erkältungsprophylaxe 345
- Erkennung von Düften 44
- Ernte, Zeitpunkt 51, 54
- Erregbarkeit 61, 65, 136, 251
- Erschöpfung 70, 147, 149, 190, 199, 207, 231–232, 234, 258, 260, 272, 281, 293, 296, 309, 312, 399
– chronische 212
– geistige 288, 297, 303
– körperliche und geistige 257, 271
– seelische 215
- erwärmende Öle 383
- Erzengelwurz 136
- Essence concrète 49, 264
- essence/essential oil 47
- essenzielle Fettsäuren 362
- Ester 51, 54, 56, 67
– aromatische 72
- Estragon 161, 416
- Ether 70, 168
- Etikett, Flaschen 109
- Eucalyptus
– citriodora 162, 416
– globulus 164, 344, 416
– radiata 165, 344, 416
- Eudesmol 62, 412
- Eugenia caryophyllus 236
- Eugenol 68–69
- Eukalyptol 66
- Eukalyptus 164–165
- EU-Kennzeichnungsrichtlinie 55
- Expression (Kaltpressung) 50
- Extraktion (Auszug) 49
- Extrasystolen 355
- extrazelluläre Matrix 94–95

F

Familienangehörige 102, 104, 107
 Farbe 58, 76
 Farbstoffe 324
 Farnesal 64, 421
 Farnesen 61, 418
 Fehlgeburt 57
 Felddestille 49
 Fenchel
 – bitter 115
 – süß 167, 416
 Fenchon 167
 Fersenrhagaden 373
 Fettbegleitstoffe 323, 329, 362
 Fette 126, 321, 325
 – körpereigene 324
 fette Haare 158–159
 fette Haut 158–159
 fette Öle 326, 379, 437
 – Qualität 114
 Fettfeuchtigkeitsmantel 325, 328
 fettlöslich 31, 60
 Fettsäuren 321
 Fibroblast 95
 Fichtennadel sibirisch 67, 168, 192, 417
 Fieber 343, 348
 Fieberbaum 164
 Fieberbläschen auf den Lippen 375
 fiebersenkende Öle 344
 fiebersenkende Wirkung 38, 344
 Fitness 400
 Flatulenz 364
 Flavonoide 135, 324
 Flieder 52
 flüchtige Stoffe 50, 337
 Foeniculum vulgare 416
 – var. dulce 167
 Fortpflanzung 41, 45
 Fotosensibilisierung 146, 316
 Fraktionierung 51
 Frangipani 169, 417
 Franzbranntwein 198
 französische Aromatherapie 28
 Frauenbeschwerden 129, 138, 167, 307, 384
 Freesie 52
 Freeze-Reaktion 84
 freie Radikale 97
 Fremdstoff, kosmetischer 91
 Frostbeulen 280, 305
 frösteln 190, 314
 Fruchtschalen 48–49, 134, 213
 fungizid 38
 fungizide Wirkung 37
 funktionelle Gruppe 59, 64, 78
 Furocumarine 57, 71, 134
 Fußbad 125, 356, 374

Fußmassage 131, 352, 389
 Fußpflege bei Diabetes 249
 Fußpflegeöl 375
 Fußpilz 142, 149, 158–159, 246, 249, 267, 281, 286, 312, 314, 374
 Fußpilzöl 374
 Fußschweiß 203, 275, 320, 374

G

GABA 61
 GABA-Rezeptoren 65
 Galbanolen 46
 Galbanumöl 46
 Gallenblasenkolik 274
 Gallenprobleme 366
 Gänsefuß 115
 ganzheitliche Behandlung 24, 342
 ganzheitliche Hautpflege 36, 214
 ganzheitliche Wirkweise 103
 Gartensalbei 226, 274
 Gaschromatograph 52
 Gattefossé, René-Maurice 27, 202
 Gatti, Giovanni 28
 Gaultheria fragrantissima 304, 433
 gebrannte Wässer 27, 337
 Geburt 129, 148, 203, 264, 311, 387, 390
 Geburtsvorbereitung 129, 148, 181, 203, 238, 240, 264, 269, 311, 387, 389–390
 – Dammassage 228, 389
 Gedächtnis 39, 274, 400
 Gedächtnisprobleme 98
 Gedächtnisschwäche 209
 Gefahrstoffverordnung 55
 Gefäßerkrankungen, arterielle 357
 Gefühle 39, 41, 104, 129, 180, 403, 407, 410
 Gefühlskälte 69, 154–155, 196, 294
 Gehirn 30, 36, 40–41, 274
 Geißblatt 52
 Geist 24, 28, 40, 47, 134, 290
 geistige Erschöpfung 257, 271, 288, 297, 303
 Gelenkentzündungen 190, 199, 203, 382
 Gelenkschmerzen 142, 149, 207, 231, 238, 246, 260, 286, 304, 312, 327
 genitale Kandidose 228, 249, 267, 281, 283, 377
 genuine Öle 50–52
 Geranial 63
 Geranie, Rosen- 77, 265, 429
 Geraniol 51, 53, 61, 266
 Geraniumöl 266
 – ostindisches 248
 Geranylacetat 67

Gereiztheit 171, 325
 Germacren 61
 Geruch 39, 48, 116
 Geruchsforschung 41
 Geruchssinn 30, 39–40, 42, 80
 gesättigte Fettsäuren 322
 Geschichte des Duftes 26
 Geschwüre 183, 218, 301, 334
 Gesichtsdampfbad 124
 Gesichtspflege 247
 Gesundheitspflege 33, 99
 Gesundheitsvorsorge 132
 Gewinnung 49–50, 337
 Gewürzlorbeer 217
 Gewürznelke 236–237
 Gicht 138, 151, 203, 233, 327, 383
 Gingerole 176
 Gingivitis 165–166, 361
 Ginster 170, 417
 Glasfläschchen, dunkles 115
 Globulol 165, 241
 Glomeruli 41, 44
 Glottiskrampf 165, 257
 Glückshormone 36, 40
 Glycerin 321
 Goménol 241
 Grapefruit 171, 417
 Grasse 27
 Grind 218
 grippaler Infekt 346
 Grippe
 – bei Kindern 392
 – Vorbeugung 345
 Grippezäpfchen 346
 Grundgewebe 94
 Grundmischungen 343
 – Schnupfen 347
 Grundstruktur 78
 Grundsubstanz 95
 grüner Apfel 52
 Gurgeln 30, 346
 Gürtelrose 147, 151, 203, 223–224, 233–234, 258, 264, 267, 275, 375
 Gute-Nacht-Mischung 398
 Gyrus cinguli 82

H

H (Wasserstoff) 58, 68, 78
 Haarbereich 393
 Haarkur 393
 Haarpflege 299, 307
 Haarshampoos 142
 Haarwässer 142
 Hagebutten 263, 327
 Hagebuttensamenöl 327
 halbtrocknende Öle 323
 Halsschmerzen 146, 346
 – bei Kindern 392

