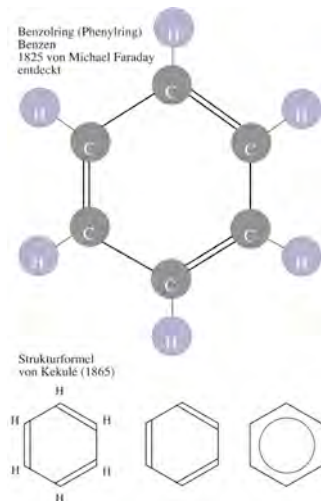
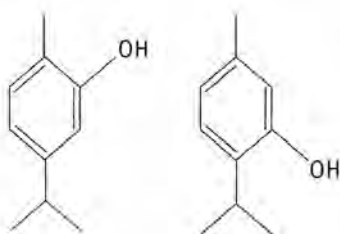


Phenole und daraus abgeleitete Moleküle

Eine ganz andere Gruppe von Inhaltsstoffen in ätherischen Ölen basieren auf einem speziellen Sechsering aus Kohlenstoffen, zwischen jedem zweiten Kohlenstoffatom befindet sich eine Doppelbindung. Man spricht vom Benzolring oder Benzen, dieses Molekül kommt in vielen auf Mensch und Tier stark wirksamen Verbindungen vor. Sie kommen nur in relativ wenigen ätherischen Ölen vor – meistens nur in kleinen Mengen, obwohl sie durch ihren starken Duft die Charakteristika des betreffenden ätherischen Öles stark prägen. Kommen sie in großen Mengen in einem Öl vor, sollten sie nur von Therapeuten mit Hintergrundwissen verwendet werden, sie sind für empfindliche Menschen wie beispielsweise Babys, Kleinkinder, Schwangere und verwirrte Menschen nur in Ausnahmefällen – oder zumindest gering dosiert – einzusetzen.

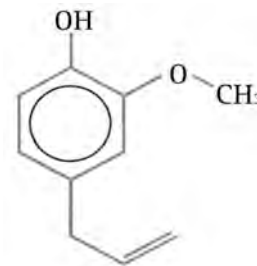


In ätherischen Ölen findet man fast nie den reinen Benzolring vor, vielmehr hängen sich auch an dieses Molekül – ganz ähnlich wie bei den Monoterpenen und Sesquiterpenen – Sauerstoffverbindungen. Im Falle der extrem antibakteriell wirksamen Phenole **Thymol** und **Carvacrol** handelt es sich um ein –OH-„Anhängers“:



Sie sind die „Antibiotika“ der Aromatherapie und haben einen charakteristischen scharf-feurig-medizinischen Duft. Viele Antibiotika enthalten auch diesen Benzolring in ihrer Strukturformel. Bei den „Anhängers“ an einigen anderen typischen Duftmolekülen handelt es sich Kohlenstoff-

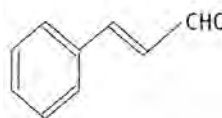
Dreierketten (Propan), deshalb sprechen die meisten Autoren von Phenylpropan-Verbindungen oder von **aromatischen** Verbindungen. Ihr Duft ist meistens stark würzig (zimt-artig, gewürznelkenartig, muskatnussartig) oder schwer-schwül-blumig. Sie alle zeigen eine mehr oder weniger ausgeprägte Wirkung auf den **Gehirnstoffwechsel**, sie regen die Herstellung und/oder Ausschüttung von Neurotransmittern an, so genannten Gehirnhormonen. Das am meisten in ätherischen Ölen vorkommende Phenylpropan-Molekül ist



Eugenol, es ist gewissermaßen ein Zwitter aus obigem Phenol und einem Phenylpropan, verfügt also über zwei „Anhängers“.

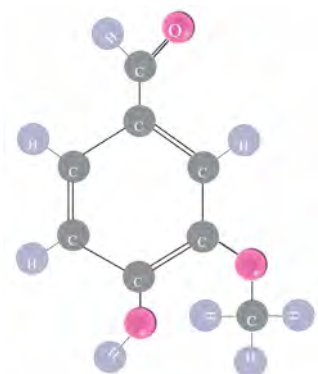
Phenylethylalkohol	Rose, Rosengeranie, Neroli, Ylang Ylang, Rosenhydrolat
Benzylalkohol	Jasmin, Tuberose (Absolues)
Cinnamylalkohol	Zimtblätter, Narzissenabsolue
Methyleugenol	Basilikum, Rose
Methylchavicol/Estragol Anethol	Basilikum, Estragon Fenchel, Anis
Zimtaldehyd	Zimtrinde
Benzaldehyd	Cassiazimt, Bittermandel
Vanillin	Benzoe, Tolu, Vanille
Methylsalicylat	Wintergrün, Birke, Nelke
Benzylacetat	Jasmin, Ylang Ylang
Eugenylacetat	Gewürznelke

Zimtaldehyd



[Abbildungen Thymol, Carvacrol und Zimtaldehyd aus: Len & Shirley Price: Aromatherapie, Verlag Hans Huber 2003]

Vanillin



Aus dieser Gruppe stellt nur **Phenylethylalkohol** keinerlei Gefahr für Haut und Psyche von empfindlichen Menschen dar. Gerade für die Behandlung von empfindlicher Haut von Säuglingen und von gereizten Schleimhäuten ist Rosenhydrolat, welches zu über 50 Prozent aus diesem milden Alkohol besteht, ideal geeignet.