

Als Aromapraktikerin und Aromapraktiker (nach britischem Curriculum) sollte man mit folgendem Stoff bestens vertraut sein (Mindestanforderung):

1. Eine Definition von Aromatherapie, zwei unterschiedliche Wirkweisen (pharmakologisch/körperlich – psychologisch/subjektiv)
2. In welcher Beziehung steht die Aromatherapie zur Phytotherapie
2. Was bedeutet das L. hinter vielen Pflanzennamen; was ist Taxonomie
3. Was ist der Unterschied zwischen konventionellem Pflanzenanbau und kontrolliert biologischem Anbau (oder Demeter), welche Bedeutung hat das für die Aromapflanzen
4. Was ist der Unterschied zwischen Lavandula officinalis und den Lavendel-Hybriden, welche anderen Namen hat ersterer
5. Funktionen der ätherischen Öle in der lebenden Pflanze
6. Mindestens acht Pflanzenteile nennen, in denen ätherische Öle vorkommen können
7. Wie entstehen „Chemotypen“ in der lebenden Pflanze, was bedeuten sie für ätherische Öle, was muss der Verbraucher diesbezüglich beachten, welche Öle weisen mehrere Chemotypen auf
8. Einige Mitglieder und lateinische Namen der folgenden Pflanzenfamilien nennen: Korbblütler, Lippenblütler, Myrtengewächse, Kieferngewächse, Rautengewächse, Doldenblütler. Die lateinischen Namen möglichst vieler dieser Pflanzen nennen
9. Welche Kennzeichnungen gehören auf das Etikett einer Flasche guten ätherischen Öles, was hat sich verändert durch die erweiterte Gefahrschutz-Verordnung
10. Wozu werden Gaschromatographie und Massenspektrometrie eingesetzt. Was hindert kleine Ölefirmer daran, sie einzusetzen
11. Was heißt DAB, warum sind DAB-Öle nicht immer für therapeutische Zwecke geeignet
12. Nenne und beschreibe die Herstellungsverfahren von ätherischen Ölen, was ist der Unterschied zwischen Rosendestillat und Rosenextrakt (Absolue)
13. Wie entstehen die teilweise erheblichen Preisunterschiede bei ätherischen Ölen
14. Was ist der Unterschied zwischen „naturidentisch“ und „synthetisch“, was bedeutet das für ein ätherisches Öl. Warum sind diese beiden Kategorien von ätherischen Ölen nicht für die Therapie geeignet
15. Die unterschiedlichen Haltbarkeitszeiten der ätherischen Öle, wie kommen sie zustande, welche Konsequenzen entstehen daraus für die Therapie, welches sind die Probleme bei Mel. alternifolia
16. Grundsätzlicher Aufbau des meisten ätherischen Öle: z.B. Isopreneinheiten, Doppelbindung etc

17. Zwei wichtige allgemeine Eigenschaften aller Inhaltsstoffgruppen sollten bekannt sein, z.B. Monoterpene, Aldehyde, Oxide, Phenole. Nenne drei Vertreter jeder Gruppe, z.B. Linalool, Geranial, 1,8-Cineol, Carvacrol
18. Nenne hautreizende Inhaltsstoffe und jeweils zwei Öle, in denen sie signifikant enthalten sind
19. Nenne photosensibilisierende Inhaltsstoffe und jeweils zwei Öle, in denen sie signifikant enthalten sind
20. Nenne neurotoxische Inhaltsstoffe und jeweils zwei Öle, in denen sie signifikant enthalten sind
21. Nenne mindestens je fünf ätherische Öle, die sehr hautmild sind und die für Kleinkinder verträglich sind
22. Nenne fünf Öle, die bei obstruktiven Erkrankungen der Atemwege nicht oder nur vorsichtig angewendet werden müssen
21. Folgende lateinische Begriffe/Abkürzungen sollten übersetzt bzw. erklärt werden können: abortiv, adstringierend, analgetisch, antiseptisch, antibakteriell/bakteriostatisch/ bakterizid, antimykotisch/ fungistatisch/fungizid, antiviral/viruzid, antiphlogistisch, aquaretisch/diuretisch, Asthenie, carminativ, cholagog/ choloretisch, Dysmenorrhoe, emmenagog, eubiotisch/ antibiotisch, mukolytisch/expektorativ, halluzinogen, hypo-/hyper-, hyperämisiert, Insuffizienz, kontrahieren, laktagog, neurotoxisch, officinalis, olfaktorisch, Phagozytose, Pheromon, photosensitivierend, PMS, Rezeptor, sedativ, Syndrom, Tonus, Varizen, vegetativ, ZNS
22. Nenne unterschiedliche Aufnahmewege von ätherischen Ölen in den menschlichen Körper
23. Beschreibe den Riechvorgang
24. Beschreibe die Aufnahme von ätherischen Ölen in die Haut, welche Rolle spielen die Verdünnung und die fetten Trägeröle dabei. Warum ist die cutane Anwendung so erfolgreich
25. Was spricht gegen die orale Aufnahme von ätherischen Ölen, warum sollte man Laien davon abraten
26. Was ist ein Aromatogramm
27. Aufbau von fetten Ölen, Rolle der mehrfach ungesättigten Fettsäuren in Ernährung und Hautpflege, warum sollten keine Mineralöle auf der Haut verwendet werden
28. Nenne zwei wichtige Vertreter/Begründer der frühen modernen Aromatherapie
29. Nenne zwei wichtige Eigenschaften und botanischen Namen der wichtigsten ätherischen Öle (Karteikarten)
30. Nenne gängige Verdünnungen und Kontraindikationen von ätherischen Ölen bei gesunden Menschen, Säuglingen, schwangeren Frauen, gebrechlichen oder nervenkranken Menschen
- ...und natürlich ein gewisses Grundwissen in Anatomie und Physiologie:
vor allem Riechsystem, Zelle/Gewebe, Aufbau/Funktionen der Haut, Atmung, etwas Herz/Kreislauf (Fließrichtung, Gefäßarten, Aufgaben der drei Haupt-Blutbestandteile, Varizen), ein paar wichtige/große Muskeln, ein paar wichtige Knochen, Wirbelsäule, Bandscheiben, Nervensystem (Unterschied ZNS und PNS, Parasympathikus und Sympathikus, was ist Limbisches System)