- Halswickel 347
 Haltbarkeit
 – Creme 125
 – Hydrolate 338
 – Öle 116
 Hämatom 39, 66, 175–176, 223, 267, 380
 hämolysefördernde Wirkung 38
 Hämorrhoiden 136, 183, 201, 203, 226, 228, 232, 236, 242, 251–252, 267, 281, 297, 299, 320, 327, 357
 Häm-Synthese 98
 Handpflege 373
 Hanföl 328, 407
 Harnwegsentzündung 281
 Harnwegsinfektionen, Aromatogramm 111
 Harze 26, 48–49, 58, 118
 Haselnussöl 330
 H-Atome 58, 68
 Haut 30, 87, 407
 – empfindliche 171, 228, 329–330, 334
 – entzündete 189, 367
 – fettige 255
 – gereizt 171, 251, 335, 367
 – gereizte, empfindliche 249
 – Immunsystem 214
 – irritierte 329, 334
 – Pflege und Heilung 36
 – Reizwirkung 32
 – Reparaturmechanismus der Zellen 36, 61, 214
 – rissige 331
 – rissige und aufgesprungene 373
 – schlecht durchblutete 331
 – schlecht heilende 143, 223
 – schuppende 331
 – Spiegelbild der Seele 36
 – strapazierte 144, 189, 247, 267
 – trockene 189, 322, 326, 329–331, 334
 – unreine 257
 Hautalterung 327, 333, 439–440
 Hautbeschwerden 307
 Hautentzündungen 183, 264, 367
 Hautfette 325
 – körpereigene 324
 Hautflora, gestörte 91, 249
 Hautgesundheit 87
 Hautimmunsystem 89
 Hautjucken 147, 203, 223, 236, 240, 307, 311, 320, 368
 – nervöses 224, 268, 296
 Hautkrebs 98
 Hautmikrobiom 89, 91
 – Aufgaben 90
 – Ungleichgewicht 91
 Hautparasiten 310
 – Krätzmilben (Skabies) 251, 280, 311
 Hautpflege 93, 136, 161, 169, 171, 184, 201, 207, 211, 215–216, 229, 232, 240, 247, 264, 277, 280, 283, 288, 291, 299, 324–325, 327–330, 333, 357, 408
 – biologische 96
 Hautpflegecreme 370–371
 Hautpflegemittel 231, 321–322
 – biologisches 92
 – konventionelles 92
 Hautpflegeöl 371
 Hautpflegeprodukte auf Mineralölbasis 31, 324
 hautreizende Wirkung 76
 Hautschuppung 325
 Hautvitamin 323
 Hautzonen 123
 Heilerde 339, 408
 Heiliggeistwurz 136
 Heilpraktiker 25, 28, 102–103
 Heilwasser 27
 Heilweisen, traditionelle 102
 Heiserkeit 308, 346
 Helianthus annuus 333, 440
 Helichrysum italicum 38, 174, 417
 Hemmhof 110
 hepatotoxische Wirkung 55, 69, 149, 238, 287, 293, 312, 314
 Herbizide 115, 135
 Herkunft der Pflanze 247
 Herpes
 – genitalis 151, 224, 233, 258, 376
 – labialis 146, 151, 224, 233, 258, 264, 275, 375
 – zoster 147, 151, 203, 223–224, 233–234, 258, 264, 267, 275, 327, 375
 Herpes-simplex-Virus 375–376, 385
 Herstellerangaben 54
 Herstellung 49
 Herzangst 225, 318, 405, 435
 Herzbeschwerden 67, 123, 187, 202, 223–224, 249, 253, 264, 355, 405
 Herzhirn 81
 Herz-Hirn-Achse 81
 Herzkrankte, Wickel 127
 Herz-Kreislauf-Beschwerden 266
 Herz-Kreislauf-Schwäche 207, 272
 Herz-Kreislauf-System 67, 331, 354
 Herznote 118
 Herzöl 355
 Herzrhythmusstörungen 236, 318
 Herzsalbe 405
 Herzschwäche 292–293
 Heultage 391
 Heuschnupfen 38, 190, 199, 223–224, 310–311, 320, 349
 Hexan 49, 290
 Hexenjagd 26
 Hexenschuss 255, 272, 290, 305, 353, 381
 HHG-Achse 85
 HHN-Achse 84
 Himalachen 61
 Hippocampus 81
 Hippokrates 308
 Hippophae rhamnoides 331, 439
 Hirnstamm 80
 Histaminausschüttung 37, 61, 349
 Histatine 33
 Ho-Blätter 173, 417
 Ho-Blätter-Öl 259
 holistischer Ansatz 28
 Homöopathie 103, 183
 Honig als Emulgator 48, 126
 Hormone 39–40
 – Pflanzen 58
 hormonelles Ungleichgewicht 267
 hormonmodulierend 40, 67
 Hornhaut 373
 Hornschicht 88
 Hornschichtbarriere 88, 92, 333
 Hornzelle 88
 Hospitalismus, infektiöser 37
 Hotel, Raumbeduftung 124
 Husten 144, 167, 169, 172, 176, 183, 186, 190, 198–199, 232, 246, 274–275, 280, 283, 308, 311, 345–346, 348
 Hustenzäpfchen 349
 HWS-Syndrom 163
 Hydrolate 337
 – Gewinnung 337
 – Wirkungen, Tabelle 338
 Hydrolat-Mischung 373
 Hydrolipidmantel 87–88, 325, 328
 hydrophil 337–338
 hydrophob 338
 Hydrosole 337
 Hyperaktivität 223, 225, 277
 Hypericin 57
 Hypericum perforatum 335
 Hypersensibilisierung 107
 Hypertonie 147, 228, 252–253, 271–272, 311, 354
 Hypophyse 36, 39, 62, 77, 228, 276
 Hyposmie 131
 Hypothalamus 39, 41, 82
 Hypothalamus-Hypophysen-Gonaden-Achse 85
 Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse 84
 Hypotonie 207, 214, 271–272, 354

- Hyssopus officinalis 308, 434
 – var. Montana (ex decumbens) 308
- I**
 Immortelle 38, 174, 379, 409, 417
 immunmodulierende Wirkung 36
 Immunistimulanzen 36, 60
 Immunsystem 61, 69, 86, 98, 132, 134, 211, 248, 292, 324–325, 328, 367
 – angeborenes 34, 88
 – Fehlregulation 96
 – geschwächtes 136, 140, 174, 214, 249, 267, 283, 288, 301, 316, 409
 – Stärkung durch Hautpflege und Massage 36
 – überschießendes 249
 Incensol 63
 Indikationen, weitgefächerte 53
 Indol 45, 145, 153, 181, 239
 Infektionen
 – Aromatogramm 110
 – bakterielle und virale 293
 infektiöser Hospitalismus 37
 Ingwer 176, 418
 Inhalation 30, 32, 102, 124, 182, 343, 348
 Inhaltsstoffe 53
 – Mengenangaben 54
 – Zusammenspiel 53
 Inhaltsstoffgruppen 57
 – Einteilung 68
 – Modell 73
 innerliche Anwendung 28, 124
 Insekten 158
 Insektenabwehr 147, 149, 158–159, 162, 201, 203, 212, 242, 249, 281, 286, 296, 311, 320
 Insektenschutz 246
 Insektenstiche 368
 Intertrigo 136, 144, 156, 161, 189, 194, 223, 229, 242, 249, 267, 269, 371
 Intimgerüche, Imitation 45, 153
 Intimpflege 123, 177, 277
 – im Klimakterium 387
 intrazelluläre Matrix 97
 In-vitro-Test 110
 Ionenflüsse 30
 Ionenkanäle 31
 Iridoid-Glykosid 318
 Iris 178, 418
 – germanica 178, 418
 – pallida var. florentina 418
 Irisbutter 179
 Iron 64
 Ischiassyndrom 327, 381
 Isoamylangelat 67
 Isobutylangelat 67
 Isomere 78
 Isopinocamphon 65, 309
 Isopren 58, 78
 isoprenoide Biosynthese 78
 Isoprenregel 58
 Italidion 66, 175
- J**
 Jasmin 179, 418
 Jasminlacton 181, 418
 Jasminum
 – grandiflorum 179, 181, 418
 – officinalis 179
 – sambac 181
 Jasmon 46, 145, 239
 Johannisbeersamenöl 330
 Johanniskrautöl 328, 335
 Jojobaöl 328
 Jonon 66, 247
 Juckreiz 109, 156, 281, 330, 367, 394–395
 Juniperus
 – communis 192, 296, 432
 – virginiana 192, 298, 433
- K**
 Kalmus, indischer 115
 Kaltpressung (Expression) 50
 Kalziumhaushalt 98
 Kamille
 – Blaue 181, 418
 – Deutsche 181–183
 – Echte 181, 183, 418
 – Englische 183
 – Römische 54, 183, 317, 419
 Kampfer 64, 185, 207, 419
 – Rosmarin 271, 429
 Kampferbaum 173
 Kampferöl 259
 Kampf-oder-Flucht-Reaktion 83
 kanzerogene Wirkung 56
 Kaolin 339
 Kapseln
 – magensaftlösliche 32
 – magensaftresistente 123
 Karbolsäure 69
 Kardamom 186, 419
 Karies 361
 Karité 333
 Karmelitergeist 27, 223
 Karottensamen 188, 419
 Kater 352
 Kauf der Öle und Zutaten 343
 kbA (kontrolliert-biologischer Anbau) 115
 Kehlkopfentzündung (Laryngitis) 288
 Keime 34, 37, 89, 151
 – antibiotikaresistente 110
 – multiresistente 111
 – resistente 90
 – resistente 37, 111
 – temporär residente 90
 – transiente 90
 keimhemmend 38
 keimtötend 38, 236, 285, 315
 Kennzeichnen von Mischungen 55
 Kennzeichnung nach Gefahrstoffverordnung 55
 Kernmatrix 97
 Ketone 57, 59, 64, 72
 – aromatische 72
 Keuchhusten 172, 176, 203, 242, 311, 320
 – bei Kindern 393
 Kiefernadel 189, 192, 419
 Kinder
 – Aromamassage 129
 – Behandlung 392
 – Dosierung 392
 – Duftgespür 392
 Kinderkrankheiten 392
 kindersicherer Verschluss 55
 kindliche Unruhezustände 396
 klimakterisches Syndrom 122, 146, 148, 152, 177, 181, 184, 188, 196, 203, 216, 225, 228, 236, 255, 264–265, 267, 269, 275, 277, 296, 307, 311, 314, 386
 Klinik 103, 404
 Kohlendioxid, Extraktion mit 49
 Kohlenwasserstoffverbindungen 55, 59
 Kokosöl (Kokosfett) 329
 Koliken 198, 256, 277, 312, 366
 Kölnisch Wasser 27, 239
 Koma 104
 Kommunikation, Stärkung 40, 72, 129, 145
 Komplementärtherapie 25
 Kompressen 126
 Kondome 385
 Koniferenöle 190
 Konjunktivitis 367
 Konstitutionstyp 108
 kontrolliert-biologischer Anbau (kbA) 115
 konv. (konventioneller Anbau) 115
 Konzentration und Wirkung 31
 Konzentrationsschwäche 186
 Konzentrationsschwierigkeiten 146, 209, 257, 400
 Konzentrationsstörungen 158–159
 Kopfhaut, juckende 223
 Kopfhautekzem 371
 Kopfläuse 156, 281, 393

Sachverzeichnis

Kopfnote 118
Kopfschmerzen 122, 138, 141, 144, 146, 172, 203, 256–257, 264, 277, 351–352
– bei Kindern 394
– durch Düfte 124
Koriandersamen 193, 419
Korneodesmosom 89
Korneozyt 88
Körperöl 377
– Angelika 358, 383
– bei Bauchschmerzen 364
– beruhigendes 368
– Hautpflege 357
– Rezeptur 355
– Rosen 396
– schmerzlinderndes 384
– schwere Beine 359
– venöse Erkrankungen 356
– Vorbeugung 389
Körperöl-Mischungen 403
Körperpflege 106, 132, 226
– Babys, Kinder und alte Menschen 325
Kosmetika 91
Krampfadern 136, 172, 203, 236, 242, 251, 297–299, 320, 327, 355
Krampfanfälle 203
Krankenhaus
– Angst vor 104, 404
– Raumbeduftung 124
– Todesangst 405
Krankenzimmer
– Beduftung 104, 405
– Duftlampe 390
Krätze 238, 249, 281, 369, 394
Krätzmilbe (Skabies) 251, 280, 311
Krebs 406
– Brustkrebs 359
– Vor- und Nachsorge bei Strahlentherapie 332
Krebsbehandlung 406
krebserzeugende Wirkung 56
Krebstherapie 211
Kreislaufanregung 63, 70, 199, 207, 234, 309, 400
Kreislaufbeschwerden 264, 354
Kreuzkümmel 195, 420
kühlende Öle 383
Kümmel 138, 196, 397, 420
Kummer 247, 249, 280, 397, 402
künstliche Aromen 27
künstlicher Darmausgang 144, 189, 201, 203, 242, 267, 372
künstlicher Duft 52
Kupferfinnen (Cuperose) 156
kutiviszereale Reflexe 31, 38

