

Abenteuer Rosenholz-Öl

Interview mit Barbara Schmal, Koordinatorin des Projekts AVIVE im Amazonas

Rosenholz-Öl, das ätherische Öl, das aus dem Holz des Amazonas-Baumes *Aniba rosaeodora* destilliert wird, ist eines der besonders belieb-

ten Öle der Aromatherapie, da es sehr fein duftet, sehr gut verträglich ist, für Kosmetik gut einsetzbar ist und da es aufgrund seines 92-prozentigen Anteils an Linalool (Monoterpen-Alkohol) über eine antibakterielle Wirkung verfügt. Zudem gehört es zu den eher preiswerten Ölen. Es ist immer wieder zu hören, dass das ätherische Öl,

das nach Europa exportiert wird, quasi ein Abfallprodukt der Möbel- und Musikinstrumente-Industrie sei, da diese das Holz des tropischen Baumes gerne verwenden. Und dass auch fleißig wieder aufgeforstet werde. Barbara Schmal, die Koordinatorin des Projektes AVIVE in Silves – einem Insel-Örtchen am Urubu, einem Nebenfluss des Amazonas, gelegen – beschreibt ihre eigenen, ganz anderen Erfahrungen.

Frau Schmal, wie und wann sind Sie auf die Problematik dieses gefährdeten Baumes gestoßen?

Das Abenteuer begann, als ich 1997 auf einem Aromatherapie-Workshop hörte, dass der Baum, aus dem das wundervoll duftende Rosenholz-Öl hergestellt wird, zu einer bedrohten Spezies gehört. Als in Brasilien wohnende und zudem umweltbewusste Frau machte mich das betroffen. Ein Jahr später, auf einem Urlaub durch den Amazonas, „lief“ mir der Baum wieder über den Weg. Und da bin ich nun und versuche – zusammen mit vielen anderen Interessierten – die Rosenholzwelt im Gleichgewicht zu erhalten.

Wie muss man sich den Ort vorstellen, in dem Sie nun hauptsächlich leben?

Silves – 340 km westlich von Manaus gelegen ist eine 6 km große Flussinsel mit 6.770 Einwohnern. Neben einer Gesundheitsstation, einer Gemeindeverwaltung, dem Friedhof mit der Kirche und einigen Grundschulen gibt es einige Geschäfte, zwei Restaurants, drei kleine Privatpensionen und sogar ein Fünf-Sterne-Urwald-Resort.

Wir leben in einer Gegend, in der es ursprünglich sehr viele Rosenholzbäume gab und wo auch der nahe Verwandte, der Aniba canelilla-Baum, wächst. Er ergibt ein wunderbar duftendes ätherisches Öl. Hier wachsen auch andere aromatische Pflanzen wie der Tonka-Baum (*Dipteryx odorata*) und der Copaiba-Baum (*Copaifera*

Barbara Schmal ist Mitbegründerin des kommunalen Projektes AVIVE (Verein Grünes Leben Amazoniens), das seit 1999 zusammen mit WWF Brasil ein ökologisch orientiertes Programm zur Bekämpfung der Armut durch führt.



Der Rosenholz-Baum: ein Urwald-Riese Amazoniens, der bis zu 25 Meter hoch werden kann
Foto: Sigrun Scherneck

Rosenholz

(Fortsetzung von Seite 1)

langsdorffii) und auch Bäume, aus deren Früchten man heilsame Öle und Fette gewinnen kann: der Andiroba-Baum (Carapa guianensis) und der Cupuaçu-Baum (Theobroma grandiflorum). Vor 35 Jahren gab es hier eine Produktionsstätte für Rosenholz-Öl, die zwar den Baum auf illegale Weise ausbeutete, jedoch den Bewohnern von Silves ein sicheres Einkommen verschaffte. Als die Destille Ende der siebziger Jahre an einen anderen Ort zog, nahmen die Möglichkeiten des Geldverdienens in der Region stark ab. Neuerdings geht es wieder etwas aufwärts, da der Ökotourismus das spartanische Leben der Menschen von Silves etwas unterstützt.

Wie sieht Ihre Arbeit in Silves aus?

Im Januar 1999 nahmen einige Bewohnerinnen von Silves an einem Seminar über aromatische Pflanzen und Heilkräuter teil und beschlossen einige Monate später, dieses neue sowie das alte Wissen ihrer VorfahrInnen kommerziell umzusetzen und umweltfreundliche Produkte aus Amazonas-Pflanzen zu verkaufen. Es wurde der Verein AVIVE gegründet. Neben dem Erlernen der englischen Sprache, die für den internationalen Handel langfristig notwendig ist, werden seitdem in unserem Projekt, das von 35 Vereinsmitgliedern unterstützt wird, kosmetische Produkte, allem voran verschiedene Pflanzenseifen und auch Duft-Kerzen, in Handarbeit hergestellt und verschickt.



