

EUKALYPTUS

DAS IM EUKALYPTUS (EUCALYPTUS GLOBULUS) ENTHALTENE ÄTHERISCHE ÖL LÖST BEIM HUSTEN DEN SCHLEIM AUS DEN BRONCHIEN.

Obwohl jeder bei Eukalyptus sofort an Hustenbonbons denkt, kennt doch kaum jemand diese Pflanze. Es ist ein Baum, der bis zu 40 m hoch werden kann. Er ist vor allem in tropischen und subtropischen Regionen heimisch, vor allem in Australien wächst er sehr häufig.

Er ist dort die Hauptnahrung der Koalabären. Dort gibt es mehr als 500 bekannte Arten. Eukalyptus ist eine sehr schnell wachsende Pflanze, die einem buchstäblich über den Kopf wachsen kann.

Der Eukalyptus wird auch Fieberbaum genannt.

Naturheilkundlich verwendet werden die Blätter, aus denen man Tee oder Eukalyptusöl herstellen kann. Ein solches Öl wirkt antiseptisch, schleimlösend und kühlend. Tatsächlich ist Eukalyptusöl in vielen Fertigpräparaten enthalten, z. B. in Salben, Bonbons, Säften oder Einreibungen.



WISSENSCHAFTLICHES ZUM EUKALYPTUS

Der Eukalyptus wirkt antibakteriell und durchblutungsfördernd. Die Kommission E und die ESCOP empfehlen den Eukalyptus bei Erkältungen oder auch bei rheumatischen Beschwerden.

ANWENDUNGSBEISPIELE UND ALTE REZEPTE RUND UM DEN EUKALYPTUS ERKÄLTUNGSTEE

2 Teelöffel Blätter mit 1/4 l kochendem Wasser aufgießen, nach 10 Minuten absieben. Täglich 3 Tassen trinken.

GEGEN HUSTEN

Ca. 1 Teelöffel Schweineschmalz auf der Brust verreiben, mit Eukalyptusöl betröpfeln und mit Leinen- oder Baumwolltuch abdecken. Das Ganze mit einer elastischen Binde fixieren und über Nacht einziehen lassen.

Eukalyptusöl (Eucalyptus globulus) - Ätherisches Öl

Eukalyptus ist allgemein bekannt, sein frischer, spitzer, kampferartiger Duft begegnet uns häufig in Mundwässern, Erkältungsmitteln und in der Sauna. Eukalyptusöl eignet sich wegen seiner Intensität bestens zur Reinigung der Raumluft und erleichtert das Atmen bei Erkältungen. Eukalyptusöl findet oft Verwendung als Zusatz zum Saunaaufguss, es aktiviert die Atmung und fördert so die Sauerstoffversorgung aller Körperzellen.

Der Name des Eukalyptus kommt wahrscheinlich aus dem griechischen und kann mit "gut bedeckt" übersetzt werden. Der Eukalyptus ist für die australischen Koalabären das Hauptnahrungsmittel, tatsächlich geht man davon aus, dass sie nichts anderes essen.

Eukalyptus wächst inzwischen nicht nur in Australien, auch in Algerien, Ägypten, Südamerika, Indien und auf der Iberischen Halbinsel wird er inzwischen angebaut. Allein im Mittelmeerraum gibt es fünfzig Sorten.

Der Eukalyptusbaum ist einer der höchsten Bäume, die auf der Erde wachsen, seine Wurzeln wachsen tief in die Erde hinein, bis sie auch tiefste Wasseradern finden. Diese Fähigkeit, dem Boden Wasser zu entziehen, machte man sich früher in Gebieten zunutze, in denen es oft zu Malaria kam. Denn der Baum entzog dem Boden Wasser, sodass die Mücken, die die Malaria übertragen, ihre Eier nicht mehr ablegen konnten. Er bekam deswegen auch den Namen Fieberbaum.

Die Ureinwohner Australiens, aber auch die Kolonialherren, die sich in Australien ansiedelten, sahen im Eukalyptus eine Art Allzweck-Heilmittel.

Das gelbliche ätherische Öl gilt auch heute noch als eines der besten Mittel gegen viele Beschwerden, besonders natürlich, wenn es um Erkrankungen der Atemwege geht. Jeder von uns kennt wahrscheinlich die Eukalyptusbonbons, die man bei Husten einnimmt. Das Eukalyptusöl ist antiseptisch, es hilft also gegen Krankheitserreger. Wahrscheinlich ist es sogar eines der stärksten antiseptischen Mittel, die natürlich wachsen.