L

Labdanol 155, 415
Labdanumharz 155
Labortest 110
Lampenöl 55
Langerhans-Zelle, dendritische 89
Langzeitbehandlung,
– allerg. Schnupfen 350
Lärche, Europäische 192
Larix europaea 192
Laryngitis 288
lateinisch-botanische Pflanzen-
– namen 108, 115
Latschenkiefer 192, 198, 420
Laurus nobilis 217, 422
Läuse 267, 311
– Kopf- 156, 281, 393
lavande aspic 206
Lavandin 199
– abrialis 199
– grosso 199
– super 199, 420
Lavandula
– angustifolia 201, 420
– burnati Briquet 199, 420
– latifolia 108, 205, 421
– spica 205
– stoechas 55, 65, 204, 421
– vera 201, 378
Lavendel 199, 201
– Echter 201
– fein 54, 201, 420
– Schopflavendel 55, 64–65, 204, 421
– Speiklavendel 108, 199, 205, 421
Lavendelhydrolat 338–339
Lavendelöl 201, 378–379
– gestrecktes 52
Lavendelsalbei 208, 421
Lavendel-Umschlag 391
Leaky-Gut-Syndrom 35
Lebensenergie 128
Leber 273, 409
– belastete 366
Leberbelastung 211
Leberschwäche 211, 224, 274, 285, 297
lebertoxische Wirkung 56
Leberwickel 126, 273, 366, 409
Lecithin 324
Leclerc, Henri 25
Lederhaut 87
Ledum 209, 421
– groenlandicum Oeder 421
Lemongrass 118, 211, 421
Leptospermon 66, 423
Leptospermum scoparium 39, 221, 423

Lern- und Gedächtnishilfe 73
Libidoverlust 154, 170, 177, 181, 255, 277, 307
Licht- und Wärmeschutz 115
Lichtempfindlichkeit der Haut (Photosensibilität) 57
Lilie 52
limbisches System 30, 39, 80–81
Limette 213, 422
Limonen 213
Limonen 60, 134, 60, 190, 302
Linaloeholz 214, 422
Linalool 61
Linalylacetat 67
lindernde Mischung 395
Linolensäure 323
Linolsäure 322, 328, 333–334, 362
lipophil 30–31, 60, 107
Lippenbläschen 146, 224
Lippia citriodora 316, 435
Liquidambar orientalis 279, 430
Litsea 118, 215, 422
– cubeba 215, 422
Lokalanästhetika 31
Lorbeer 117, 217, 422
Lösungsmittel
– Extraktion mit 49
– organisches 48
Lumbago 381
Lungenentzündung 207, 288, 344, 348
Lungenschäden 55
Lust- und Mutlosigkeit 209
Lustlosigkeit 70, 134, 162, 211, 249, 318
Lymphatiker 108
Lymphmassageöl 360
Lymphstau 176, 221, 243–244, 267, 277, 290, 297
– nach Brustamputation 146, 156, 203, 264, 359
Lymphsystem 30, 37, 359

M

Macademia integrifolia 329, 438
Macadamianussöl 323, 329
Magen, nervöser 141
Magen-Darm-Beschwerden 70, 138, 168, 364
Magen-Darm-Trakt, Wirkweisen der Öle 30, 32, 64
Magenschmerzen 147, 203, 252, 307, 365
Maiglöckchen 52
Mairese 264
Majoran 218, 422
– Spanischer (Wald-) 56, 108, 287
Makrophagen 95

- makrozyklisches Lacton 137
- Malaria 241
- Mandarine 220, 410, 423
 - Petit grain 252, 427
- Mandelblüte 52
- Mandelenzündung 346, 392
- Mandelöl 107, 322–323, 329
- Manila-Elemi 160
- Manipulation durch Düfte 27
- Männer, Massagen für 129
- Manuka 38, 221, 423
- Marcumar 71
- Massagen 127, 130
- Massageöle 352, 359, 387
 - entspannende 382
- Maßeinheiten 113
- Massenspektrometer 52
- Mastitis 391
- Mastzellen 37, 61, 310, 349
- Matricaria recutita 181, 418
- Matrix
 - extrazelluläre 94–95
 - intrazelluläre 97
 - mitochondriale 98
 - nukleäre 97
- Maury, Marguerite 28
- Mazerate 114, 334
- Medikamente, chemische 28, 36
- medizinische Salben 31
- Meerrettich 115
- Meersalz 125–126
- Melaleuca
 - alternifolia 280, 431
 - cajeputi 150, 414
 - leucadendron 150, 414
 - viridiflora 241, 425
- Melancholiker 108
- Melatonin 71
- Melissa officinalis 223, 423
- Melisse 223, 423
- Melissengeist 136
- Melkfett 324
- Membran, Zell- 30, 37, 42, 61
- membranstabilisierende Effekte 31
- Mengenangaben, Inhaltsstoffe 54
- Menschen mit Beeinträchtigung, Hilfe durch Massage 129
- Menstruationsbeschwerden 129, 139, 141, 146–147, 156, 168, 172, 181, 203, 232, 238, 271, 307, 384
- Mentha
 - aquatica 146
 - cablin 249
 - citrata 146, 414
 - piperita 255, 427
 - spicata 146
 - viridis var. Nanah 233, 424
- Menthofuran 147
- Menthol 255
- Menthon 256
- Meridiansystem 128
- Merkaptan 173
- Meteorismus 138–139, 194, 196, 364
- Methylantranilat 145, 153, 181, 220, 239, 252
- Methylchavicol 161
- Methyleugenol 56
- Methyljasmonat 46, 181
- Methylsalicylat 304
- Michelia champaca 153, 415
- Migräne 122, 240, 256–257, 273–274, 366
- Milben 251, 280, 311, 349
- Milch als Emulgator 126
- Milchproduktion, verminderte 139, 154, 168
- Milchstau 391
- Mimose 225, 423
- Mimosen-Mischung 402
- mineral oil 324
- Mineralkortikoidrezeptor 85
- Mineralölpflegeprodukte 31, 34, 91, 106–107, 324
- Mineralwasser 408
- Mischen
 - der Düfte 118
 - der Öle 118
- Mischung
 - Angelika- 402
 - Anti-Heul- 391
 - Anti-Muskelkater- 381
 - Anti-Schlecht- 388
 - Bad 387
 - entspannende 350, 352, 404
 - entstauende 389
 - Gute-Nacht- 398
 - Hydrolat- 373
 - lindernde 395
 - Mimosen- 402
 - Notfall- 380
 - Parodontose- 362
 - Prophylaxe- 363
 - Schmerz- und Antistress- 380
 - schmerzlindernde 376
 - stimmungsaufhellende 393
 - Tampon- 377
 - Trennungsangst 398
 - unterstützende in der Krebstherapie 363
 - wohltuende 394
- Mischung, 1 %ige 57, 113
- Mitesser 369
- Mitochondrien 97, 99
- Mitoplasma 98
- Mitralzellen 41
- Mittelohrentzündung 165–166, 203–205, 218–219, 249, 268, 271, 283, 285, 288, 349
 - bei Kindern 394
- Mizellenbildung 335
- Modell, Inhaltsstoffe und Wirkungen 73
- Möhre 188
- Moleküle, Duft 30, 42
- Molekülgröße 31
- Monoterpene 193
- Monoterpenester 59
- Monoterpenketone 55, 64
- Monoterpenole 59, 61, 77, 117, 338
- Monoterpenoxide 66
- Monoterpenphenole 68–69
- Morgenmuffel 270, 401
- Moschus 46
- MRSA 112
- Mückenabwehr 163, 368
- Mückenstiche 280, 368
- Müdigkeit 63, 70, 98, 162, 195, 234, 249, 257, 273, 308, 400
 - leberbedingte 274
- Mundbeschwerden 361
- Mundflora 33
- Mundgeruch 361
- Mundmikrobiom 33, 362
- Mundpflege 123, 147, 203, 229, 242, 257, 264, 281, 361–363
 - im Krankenhaus 361
- Mundpflegemittel, biologisches 35
- Mundschleimhaut 32–34, 362, 377
- Mundschleimhautentzündung 218, 223, 238, 242, 275, 285
 - Aphthen 218, 275, 281, 361
 - Stomatitis 218, 223, 238, 242, 285
- Mundwasser 123, 346, 361, 377, 408
- Muskatellersalbei 54, 226, 423
- Muskelfaserriss 176
- Muskelkater 132, 151, 233, 272, 297, 381
- Muskelkrämpfe 186
- Muskelrheumatismus 219
- Muskelschmerzen 102, 151, 190, 199
- Muskelschwäche 98, 272
- Muskelverhärtungen 238, 272, 312, 314, 331
- Muskelverspannungen 142, 149, 162, 169, 187, 196, 201, 203, 228, 231, 246, 255, 260, 265, 272, 286, 291, 293, 303, 305, 351, 399
 - nervös bedingte 146, 148, 152, 203, 264, 401
- Muskelzerrungen 381
- Mutlosigkeit 62, 70, 129, 211, 252, 254, 283, 294
- Mykosen 152, 196, 374