Die Aniba-Kinderstube: Mitarbeiter von AVIVE erlernen an der staatlichen Universität von Manaus wie man Jungpflanzen fachgerecht betreut.

Foto: Sigrun Scherneck

Erzählen Sie uns über Bedrohung des Urwald-Riesen Aniba rosaeodora – der Rosenholz-Baum kann immerhin bis zu 30 Meter hoch werden.

Laut IBAMA, des brasilianischen Institutes für Umwelt und nachwachsende Ressourcen, gehört Aniba rosaeodora zu den gefährdeten Spezies (www.ibama.gov.br). Er ist ein Baum, der nicht für Pflanzungen und Monokulturen geeignet ist, da er den Schatten spendenden Urwald um sich herum benötigt. Durch das Interesse der Kosmetik- und Parfümindustrie am ätherischen Öl dieses Baumes – laut offiziellen Angaben werden zur Zeit maximal 30 Tonnen exportiert - müssen dringend neue Bäume gepflanzt werden und vor allem müssen diejenigen, die in entlegenen Gegenden wachsen, vor dem illegalen Fällen geschützt werden. Denn allerfrühestens nach fünf

oder sechs Jahren kann mit einer nennenswerten Ausbeute für die Ölgewinnung aus Blättern und Zweigen gerechnet werden. Will man ein qualitativ hochwertiges Holzöl destillieren, muss man sich zwanzig bis fünfundzwanzig Jahre bis zum Fällen des Baumes gedulden.

Zwar gibt es ein Gesetz, das am 1. Januar 2000 in Kraft trat, welches Rosenholz-Verarbeiter verpflichtet, pro 200 Liter Rosenholz-Öl achtzig neue Bäume zu pflanzen, doch erstens hält sich kaum jemand daran, denn es gibt bislang kaum Kontrollen. Zudem gibt es diese Ressourcen noch gar nicht in ausreichender Form. Selbst wenn also jemand der Vorschrift entsprechen wollte, hätte er größte Probleme, an junge Bäumchen heranzukommen. Das wollen wir ändern.

Bekommen Sie Unterstützung von größeren Umweltinstitutionen?

Ja, wir haben 1999 die Beschreibung unseres Projektes beim WWF Brasil eingereicht und erhalten seitdem finanzielle und technische Mittel. Wir haben damals sofort begonnen, die noch vorhandenen Rosenholz-Bäume zu begutachten und zu inventarisieren, gleichzeitig haben wir Samen ausgesät und schauen mittlerweile auf einen beträchtlichen Umfang von jungen Bäumchen (Fotos links und nächste Seite). Genau so sind wir nach und nach auch mit anderen aromatischen Pflanzen verfahren.

Wie umgehen Sie das Fällen der bedrohten Bäume?

Wir erproben Methoden zur schonenden und nachhaltigen Gewinnung von ätherischen Ölen, also ohne die ganze Pflanze zu zerstören. Unser Rosenholz-Öl wird künftig aus den Blättern und Zweigen des Rosenholzbaumes destilliert und braucht den Vergleich mit dem Öl aus dem Holz nicht zu scheuen, auch wenn der Duft vielleicht eine etwas citrische Nuance aufweist. Allerdings studieren wir noch, ob die Bäume das häufige Schneiden langfristig überhaupt vertragen. Auf lange Sicht möchten wir mit unseren kosmetischen Produkten beispielsweise die Hotels, die ökologisch orientierten Urwald-Tourismus anbieten, versorgen.

Funktioniert immer alles reibungslos oder gibt es Widerstände?

Rosenholz (Fortsetzung von Seite 2)

Mal abgesehen davon, dass wir feststellen mussten, dass im Durchschnitt nur noch ein Rosenholz-Baum auf 50 Hektar Land wächst, es also in einigermaßen zugänglichen Gegenden diese Bäume kaum noch gibt, sind wir des öfteren überrascht, wie mühsam unsere Ideale zu erreichen sind. Die Korruption ist immens und die Mühlen der Bürokratie mahlen extrem langsam.

Aber Sie haben sicherlich auch Erfolge zu verbuchen?