Anwendung

Erkrankungen der Atemwege, Harnwegsinfektionen, Fieber, Rheumatismus, Muskelschmerzen, Wunden, Hautunreinheiten, Akne, Trägheit, Antriebsschwäche

Man gewinnt das ätherische Öl des Eukalyptus durch Wasserdampfdestillation der Blätter, der Duft ist leicht zitronig kampferartig, nicht unbedingt besonders positiv auffallend, aber trotzdem anregend und erfrischend für uns.



Das Eukalyptusöl hat eine antiseptische Wirkung, besonders auf die Harnwege und die Atemwege. Es löst Krämpfe und Verschleimungen, es treibt den Harn und reinigt das Blut. Eukalyptusöl hilft, Wunden schneller heilen zu lassen.

In einer Duftlampe hilft das Öl, die Ausbreitung von Krankheitskeimen in Räumen zu vermeiden, zum Beispiel in der Schnupfen- und Grippezeit.

Eukalyptusöl erhöht auch die Fähigkeit der Körperzellen, Sauerstoff aufzunehmen.

Das Eukalyptusöl ist ein ideales Mittel gegen Asthma, bei einer Erkältung, bei Grippe, einer Bronchitis oder auch bei Angina. Sie können das ätherische Öl des Eukalyptus in Form einer Inhalation, in einer Duftlampe oder als Balsam für die Brust verwenden. Dazu empfehlen sich Mischungen mit anderen Ölen, zum Beispiel mit Fichtennadel, Kiefer, Zirbelkiefer oder Niaouli.

Eukalyptus steigert die Konzentration und regt uns an. Der Blutzuckerspiegel wird durch das Öl gesenkt.



Steckbrief von Eukalyptusöl

Vorkommen

Ursprüngliche Heimat ist Australien.
Inzwischen aber auch in Asien, Arabien und Europa.

Es gibt ungefähr 600 verschiedene Arten.

Wirkung von Eukalyptus auf die Seele

Anregend, Aufmunternd bei Lethargie, Fördert das Denken und beruhigt, Konzentrationsfördernd

Herstellung

Wasserdampf-Destillation der jungen Blätter. 50 kg ergeben 1 l Öl. Eukalyptusöl

Inhaltsstoffe

U.a. Cineol, Camphen, Fenchen, Termineol, Pinen

Duftrichtung

Scharf – stechend – frisch – zitronig – blumig – krautig. Je nach Art.

Harmoniert mit

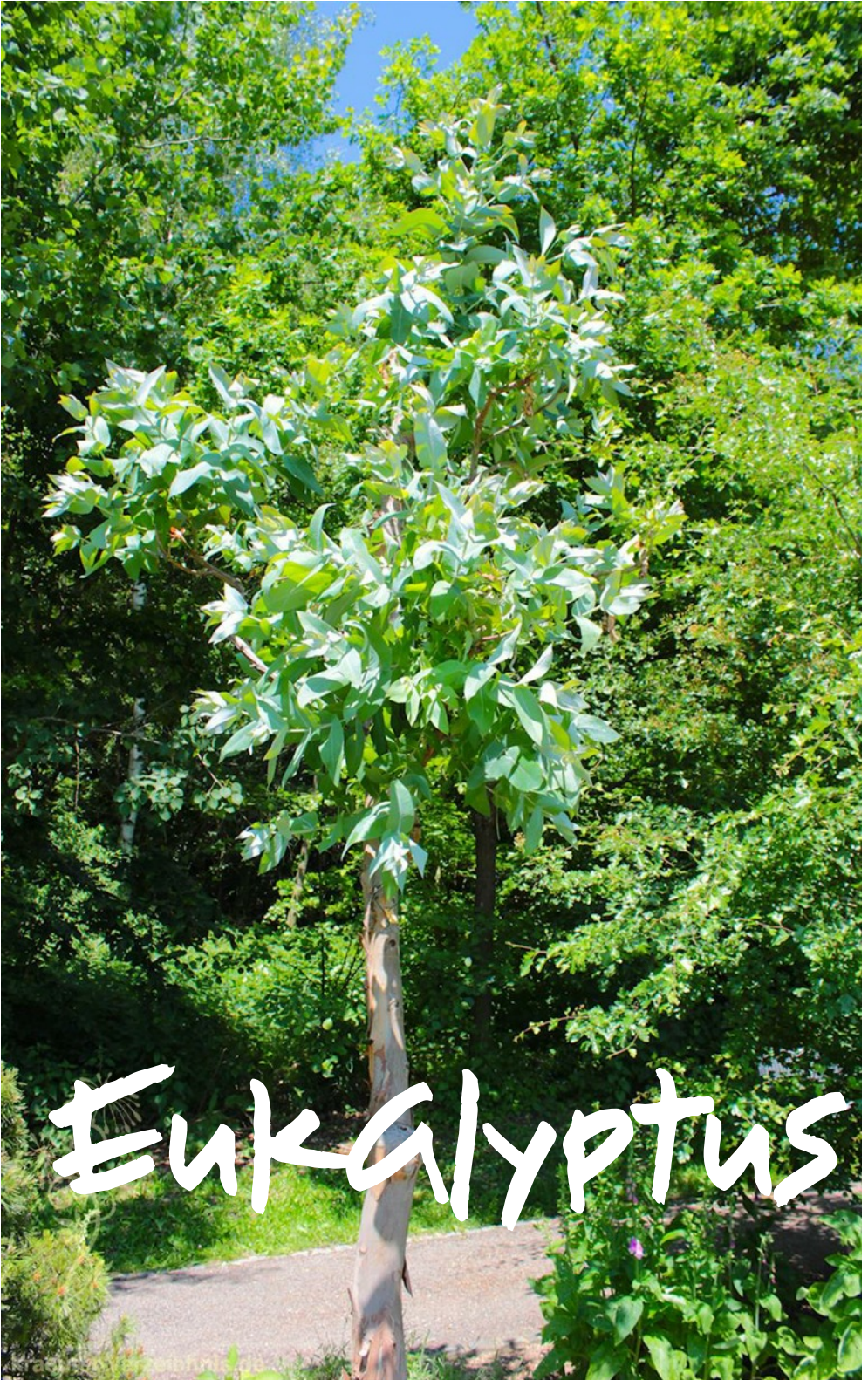
Cajeput, Douglasie, Eisenkraut, Fichtennadel, Kiefer, Lavendel, Lavendelöl, Lemongras, Litsea cubeba, Melissenöl, Minze, Myrte, Niaouli, Pfefferminzöl, Thymianöl, Weißtanne, Ysop, Zedernöl, Zirbelkiefer, Zitronenöl