Sachverzeichnis

- *Candida-albicans*- 144, 147, 152, 156, 195, 203, 207, 218, 223, 234, 242, 252, 264, 269, 271, 277, 285, 294, 296, 309, 376
- Myrrhe 228, 424
- Myrte 229
 - Anden 230, 424
 - Marokko 231, 424
 - Türkei 232, 344, 424
- Myrtus communis* 229–230, 424
 - CT Cineol 232
 - CT Myrtenylacetat 231
- N**
- Nachdestillation 51
- Nachtkerzenöl 322–323, 330
- Nacken- und Schulterverspannung-
gen 352
- Nagelbettentzündung/
-vereiterung 242, 373
- Nanaminze 233, 424
- Narben 209
- Narbenpflege 147, 183, 203, 205, 380, 409
 - nach Brustamputation 267
 - nach Brustkrebsoperation 380
 - nach Verbrennungen 189
- Narde 235, 425
- Nardostachys jatamansi 235, 425
- Nase 39, 41, 165
- Nasennebenhöhlenentzündung,
Stirn- und 151, 165, 218–219, 242, 249, 268, 288, 347
- Nasenöl 125, 348
- native Öle 325, 362
- Naturheilverfahren 25
- naturidentische Inhaltsstoffe 24, 52
- naturidentische Öle 52
- Nelkenblättersöl 238
- Nelkenknospen 236, 425
- Neokortex 82
- Neral 63
- Neroli 239, 344, 425
- Nerolihydrolat 339
- Neroliöl 407
- Nervenentzündungen 151, 203, 219, 224, 233, 264, 353
- Nervenschmerzen 278
- Nervensystem 28, 30, 36, 39, 64–65, 67, 324, 351, 404
 - enterisches 40
 - vegetatives 39, 129
 - zentrales 40
- nervös bedingtes Hautjucken 174
- nervöse Anspannung 136, 229, 298
- nervöse Erschöpfung 158–159
- nervöse Störungen 250
- Nervöser 108
- nervöses Hautjucken 211
- Nervosität 62, 184, 201, 223, 225, 251–252, 296
- Nervus
 - trigeminus 32, 46
 - vagus 81, 84
- Netzwerk Körper-Geist-Seele 40
- Neuralgien 151, 219, 353
- Neurodermitis 156, 183, 251, 328–330, 394
- Neurogastroenterologie 40
- neurotoxische Wirkung 55
- Neurotransmitter 39–40, 63, 65, 67, 69–70, 202, 274
- neurovegetative Dystonie 177, 218–219, 236, 240, 251
- Neuwagenspray 27
- Niaouli 241, 372, 425
- nichttrocknende Öle 323
- Nierenbeckenentzündung 386
- NK-Zellen 190
- Noradrenalin 70, 83
- Norovirus 244
- Notfallmischung 380, 409
- O**
- O (Sauerstoff) 78
- Oberhaut 87
- Obstipation 122, 139, 142, 194
- Ocimum
 - basilicum 141, 413
 - sanctum 141, 291, 432
- Ödeme 320, 388
- Oenothera biennis 330, 438
- Ohrschmerzen 203, 349, 394
- Ohrgeräusch (Tinnitus aurium) 353
- Ohrwickel 127
- Öl, Cellulite- 385
- Öldrüsen 48
- Öle
 - ätherische 48–49, 51–53
 - erwärmende 383
 - fette 114, 326, 437
 - Haltbarkeit 116
 - kühlende 383
- Olea europaea* 331, 438
- Oleander 217
- Oleum
 - melissae indicum 225
 - Wittnebianum 150
- olfaktorisches System 41
- Olibanum 299
- Olivenöl 323, 325, 331
- Ölsäure 322, 331
- Ölwickel 127
- Ölzilien 362–363
- OPC (Oligomeres Proanthocyanidin) 334
- Opiate 40
- Opiorphin 33
- optische Drehung 78
- ORAC-Wert 38
- orale Anwendung 32
- Orange 242, 426
- Orangendufterkennung 44
- Orangenhaut 385
- Oregano 244, 426
- Organe, Wirkung auf die 67, 128
- organische Verbindungen 53, 57
- Organismus, Wirkung auf den 30
- Origanum
 - majorana 56, 218, 422
 - vulgare 426
- Orsini, Flavia 239
- Osmanthus 246, 426
 - fragrans 246, 426
- östrogenähnliche Wirkung 168
- Otitis media 165–166, 174, 203–205, 218–219, 249, 268, 271, 283, 285, 288, 349, 394
- Oval, Modell zur Wirkung 73
- Ovula 32, 123, 378
- Oxidation 327
- Oxidationsprodukte 58–59
- Oxidationsverhalten fetter Pflanzen-
öle 323
- oxidativer Stress 98
- Oxide 59, 66
- P**
- Palmarosa 248, 426
- Palmitoleinsäure 329
- Pampelmuse 171
- Paper bark tree 280
- Parabene 33
- Paracelsus 27, 113, 224
- paradoxe Wirkung, Lavendelöl 201
- Paraffine 324
- Parasitenabwehr 267
- Parfüm 26–27, 276, 305
- Parfümerie 50, 134, 304–305
- Parfümzeitalter 27
- Parodontitis 34
- Parodontose 361
- Parodontosemischung 362
- Paronychie 373
- Parosmie 131
- Partnermassage 132
- Patchoulen 61
- Patchouli 249, 426
- Patientengespräch 106
- Pelargonium
 - asperum Typ Bourbon 265–266, 429
 - graveolens 266
 - odoratissimum 266

- roseum 266
 - Pellecuer, Jacques 285
 - Pénoël, Daniel 175
 - Pentadecanolid 137
 - Periodenkrämpfe 198
 - peripher 126, 130
 - perkutane Resorption 31
 - Persea americana 326, 437
 - Pertussis 242, 393
 - Perubalsam 51
 - Pest 136, 201, 269, 315
 - Pestizide 49, 115, 135, 199
 - Petit grain
 - Bigarade 251
 - Bitterorange 251, 427
 - Mandarine 252, 427
 - Petroläther 48
 - Pfeffer schwarz 254, 427
 - Pfefferminze 255, 427
 - Pfefferminzhydrolat 337, 339
 - Pfefferminzöl 347
 - Pfirsich 52
 - Pfirsichkernöl 330
 - Pflanzenart 50, 54
 - Pflanzendestillate 337
 - Pflanzenfamilie 108
 - Pflanzenheilkunde 102
 - Pflanzenname, botanischer 108, 115
 - Pflanzenöle 321, 323, 325, 334
 - fette 48, 321
 - Pflanzenqualität 51
 - Pflege 373
 - Aroma- 102, 372
 - häusliche 102, 130
 - Haut 102, 107, 136, 161, 169, 171, 177, 184, 188, 201, 207, 215–216, 229, 232, 240, 247, 264, 277, 280, 283, 288, 291, 299, 318, 324
 - Pflegecreme 395
 - Pflegeeinrichtung, Angst vor 404
 - Pflegekräfte 130
 - Pflegeöl 376, 380
 - Pflegestation 37
 - Pharyngitis, Aromatogramm 111
 - Phenol 53, 55, 59, 68
 - mineralisches 69
 - Phenylether 70
 - Phenylethylalkohol 72
 - Phenylpropan-Derivate 69, 71
 - Phenylverbindungen 68
 - Pheromoncharakter 45–46, 73, 181, 223, 250, 276, 293
 - Pheromone 45–46, 58
 - Phlebitis 176, 242, 297
 - Phlegmatiker 108
 - Phospholipidschicht der Zellen 31
 - pH-Wert 338
 - physiologische Dosierung 113
 - Phyto-Aromapflege 104
 - in Kliniken 103
 - Phyto-Aromatherapie 24, 28
 - Phytol 61
 - Phytosterole 323–324
 - Phytotherapie 24–25
 - Pickel 369
 - Pigmentflecken 57, 146
 - Pilze 37, 70, 123, 206, 242, 376, 384
 - Pilzerkrankungen 174, 376
 - Piment 141
 - Pimenta racemosa 141, 413
 - Pimpinella anisum 138, 413
 - Pinen 190
 - Pinene 259
 - Pinocarvon 164
 - Pinus
 - cembra 192
 - mugo 192
 - var. mugus 198, 420
 - nigra var. laricio 192
 - pumilionis 198, 420
 - sylvestris 189, 192, 419
 - Piper nigrum 254, 427
 - Piperin 254
 - Pischinger, Alfred 94
 - Platearius, Matthaeus 205
 - Plumeria acutifolia 169, 417
 - Pneumonie 207, 288
 - chemische 55
 - Pogostemon cablin 249, 426
 - Poleiminze 115
 - Polianthes tuberosa 290, 432
 - Polyarthritis 218
 - Polyterpene 59
 - Pomeranze 239, 243, 251
 - Po-Pflege 395
 - Pottwal 328
 - präfrontaler Kortex 81, 83
 - prämenstruelles Syndrom (PMS) 152, 162, 177, 184, 188, 196, 228, 255, 264, 269, 277, 307, 314, 384
 - Preisunterschiede 114
 - Produktparfümierung 27
 - Prophylaxemischung 363
 - Propolistinktur als Emulgator 126
 - Prostaglandine 38, 63, 70
 - Prostaglandinsynthese 38, 304
 - Provitamin A 324, 333
 - Prozentangaben der Inhaltsstoffanteile 54, 327
 - Prüfungsangst 215, 218, 248, 261, 404
 - Prunus amygdalus var.
 - amara 330
 - dulcis 329–330
 - Pseudo-Allergie 56
 - Pseudotsuga menziesii 192
 - Psoriasis 156, 189, 223, 236
 - vulgaris 370
 - psychische
 - Beschwerden 399
 - Wirkung 406
 - Psychoneuroimmunologie (PNI) 40, 410
 - psychosomatische Beschwerden 61, 399
 - Pubertätskrisen 129, 172, 203, 307, 311, 398
 - Pulegon 57
 - Pulsrasen 355
- Q**
- Qualität der Öle 114
 - Quarkauflage 391
 - Quinta essentia 27, 47
- R**
- Radikalfänger 36, 38, 135, 214
 - Radiotherapie 372
 - raffinierte Öle 325, 327
 - Rapsöl 323, 325, 331
 - Rasenkamille 183
 - Räucherwerk 26, 275, 279
 - Raumbeduftung 30, 109, 124, 405
 - im Krankenhaus 124
 - Raumdesinfektion 158–159, 209
 - Raumluftdesinfektion 142, 172, 212, 214, 258, 261, 288, 302–303, 314, 316
 - Ravensara
 - anisata 259
 - (aromatica) 259
 - Ravintsara 257, 259, 427
 - reaktionsfreudig 63, 322
 - reaktionsträge 322
 - reflektorisch 31
 - reflektorische Wirkung 32
 - Reflexzonen 31, 127–128
 - Regelblutung
 - ausbleibende 228
 - schmerzhaft 228, 236, 277, 296
 - Reifeprozess 116
 - Reise 123, 359, 380
 - Reisefieber 138
 - Reisekrankheit 365
 - Reizbarkeit 63, 70, 252
 - Reizdarm 364
 - Reizhusten 46, 138–139
 - Reizmagen 364
 - Reizwirkung 31, 57, 118
 - auf die Haut 31
 - auf die Schleimhäute 32
 - Rekonvaleszenz 163, 190, 199, 211–212, 214, 216, 260, 270–271, 303, 316