Doch, wir sind natürlich stolz auf das bislang Erreichte: In unserem Gewächshaus wachsen neben vielen anderen Amazonas-Pflanzen über 400 Rosenholz-Bäumchen. Wir haben 2001 den Ford-Umweltpreis erhalten (www.ford.com.br/fordonline), der mit 10.000 US-Dollar für eine schöne Finanzspritze sorgte. Im August 2002 überreichte uns die UNDP (United Nations Development Programme) in Johannesburg den Equator Prize, der unsere Bemühungen belohnt, die Armut zu reduzieren und gleichzeitig nachhaltige Ressourcen in umweltfreundlicher, korrekter Arbeit zu produzieren (www.undp.org/equatorinitiative). Und wir haben von der Landesbehörde SUHAB die Nutznießung von 1.700 Hektar Urwald zugesprochen bekommen. Ab Beginn der Regenzeit im Dezember werden wir 2.000 Jungbäume und auch andere heimische Pflanzen auspflanzen, zudem können wir nun einen umfangreichen Baum- und Heilpflanzenbestand kontrollieren, ja quasi bewachen. Desweiteren haben wir in Deutschland Partner, die uns mit Baumpatenschaften finanziell unterstützen: Frau/man kann uns helfen dies zu erreichen, indem sie eines oder mehrere dieser 2.000 Rosen-



Ein junger Rosenholz-Baum: Erst nach fünf Jahren können die Blätter geschnitten und destilliert werden.

Foto: Internet

Und nicht zuletzt drehte der Sender TVE in Großbritannien eine Dokumentation über unsere Arbeit: „Dollars for Scents“, so dass nun mehr Menschen auf unsere Arbeit aufmerksam werden können.

Ihr Projekt wird also bekannter...

Ja, dadurch kommt es gelegentlich zu schönen Überraschungen: Vor einigen Tagen erreichte uns die Nachricht, dass wir konfisziertes Rosenbaumholz, das bei einer illegalen Fäll-Aktion beschlagnamt wurde, destillieren dürfen. Mit dem Verkauf der schätzungsweise 250 Kilo Rosenholz-Öl, die wir daraus destillieren können, werden wir wieder einige Projekte zur Bekämpfung der Armut in dieser Region unterstützen können.

Information über Rosenholz-Öl (auf englisch):
www.fao.org/docrep/V5350E/V5350e06.htm
Kontakt für Baumpatenschaften:
webmaster@light-of-nature.de
Kontakt mit AVIVE: bschmal@uol.com.br

Termine für Aromapraxis-Fortbildung 2004

Die rege Nachfrage nach weiteren Terminen für die zweijährige Fortbildung in Aromapraxis nach britischem Modell führt zu einem dritten parallel laufenden Kurs in München. Nähere Informationen können Sie auf der Website www.aromapraxis.de erfahren oder ab Oktober per Post erhalten.

Block 1:	19. - 21. März 2004
Block 2:	20. - 22. Mai 2004
Block 3:	16. - 18. Juli 2004
Block 4+5:	29. - 31. Oktober 2004
Block 6:	10. - 12. Dezember 2004
Block 7:	25. - 27. Februar 2005
Block 8:	15. - 17. April 2005
Block 9:	1. - 3. Juli 2005
Block 10:	1. - 3. Oktober 2005
Block 11+12:	3. - 5. Februar 2006
Block 13:	29. April - 1. Mai 2006
Block 14:	7. - 9. Juli 2006

Kosten: ab EUR 2450, bei Belegung einzelner Tage EUR 80 pro Tag



holzbaumchen „adoptieren“ und es dann eventuell im Rahmen des Ökotourismus-Programms in Silves besuchen.

Möbel aus Rosenholz: in Brasilien nicht weit verbreitet
Foto: www.manuelwoodcrafts.com

Zitronen-Öl – ein Sommernachtstraum

*Hitze und Schwitzen, mit Zitronen-Öl
kommt Erfrischung in laue Abende, Insekten
weden nebenbei auch noch vertrieben*