Anwendungsgebiete von Eukalyptusöl

Zur Massage

Zwei Tropfen in Massageöl geben.



Eucalyptus

Zur Inhalation bis zu 15 Tropfen in eine Schüssel kochendes Wasser geben, zwei bis dreimal

Anwendung in der Duftlampe

Bei Husten, Stirnhöhlenentzündungen, Asthma und Bronchitis: ca. 8 Tropfen.

Zur Konzentrationssteigerung: 5 Tr. Eukalyptus und 5 Tr. Grapefruit.

Bade- und Massageöl

Kann bei Muskel- und rheumatischen Schmerzen einmassiert werden; auch zur Schmerzlinderung

Zutaten: 2 Tr. Eukalyptus radiata auf 1 EL Trägeröl.Sauna

Für einen Aufguss eignet sich die Essenz des Eukalyptus globulus am besten.

Zutaten: 2 bis 4 Tr. auf die mit Wasser gefüllte Kelle. Oder mischen Sie je nach Geschmack harmonisierenden Duftnoten.

Duftlampenmischung

Bei Lethargie, Trägheit und Lustlosigkeit kann Eukalyptus beleben und motivieren. Seine Eigenschaften unterstützen geistige Arbeit.

Zutaten: 5 Tr. Eukalyptus und 5 Tr. Grapefruit.

Wenn Sie Raumluft reinigen oder desinfizieren wollen, benutzen Sie Eukalyptusöl pur, etwa 7

Inhalation

Fast alle Formen der Erkältung sprechen auf diese alte Heilmethode an.

Zutaten: 4 Tr. Eukalyptus radiata und 2 Tr. Thymian auf 2 l heißes Wasser.

Vorsicht

Bei innerer Anwendung Arzt befragen, kann in zu hohen Mengen toxisch wirken!

Sehr vorsichtig dosieren.

Wer unter Bluthochdruck oder Epilepsie leidet, sollte das Öl in jedem Fall meiden.

Außerdem kann es die Wirkung von homöopathischen Medikamenten zunichte machen.

Eukalyptus ist nichts für Kleinkinder und Asthmatiker, denn bei ihnen kann das Öl zum Atemstillstand führen.

In seltenen Fällen können nach Einnahme von Eukalyptuszubereitungen Übelkeit, Erbrechen und Durchfall auftreten.

Bei Säuglingen und Kleinkindern unter 4 Jahren sollten Eukalyptuszubereitungen nicht im Bereich des Gesichts, speziell der Nase, aufgetragen werden. Erstickengefahr!

Zusätzliche Informationen

Mehr zur diesem Öl auf den Websites zum Buch

www.aetherische-oele.net und kraeuter-verzeichnis.de