Sachverzeichnis

- rektale Anwendung 32, 123
rektifizierte Öle 52
Remmal, A. 112
Reparaturmechanismus der Haut-
zellen 36, 61
Resinoid 49
resistente Keime 258
Resorption 32
– perkutane 31
– physiologische 31
– schnelle 123
– über die Haut 31
– über die Schleimhäute 32
– von Hämatomen 39
Revitalisierung 400
Rezeptoren 41–42
– GABA-Rezeptoren 65
– Riechrezeptoren 42
Rezeptorproteine 37
Rezepturen variieren 109
rheumatische Beschwerden 151–152,
163, 186, 198, 211, 221, 231, 233,
238, 244, 255, 260, 271, 290, 301,
305, 314, 320, 382
Rhinitis 61, 207
– allergica 349
Rhododendron 259, 428
– anthopogon 259, 428
Riechen 30, 41
Riechepithel 41
Riechhirn 41, 44
Riechrezeptoren 42
Riechstoffe 173
– Vielfalt 59
Riechstreifen 109
Riechtraining 131
Riechzellen 41
Riesentanne 192, 260, 428
Ringelblume 334
Rolletikett 55
Rosa
– centifolia 264
– damascena 262, 264, 428
– gallica 264
– mosqueta 327, 437
– rubiginosa 263, 327, 437
Rose 262
– Absolue 72, 264, 428
Rosendestillat 262, 428
Rosenernte 262
Rosengeranie 77, 265, 429
Rosenholz 267, 429
Rosenhydrolat/-wasser 262, 338–339
Rosenöl 262
– Wild- 327
Rosmarin 269
– Cineol 269–270, 429
– Kampfer 269, 429
– Verbenon 269, 273, 429
Rosmarinus officinalis 108, 269
– CT 1,8-Cineol 270, 429
– CT Kampfer 271, 429
– CT Verbenon 273, 429
Rotöl 335
Rötung der Haut 378
Rovesti, Paolo 28
rück. (rückstandskontrolliert) 115
Rückenmassage 131
Rückenschmerzen 260, 381, 401
Ruhemembranpotenzial der Sinnes-
zellen 42
- S**
Sadebaum 115
Safrol 259
Sahne als Emulgator 126
Salbe
– Haltbarkeit 107
– medizinische 31, 56
Salbei 64, 274, 430
– Garten 226, 274
– Hydrolat 338
– Tee 274
Salböle 26
Salvia
– lavandulifolia Val ssp.
Lavandulifolia 421
– officinalis 226–227, 274, 430
– sclarea 226, 423
SAM-Achse 83
Sanddornfruchtfleischöl 323
Sanddornöl 331, 371
Sandelholz 45, 275–276, 430
– ostindisches 135, 276
– Westindisches 135
Sanguiniker 108
Santalal 63
Santalol 61, 276
Santalum album 275–276, 430
SARS-CoV-2 345
Sassafras 115, 217
Sättigungsgrad 322, 337
Satureja montana 148, 414
Sauerstoffkontakt 60, 115, 323
Säuglings- und Kinderpflege 189
Sauna 132
Säuren, aromatische 72–73
Säureschutzmantel 370, 385
Scabies 238, 249, 281, 369, 394
Schafgarbe 277, 430
Schalen, Frucht 48–49, 134, 213
Schältrummel 50
Scharfstoffe 176–177
Schaufensterkrankheit 357
Scheideninfektion, Aromato-
gramm 111
- Scheidenspülung 378
Schlaf 401
Schlafmittelverbrauch 130
Schlafstörungen 102, 136, 146, 148,
181, 203, 211, 219, 232, 236, 252–
253, 264, 277, 290, 294, 296, 311,
380, 386, 399, 401
– bei Kindern 138, 141, 221, 225,
398
schlecht durchblutete Haut 158–159
Schleimhaut, Wirkung über die 30–
31, 37, 40, 80
Schleimhautentzündungen 183
Schleimhautpflege 33
schleimhautschonende Verabrei-
chung 32
schleimverflüssigend 64, 66, 204–
205, 207, 232, 258, 274, 287, 309
Schmerz- und Antistress-
Mischung 380
Schmerzen 103, 331, 348, 357, 366–
367, 382, 407
– chronische 67, 71–72, 153–154,
202, 289–290, 294, 307
schmerzlindernde Massageöle 353
schmerzlindernde Mischung 376
Schmerzlinderung 129
schmerzstillende Wirkung 38, 264
schnelle Hilfe 123, 345–347, 349,
352, 354, 357, 365–366, 373, 375,
379–380, 388, 394, 396, 401, 403–
404
Schnupfen 28, 61, 169, 176, 189–
190, 199, 207, 219, 223–224, 278,
308, 311, 320, 345–347, 349–350
Schock 407
Schopflavendel 55, 64, 204, 421
Schorf 218
Schreibaby 396
Schulstress 397
Schulterverspannungen 352, 381
Schuppenflechte 156, 189, 223, 236,
370
Schürfwunden 396
Schwächezustände 70, 149, 237–
238, 246, 303, 312
Schwangerschaft 129, 235, 318, 355,
387
– Massagen 389
– Warnhinweise 318
Schwangerschaftsstreifen 148, 203,
240, 264, 311, 389
Schwangerschaftsübelkeit 172, 214,
221, 240, 244, 257, 271, 388
Schwarzkiefer 192
Schweißgeruch 144
Schwellungen 368, 382
Schwertlilie 178

- Sclareol 61
 Seekrankheit 365
 seelische Beschwerden 399, 402
 seelische Erschöpfung 174
 seelische Kälte 171
 seelische Müdigkeit 186
 seelisches Bauchweh bei Kindern 141, 225, 311, 397
 seelisches Trauma 156, 184, 240, 248, 291
 seelisches Ungleichgewicht 136, 169, 223, 299
 Sehnenscheidenentzündung 272, 278, 285
 Sekretion 32, 39, 254
 sekretolytische Wirkung 38
 sekretomotorische Wirkung 38
 sekundäre Pflanzenstoffe 99
 Selbstbehandlung 102, 107
 – Grenzen 103
 Selbstheilungskräfte 25, 36, 102–103, 338, 410
 Selbstvertrauen, mangelndes 138, 156, 171, 221, 261, 402
 Senioren 363
 Serotonin 40, 65, 67, 70–71, 202
 Sesamol 323, 332, 334, 362
 Sesamum indicum 332, 439
 Sesquiterpenaldehyde 63–64
 Sesquiterpenalkohole 61
 Sesquiterpene 37, 56, 58–61, 76, 338
 Sesquiterpenester 67
 Sesquiterpenfuran 67
 Sesquiterpenketone 64–66
 Sesquiterpenole 61–62
 Sesquiterpenoxide 66–67
 Sexuallockstoffe 45–46
 Shampoo 370–371
 Sheabutter 48, 107, 333, 440
 Sibirische Tanne 192
 Sicherheit 54–55
 Sicherheitshinweise 55
 Signalstoffe 45, 195
 Simmondsia chinensis 328, 437
 Sinensal 63, 76
 Sinneshärchen 41
 Sinusitis 151, 165, 218–219, 242, 249, 268, 288, 347
 – Aromatogramm 111
 Sitzdampfbad 125, 386, 390
 Skabies 280, 311
 Skabiesmilben 369
 Solarenergiekondensat 47
 Solarium 57
 Solubol 126, 335
 Sonnenblumenöl 333–334, 362
 Sonnenbrand 203, 379
 Sonnenschutz 189
 Soor, Mundschleimhaut 377, 408
 Spanischer (Wald-)Majoran 108, 287
 Spannungskopfschmerzen 147, 352
 Spartium junceum 170, 417
 Speichel 33
 Speiklavendel 108, 199, 205, 421
 Spermidin 45
 Spermien 385
 Sportverletzungen 257, 272, 382
 Spülung, Wirkung 30
 Spurenelemente 323–324
 standardisierte Öle 52
 Stearidonsäure 328
 Sterbebegleitung 264–265, 267, 405
 Steroide 58
 Stillzeit 391
 Stimmritzenkrampf 55
 stimmungsaufhellend 62, 71, 139, 145, 156, 160, 172, 177, 181, 196, 214, 218, 221, 226, 232, 236, 238–240, 250, 252, 255, 265, 274, 283, 289, 296, 303, 307, 310, 316–317, 360, 380, 387, 391, 404
 stimmungsaufhellende Mischung 393
 Stimmungsschwankungen 108, 129, 247, 252, 277, 319–320, 386–387
 Stirn- und Nasennebenhöhlenentzündung 151, 165, 218–219, 242, 249, 268, 288, 347
 Stofftransport, carriervermittelter 30
 Stoffwechsel 37, 45, 322–323
 Stoffwechselprodukte 48, 78, 321
 Stomapflege 144, 189, 201, 203, 242, 267, 372
 Stomatitis 218, 223, 238, 242, 285
 Storax 279
 Strahlentherapie 332, 407
 Stress 46, 61–63, 83, 86, 123, 127, 144, 148, 152, 168, 171, 174, 177, 181, 184, 202, 223, 228, 240, 247, 251, 253, 264–265, 267, 269, 272, 277, 280, 290, 293–294, 296, 307, 314, 364, 399–401
 – akuter 83
 – der sich auf die Atmungsorgane schlägt 169
 – oxidativer 98
 – Schul- 397
 – unkontrollierbarer 83
 Stressabbau 86
 Stressachse 84
 stressbedingte Beschwerden 209
 Stresshaut 267
 Stressreaktion 83
 Striae gravidarum 389
 Strohlblume, Gelbe 174
 Strukturformel 68, 78
 Styrax 279, 430
 – tonkinensis 143, 413
 Subkutis 87
 Substanzen, extrazelluläre polymere 111
 Suchterkrankungen 172, 236, 240, 251, 264, 296, 307, 311, 403
 Summenformel 78
 Superarnika 175
 Suppositorien 32, 123, 239, 346, 349
 Surfactant-ähnlicher Effekt 66
 süßes Mandelöl 330
 Symbiose 89, 97
 symptomatische Behandlung 28
 Symptome 106–107, 342
 Synergieeffekt 117
 synthetische Inhaltsstoffe 51–52
 synthetische Öle 52
 Syzygium aromaticum 236, 425
- T**
 Tachykardie, funktionelle 355
 Talgdrüsenproduktion 330, 369
 Tamponmischung 377
 Tampons 30
 Tanne
 – Riesentanne 428
 – Weißtanne 433
 Taschentuch beträufeln 104, 124, 345, 352, 403–404
 Tea-Tree 280, 431
 Teddybär-Öl 397
 Tee 408
 Teebaum 280
 – Neuseeländischer 221
 Temperatur, Aufbewahrung 115
 Temperaturhöhe 126
 Terpene 58
 Terpenester 67
 Terpengruppen 59
 Terpenketone 64
 Terpenkörper 58
 Terpenoxide 66
 Terpinen-4-ol 282
 Terpinylacetat 67
 Tetraterpene 59
 Therapeuten 52, 124
 Therapierende 118
 Therapierichtung, besondere 25
 Thuja 56, 319
 Thujon 56–57, 64, 338
 Thymian 54
 – Carvacrol 69
 – Linalool 282, 431
 – mastichina 287, 431
 – Thujanol 284, 431
 – Thymol 69, 285, 431
 Thymianhydrolat 338
 Thymiansäure 68

- Thymol 68
 Thymus mastichina 56, 108, 287, 431
 Thymus vulgaris 54, 282
 – CT Linalool 54, 282, 431
 – CT Thujanol 54
 – CT Thujanol-4 431
 – CT Thymol 54, 285, 431
 – Thujanol-4 284
 Tierdüfte 46
 Tierversuche 56
 Tight Junction 89
 Tinnitus aurium 353
 Tinnitus-Massageöl 353
 Tocopherol 324
 Todesangst/Sterbebegleitung 405
 Tonerde 339
 Tonka 288, 432
 Trägeröle 114, 343
 – Haltbarkeit 116
 Trägerstoffe 126
 Traubenkernöl 322–323, 334
 Trauer 247, 249, 252, 280, 290, 294, 311, 405
 Trauma 39, 405
 – seelisches 156, 184, 240, 248, 291
 Traurigkeit 69, 134, 252, 254, 402
 Trennungsangst 311, 404
 – bei Kindern 398
 Trichomonaden-Infektionen 385
 Trigemini 32, 46
 Triglyceride 321
 Triketone 66
 Trilinolein 333
 Triterpenalkohole 324, 333
 Triterpene 59
 trocknende Öle 323
 Tropfen(-größe) 113
 Tuberkulose 206
 Tuberosa 290, 432
 Tücher (Wickel-) 126
 Tulsi 291, 432
 Tumor, Bestrahlungsprophylaxe 372
- U**
 Übelkeit 246, 257, 365, 408
 – postoperative 257
 – Schwangerschafts- 172, 214, 221, 240, 244, 257, 271, 388
 Überempfindlichkeit 107
 Ulcus cruris 156, 161, 201, 203, 223, 242, 280–281, 356
 Ulzera 301
 Umkehrereffekt 220–221, 271
 Umschläge
 – bei Milchstau 391
 – bei Verbrennungen 379
 – bei Zahnschmerzen 362
 – kalte 126
- Ungarisches Wasser 27
 ungesättigte Fettsäuren 322
 Unruhe 171, 184, 223, 229, 232, 252
 Unruhezustände 253
 – kindliche 396
 unsachgemäße Anwendung 57
 unsachgemäße Lagerung 60, 338
 Unterbewusstsein 82
 Unterhaut 87
 Unterschenkelgeschwür 156, 161, 201, 203, 223, 242, 280–281, 356
 Untersuchung 106
 Unverträglichkeitsreaktionen 51
 Urogenitalbereich
 – Entzündungen 162–163
 – Pilze 242
 Ursache der Beschwerden 36, 107, 342
 Uteruskontraktion 57
- V**
 Vaginalbereich
 – Entzündungen 264
 – Infektionen 385
 Vaginalpilz 228, 234, 249, 267, 281, 283, 377, 385
 Vaginalschleimhaut 234, 386–387
 – trockene 123
 Vaginalzäpfchen 32, 123, 285, 378
 Valeranon 64
 Valnet, Jean 270
 Vanilla
 – fragrans 293, 432
 – planifolia 293, 335, 432
 Vanille 293, 432
 – Öl 334
 Vanillemazerat, Herstellung 335
 Vanilleöl 335
 Vanillin 46, 293
 Varikose 355
 Varizellen 225, 258, 395
 Varizen 236, 251, 355
 Vaseline 324
 vegetatives Nervensystem 36, 39
 Veilchenblätter 153
 Veilchenblüten 247
 Veilchenwurzeln 178
 Venedig 27
 Venenentzündung 176, 242, 297
 Veneninsuffizienz 355–356
 venöse Erkrankungen 355
 Verbenalin 318
 Verbene 316
 Verbindung, chemische 321
 Verbrennungen 176, 201, 203, 207, 257, 378–379
 – Narbenpflege 189
- verdauungsfördernde Wirkung 39, 138
 Verdauungsorgane, Entzündungen 194
 Verdauungsstörungen 139, 142, 177, 196, 198, 318
 Verdauungssystem 40, 361
 Verhornung 324, 329, 333, 370
 Verletzungen 155–156, 176, 179, 201, 203, 240, 333, 378, 380
 Verrenkungen 278
 Verschlucken 55
 Verschluss, kindersicherer 55
 verschnittene Öle 185
 Verspannungen 230, 352, 355, 381
 Verstopfung 168, 357, 364
 Verträglichkeitstest 111
 Vetiven 61
 Vetiver 61, 124, 294, 432
 Vetiveria zizanioides 294, 432
 Vetiveron 66
 Vielstoffgemisch 37, 50, 56–57
 Vier-Winde-Öl 397
 Viren 37–38, 70, 206, 211, 234, 237, 248, 257, 302, 346
 Virginawacholder 192, 433
 viruzid 38
 viszerale Bahnen 38
 Vitamin E 324, 331, 333
 Vitamin F 323
 Vitamine 324, 334
 Vitis vinifera 334, 440
 Vollbad 125, 345, 347, 365, 368, 383, 387, 397
 Völlegefühl 64, 70, 168, 198, 237–238, 364
 Vomeronasal-Organ 45
 Vorratsmischungen 118
- W**
 Wacholder 192
 – Virginia- 298, 433
 Wacholderbeere 296, 432
 Wacholderbeeröl 296
 Wacholderöl 296
 Wacholderzweige 296
 Wachs, Pflanzen- 179, 328
 Wachstumsbedingungen 50
 Wadenwickel 127, 344
 Wahl der
 – Anwendungen 122
 – Öle 108, 110, 405
 Walrat 328
 Wanzenkraut 193
 Wärmeschutz 115
 Warnhinweise 54
 – falsche 56
 – sinnvolle 57

- Waschungen 102, 126, 387
 Wässer, gebrannte 27, 337
 Wasseransammlung
 in den Beinen 203, 388
 Wasserdampfdestillation 26, 49
 wasserlöslich 335
 Wasserminze 146
 Wassernabel, Indischer 334
 Wasserstoffatome 58, 68
 Wechseljahrsbeschwerden 386
 Wehenöl 390
 Weihrauch 299
 – arabisch 300, 433
 – indisch 301, 433
 Weingeist 289
 Weingeistzusatz 115
 Weinraute 115
 Weiß, R. F. 25
 Weißtanne 192, 302, 433
 Wellness 102
 Weltkriege 27
 Wespenstiche 368
 Wetterfühligkeit 352
 Wickel 102, 123
 – Brust- 344, 348
 – feuchte 126
 – Hals- 347
 – heißer 126
 – kühler 127
 – Leber- 366
 – Öl- 127
 – schnelle Hilfe 394
 – warmer 127
 Wildrosenöl 327
 Windeldermatitis 174, 249, 269, 283,
 371, 377, 395
 Windpocken 147, 203, 225, 242,
 258, 264, 267, 395
 Winterdepression 71–73, 138, 146,
 171, 318, 402–403
 Wintergrün 304, 433
 Wirkstoffgehalt, geringer 338
 Wirkung 30
 – Inhaltsstoffe 53
 – paradoxe 201
 Wirkungsspektrum 50–51, 70, 201
 Wissenschaft, frühe 26
 Wochenbettdepression 265, 391
 Wochenfluss 148, 203, 281, 390
 Wohlfühlmischungen 144, 170, 179,
 188, 226, 387, 404
 Wohlfühlöl 169
 wohlthuende Mischung 394
 Ws (Wildsammlung) 115
 Wundbehandlung 382, 396
 Wunden 147, 175–176, 201, 203,
 234, 256–257, 274, 281, 334, 379–
 380
 – bei Kindern 396
 – schlecht heilende 160–161, 205,
 278, 280, 332
 Wundliegen 371
 – Prophylaxe 136, 144, 156, 161,
 174, 189, 195, 201, 203, 215, 223,
 229, 242, 249, 267, 269, 280–281,
 283
 Wundreiben 371, 377
 – Prophylaxe 136, 144, 156, 161,
 174, 189, 194, 223, 229, 242, 249,
 267, 269
 Wurzelöle 138, 403
 Würzen mit ätherischen Ölen 132
- X**
 Xenobiotika 96
- Y**
 Ylang Ylang 305
 – extra 307, 434
 – komplett 307, 434
 Ysop
 – decumbens 308, 434
 – officinalis 309
- Z**
 Zahnbeschwerden 361
 Zahnersatz 364
 Zahnfleischbluten 361
 Zahnfleischentzündung 35, 165–166,
 277, 281, 361
 Zahnfleischnschwind 361
 Zahnpflege 362
 Zahnpflegemittel
 – biologisches 35
 – konventionelles 34
 Zahnprothesenträger 361
 Zahnschmelz 33
 Zahnschmerzen 238, 277, 361–362
 Zahnspongenträger 361
 Zahnungshilfe 178
 Zäpfchen 32, 123, 239, 346, 349
 Zappelphilipp 129, 397
 Zedernholz 192, 309, 434
 Zellgedächtnis 31
 Zellkern 97
 zellmembranstabilisierende Wir-
 kung 37, 310
 Zellmörtel 107, 324–325, 333
 Zibet 50
 Ziel der Behandlung 122
 Zilien 41
 Zimt 27, 107, 314
 – Ceylon 151, 313
 Zimtaldehyd 69
 Zimtblätter 311, 435
 Zimtkassie 151
 Zimtrinde 313, 435
 Zingiber officinalis 176, 418
 Zingiberen 60
 Zirbelkiefer 192
 Zitrone 314, 435
 Zitroneneukalyptus 162
 Zitronengras, Indisches 211
 Zitronenmelisse 223
 Zitronenminze 146
 Zitronenstrauch 316
 Zitronenverbene 435
 Zitrusöle 50, 71, 116, 118, 134
 Zubereitung 25, 113
 Zutaten 343
 Zypresse 192, 318, 436
 Zystitis 221, 244
 Zytokine 33, 89

Rezepturenverzeichnis

A

- Akne
 - entgiftende Maske 370
 - Haarshampoo 370
 - Hautpflegecreme, Reinigung und Pflege 370
 - Reinigung und Desinfektion
 - Gesichtswasser 370
 - Kompresse 370
 - Waschung 370
- allergischer Schnupfen
 - Akuthilfe 350
 - Langzeitbehandlung 350
- Angina
 - feuchter Halswickel 347
 - Mundwasser
 - Einnahme 346
 - Gurgeln 346
 - Öl-Halswickel 347
- Angst vor Krankenhaus und Pflegeeinrichtung, Wohlfühlmischung
 - Duftschale und -stein 404
 - schnelle Hilfe 404
- Antriebschwäche, zur Revitalisierung
 - Badezusatz 400
 - Duftlampe 400
 - Körperöl 400
- Arthritis urica, Angelika-Körperöl 383
- Asthma bronchiale, entspannende Mischung
 - Duftlampe 350
 - Körperöl 350

B

- Bauchschmerzen
 - entkrampfende Mischung
 - Körperöl 365
 - Vollbad 365
 - schnelle Hilfe, Einreibung 365
 - Vier-Winde-Öl für Babys und Kleinkinder, Bauchmassage 397
- Beine, schwere, Massageöl, Einreibung 359
- Bestrahlungsprophylaxe
 - Nachsorge 372
 - Vorbeugung 372

- Bindehautreizung, erfrischende Augenkomresse 367
- Blähungen
 - entblähendes Massageöl, Massage 364
 - Vier-Winde-Öl für Babys und Kleinkinder, Bauchmassage 397
- Blasenentzündung
 - Blasenauflage 386
 - Sitzdampfbad 386
- Blutdruck, hoher, entspannendes Körperöl, Massage 355
- Blutdruck, niedriger
 - Duschsalz 354
 - schnelle Hilfe
 - Einnahme 354
 - Riechfläschchen 354
- Bluterguss, schnelle Hilfe 380
- Bronchialerkrankung, Brustöl 117
- Brustentzündung
 - Lavendel-Umschlag 391
 - Quarkauflage zur Regulierung des Milchflusses 391
- Burnout vorbeugen, entspannend bei Stress
 - Badezusatz 400
 - Duftlampe 400
 - Fußbad 400
 - Körperöl 400

C

- Cellulite, Celluliteöl, Massage 385
- Claudicatio intermittens, Angelika-Körperöl, Einreibung 358
- Cystitis
 - Blasenauflage 386
 - Sitzdampfbad 386

D

- Dekubitus, Hautpflegeöl 371
- depressive Verstimmung
 - Hilfe bei Kummer
 - Badezusatz 402
 - Duftlampe 402
 - Körperöl 402
 - Licht im Alltag
 - Duftlampe 403

- schnelle Hilfe 403
- Dermatitis glutealis, Körperöl 377
- diabetischer Fuß, Fußpflegeöl 375

E

- Eczema atopicum, Pflegecreme 395
- Empfindsamkeit, große
 - Angelika-Mischung, Duftlampe 402
 - Mimosen-Mischung
 - Badezusatz 402
 - Massageöl 402

F

- Fieber, fiebersenkende Öle
 - Brustwickel 344
 - Stirnkomresse 344
 - Wadenwickel 344
- Fieberbläschen auf den Lippen, Anti-Herpes-Öl
 - Grundmischung 375
 - schnelle Hilfe 375
- Flatulenz, entblähendes Massageöl, Massage 364
- Fußpilz, Fußpilzöl 374
- Fußschweiß, Fußbad 374

G

- Gallenprobleme, Leberwickel, heißer Wickel 366
- Geburt
 - Duftlampe
 - Entspannung 390
 - wohltuende Raumatmosphäre 390
 - Wehenöl, Massage 390
- Geburtsvorbereitung, Dammassage 389
- genitale Kandidose
 - Tamponmischung 377
 - Vaginalzäpfchen (Ovula) 378
 - Waschung 378
- Gicht, Angelika-Körperöl 383
- grippaler Infekt
 - Abwehr in letzter Minute, schnelle Hilfe 346
 - Grippezäpfchen 346

Grippevorbeugung, Erkältungsprophylaxe
 – Duftlampe 345
 – schnelle Hilfe 345
 – Vollbad 345
 Gürtelrose, schmerzlindernde Mischung
 – Aerosolspray im Akutfall 376
 – Körperöl zur Nachsorgebehandlung 376

H

Halsschmerzen
 – feuchter Halswickel 347
 – Mundwasser
 – Einnahme 346
 – Gurgeln 346
 – Öl-Halswickel 347
 Hämatom, schnelle Hilfe 380
 Hämorrhoiden, schnelle Hilfe, Einreibung 357
 Haut, rissige und aufgesprungene, wohltuende Pflege
 – Fußbad 373
 – Handbad 373
 – Pflegecreme 373
 Hautentzündung, schnelle Hilfe, kalte Kompresse 367
 Hautjucken
 – beruhigendes Körperöl, Einreibung 368
 – entspannendes, nervenstärkendes Bad, Vollbad 368
 Herpes genitalis, Pflegeöl 376
 Herpes labialis, Anti-Herpes-Öl
 – Grundmischung 375
 – schnelle Hilfe 375
 Herpes zoster, schmerzlindernde Mischung
 – Aerosolspray im Akutfall 376
 – Körperöl zur Nachsorgebehandlung 376
 Herzangst, Herzsalbe
 – Duftlampe 405
 – Einreibung 405
 Herzbeschwerden, Herzöl
 – Duftlampe 355
 – Massage 355
 Heuschnupfen
 – Akuthilfe 350
 – Langzeitbehandlung 350
 Husten
 – Grundmischung
 – Brustöl 348
 – Brustwickel 348
 – Duftlampe 348
 – Inhalation 348
 – Hustenzäpfchen 349

Hypertonie, entspannendes Körperöl, Massage 355
 Hypotonie
 – Duschsalz 354
 – schnelle Hilfe
 – Einnahme 354
 – Riechfläschchen 354

I

Insektenstich
 – Antimückenöl, Körperöl 368
 – Duftlampe zur Mückenabwehr 368
 – erste Hilfe 368
 Intertrigo, Hautpflegeöl 371

K

Kater, Massageöl
 – Kopfmassage 352
 – schnelle Hilfe 352
 Keuchhusten, stimmungsaufhellende Mischung
 – Brustöl 393
 – Duftlampe 393
 – Inhalation 393
 – Luftbefeuchtung 393
 Konzentrationsschwierigkeiten, für geistige Fitness, Duftlampe 400
 Kopfhautekzem, Shampoo 371
 Kopfläuse, Haarkur für Kinder und Erwachsene
 – Erstbehandlung 393
 – Läuseshampoo 393
 Kopfschmerzen
 – entspannende Mischung
 – Duftlampe 352
 – Fußmassage 352
 – regenerierendes Bad 352
 – schnelle Hilfe 352
 – wohltuende Mischung für Kinder
 – Duftlampe 394
 – Massageöl 394
 Krampfadern, Körperöl, Einreibung 356
 Krätze, Anti-Scabies-Öl 369
 künstlicher Darmausgang, Hydrolat-Mischung, Aerosolspray 373

L

Leber, belastete, Leberwickel, heißer Wickel 366
 Lochien, desinfizierendes Sitzdampfbad 390
 Lymphstau nach Brustamputation, Lymphmassageöl, Einreibung 360

M

Magenschmerzen
 – entkrampfende Mischung
 – Körperöl 365
 – Vollbad 365
 – schnelle Hilfe, Einreibung 365
 Mastitis
 – Lavendel-Umschlag 391
 – Quarkauflage zur Regulierung des Milchflusses 391
 Menstruationsbeschwerden, schmerzlinderndes Körperöl, Massage 384
 Meteorismus, entblähendes Massageöl, Massage 364
 Milchstau
 – Lavendel-Umschlag 391
 – Quarkauflage zur Regulierung des Milchflusses 391
 Mittelohrentzündung, schnelle Hilfe
 – Erwachsene 349
 – Kinder 394
 Morgenmuffel, schnelle Hilfe, Riechfläschchen 401
 Müdigkeit, zur Revitalisierung
 – Badezusatz 400
 – Duftlampe 400
 – Körperöl 400
 Mundpflege
 – desinfizierendes Mundwasser
 – Aphthen 361
 – Erkältungszeit 361
 – tägliche Mundpflege 361
 – Zahnfleischbluten 361
 – Zahnschmerzen 361
 – Ölziehen
 – Prophylaxemischung 363
 – Unterstützung in der Krebstherapie 363
 – Parodontose
 – Mundpflege 362
 – Umschlag bei Zahnschmerzen 362
 – Zahnfleischstärkung 362
 Muskelkater, Anti-Muskelkater-Mischung
 – Badezusatz 381
 – Körperöl 381
 Muskelverspannung, nervös bedingte, abendliches Entspannungsprogramm
 – Bad 401
 – Massage 401
 Muskelzerrung, Anti-Muskelkater-Mischung
 – Badezusatz 381
 – Körperöl 381

Rezepturenverzeichnis

N

- Nagelbettentzündung, schnelle Hilfe 373
- Narbenpflege, Pflegeöl, Massage 380
- Nasennebenhöhlenentzündung, befreiendes Nasenöl 348
- Nervenentzündung, schmerzlinderndes Massageöl
 - Gesicht 353
 - Körper 353
- Neuralgie, schmerzlinderndes Massageöl
 - Gesicht 353
 - Körper 353
- Neurodermitis, Pflegecreme 395

O

- Ohrgeräusche, Massageöl 353
- Otitis media, schnelle Hilfe
 - Erwachsene 349
 - Kinder 394

P

- Paronychie, schnelle Hilfe 373
- Pertussis, stimmungsaufhellende Mischung
 - Brustöl 393
 - Duftlampe 393
 - Inhalation 393
 - Luftbefeuchtung 393
- Prüfungsangst, entspannende Mischung
 - akute Hilfe bei Prüfungen 404
 - Duftlampe 404
 - Körperöl 404
- Psoriasis vulgaris, Hautpflegecreme 371
- Pubertätskrise, Duftlampe für eine entspannte Atmosphäre 398

R

- Radiotherapie
 - Nachsorge 372
 - Vorbeugung 372
- rheumatische Beschwerden
 - erwärmendes Öl
 - Badezusatz 383
 - Fußbad 383
 - Handbad 383
 - Körperöl 383
 - Vollbad 383
 - kühlendes Öl 383
- Rhinitis allergica
 - Akuthilfe 350
 - Langzeitbehandlung 350
- Rückenschmerzen, entspannendes Massageöl 382

S

- Scabies, Anti-Scabies-Öl 369
- Schaufensterkrankheit, Angelika-Körperöl, Einreibung 358
- Schlafstörungen
 - für guten Schlaf
 - Bad 401
 - Duftlampe 401
 - Massage 401
 - Gute-Nacht-Mischung für Kinder
 - Duftlampe 398
 - Massageöl 398
 - Mischung gegen Trennungsangst
 - Duftlampe 398
 - Massage 398
 - schnelle Hilfe für unterwegs 401
- Schnupfen
 - Grundmischung
 - Duftlampe 347
 - Inhalation 347
 - Vollbad 347
 - schnelle Hilfe für die Nacht 347
- Schnupfen, allergischer
 - Akuthilfe 350
 - Langzeitbehandlung 350
- Schreibaby, Rosen-Körperöl
 - Bauchmassage 396
 - Ganzkörper-Massage 396
- Schuppenflechte, Hautpflegecreme 371
- Schwangerschaftsstreifen, Körperöl zur Vorbeugung, Massage 389
- Schwangerschaftsübelkeit
 - Anti-Schlecht-Mischung
 - Badezusatz 388
 - Duftlampe 388
 - Körperöl 388
 - schnelle Hilfe
 - Einnahme 388
 - Riechfläschchen 388
- schwere Beine, Massageöl, Einreibung 359
- seelisches Bauchweh bei Kindern, Teddybär-Öl
 - Bauchmassage 397
 - Duftlampe 397
 - Vollbad 397
- Selbstvertrauen, mangelndes
 - Angelika-Mischung, Duftlampe 402
 - Mimosen-Mischung
 - Badezusatz 402
 - Massageöl 402
- Sonnenbrand, After Sun, schnelle Hilfe 379
- Soor, Mundschleimhaut, Mundwasser 377
- Spannungskopfschmerzen, Massageöl
 - Kopfmassage 352

- Körperöl 352
- schnelle Hilfe 352
- Sportverletzung
 - Hilfe bei Schwellungen, kühlender Umschlag 382
 - Wundbehandlung 382
- Sterbebegleitung
 - Massage 405
 - Raumbeduftung 405
- Stirn- und Nasennebenhöhlenentzündung, befreiendes Nasenöl 348
- Stomapflege, Hydrolat-Mischung, Aerosolspray 373
- Suchterkrankung, erdende Körperöl-Mischung
 - Badezusatz 403
 - Duftlampe 403
 - Massage 403

T

- Tinnitus aurium, Massageöl 353
- Todesangst, Sterbebegleitung
 - Massage 405
 - Raumbeduftung 405
- Trennungsangst, Entspannungsmischung
 - Duftlampe 405
 - Körperöl 405

U

- Übelkeit, schnelle Hilfe, Einnahme 366
- Ulcus cruris
 - Fußbad 356
 - Hautpflege
 - Auflage 357
 - Körperöl 357
- Unterschenkgeschwür
 - Fußbad 356
 - Hautpflege
 - Auflage 357
 - Körperöl 357

V

- Vaginalpilz
 - Scheidenspülung 378
 - Tamponmischung 377
 - Vaginalzäpfchen (Ovula) 378
- Varizellen, lindernde Mischung
 - pur 395
 - Spray 395
- Varizen, Körperöl, Einreibung 356

W

- Wasseransammlung in den Beinen, entstauende Mischung
 - kühle Wickel 389

- Massageöl 389
- Wechseljahrsbeschwerden
- nervenstärkende und schlaf-
fördernde Bademischung,
Vollbad 387
- starke Hitzewallungen und Schweiß-
ausbrüche, Waschung 387
- Stimmungsschwankungen,
Massage 387
- Wohlfühlmischung für die Intim-
pflege 387
- Wetterfähigkeit, Massageöl
- Kopfmassage 352
- schnelle Hilfe 352
- Windeldermatitis
- Körperöl 377
- Pflege für den Po 395
- Windpocken, lindernde Mischung
- pur 395
- Spray 395
- Winterdepression
- Hilfe bei Kummer
- Badezusatz 402
- Duftlampe 402
- Körperöl 402
- Licht im Alltag
- Duftlampe 403
- schnelle Hilfe 403
- Wochenbettdepression, Anti-Heul-
Mischung
- Duftlampe 391
- Körperöl 391
- Wochenfluss, desinfizierendes Sitz-
dampfbad 390
- Wunde
- Notfallmischung 380
- Schmerz- und Antistress-Mischung,
Nachsorge 380
- Wundbehandlung, schnelle Hilfe bei
Kindern 396
- Wundliegen, Hautpflegeöl 371
- Wundreiben, Hautpflegeöl 371

Z

- Zahnschmerz, schnelle Hilfe,
Einreibung 364