Heuschnupfen / Allergien? Einfach ein Tropfen Zitrone unter die Nase... Wir unterscheiden zwei Essenzen aus der fein geraspelten Schale der Zitrone. Die 'grüne Zitrone', die eine deutlich grüne Farbe zeigt, im Geruch sehr frisch ist, ja irgendwie grün duftet und die zwei Monate später gepflückte, in-zwischen 'gelbe Zitrone', deren Es-senz hellgelb ist und sich schon deutlich sonniger im Duft präsen-tiert. Es ist eine Frage des persön-lichen Geschmacks, welche der beiden 'Saubermänner' man bevorzugt. Wichtig ist immer die Qualität, da wir besonders bei den Zitrusfrüch-ten, deren Duft sich in der Schale befindet, sehr auf Art des Anbaus und Weise der Pressung achten müssen. Am besten man schafft eine Therapiequa-lität an, dann kann man sicher sein, das dies auch mal pur auf der Haut benutzt werden darf. Doch vorsicht! Essenzen (alle Düfte, die aus Zitrusfrüch-ten durch Kaltpressung gewonnen werden) erhöhen die Lichtempfindlichkeit der Haut, d. h. kein Sonnenbaden oder Solarium anschließend. Wie wir alle wissen, wirkt die Zitrone stark zu-sammenziehend. Geben wir nun einen winzigen Tropfen (grüne oder gelbe, das ist egal) Zitronen-Öl als eine Art Rietsalz in die Nase, einfach leicht einziehen, ziehen sich die Nasenschleimhäute als Reaktion hierauf zusammen. Die Folge davon ist, das sich die Reizempfindlichkeit sofort stark vermindert. Für Menschen die an Heuschnupfen, Tier-oder anderen Allergien leiden, die mit dem Einat-men bestimmter Stoffe zu tun haben, kann das ein wahrer Segen sein. Ich empfehle, das Fläschchen stets bei sich zu tragen und im Bedarfsfall oder preventiv benutzen. Viel Vergnügen!

Katja Heinen, senti@senti.nl

Bücherkiste

- Jagen Sie einem vergriffenen Aromatherapie-Buch nach oder suchen Sie ein preiswertes, bereits gelesenes Exemplar, werden Sie sicherlich fündig bei www.zvab.com, dem Zentralen Verzeichnis Antiquarischer Bücher, einem Zusammenschluss von Buchhändlern, die antiquarische Bücher vertreiben. Eine wahre Fundgrube, wo man sogar noch die kostbare Antiquität über ätherische Öle erhalten kann: der dreibändige „Gildemeister & Hoffmann“.

- Auch bei Privatpersonen kann man natürlich fündig werden, versuchen Sie es bei Inge Andres, sie hat teilweise neuwertige Bücher aus Lagerbeständen. Die aktuelle Liste kann bei ihr bestellt werden: Inge.Andres@t-online.de, Telefonnummer (07633) 92 50 00, Faxnummer (07633) 92 50 01.

- Im Markt der verschwindenden Bücher über ätherische Öle, sind einige besondere Werke vorzustellen: Lange erwartet: Jetzt gibt es die deutsche Übersetzung des hervorragenden Fachbuches von Shirley und Len Price „Aromatherapy for Health Professionals“, das bereits 1995 in Großbritannien erschienen ist und seitdem ein wertvoller Ratgeber ist. Der deutsche Titel lautet „**Aromatherapie – Praxishandbuch für Pflege- und Gesundheitsberufe**“, ist im Verlag Hans Huber erschienen und kostet EUR 39,90.

- Wer ein Fläschchen Öl verschenken möchte und nach einem erklärenden kleinen Text dazu sucht, wird das winzige und preiswerte Büchlein von Jennie Harding „**Aromatherapie**“ (Taschen Verlag 2003, EUR 3,99) schätzen. Es ist von einer kompetenten Fachfrau, die als Dozentin im Tisserand Institut in London tätig ist, geschrieben worden und enthält in knapper, sehr gut illustrierter Form alles, was die/der Aroma-Laie wissen muss. Auch schön zum In-die-Ho-sentasche-Stecken und Lernen.

- **Immer der Nase nach** lautet der Titel eines winzigen, wunderschön illustrierten Bilderbuches von Joel Stewart. Es ist an jungebliebene Erwachsene und an größere Kinder adressiert und erzählt die Geschichte einer einsamen Nase, die nicht so recht weiß, wo ihr Platz in dieser Welt ist. ars edition 2002, EUR 14,90

München

➔ Duftendes Anti-Aging: Wirksame Wege in eine gesunde zweite Lebenshälfte, 3-Stunden-Vortrag

Spätestens ab Ende 30 fangen die meisten Frauen an, sich über Fältchen, Fitness und Hormone Gedanken zu machen. Ätherische und fette Öle helfen uns mit ihrer natürlichen Antioxidanz-Wirkung, nicht „einzurosten“ und schön zu bleiben. Einge Öle können zudem mit ihrer hormonartigen Wirkung Zyklusbeschwerden lindern.

Termin: **30. Sept. 2003**, 18–21 Uhr, VHS Neufahrn bei München Infos: www.vhs.neufahrn.de oder (08165) 7361

➔ Ätherische und fette Öle zum Stärken der Abwehrkräfte, 3-Stunden- Vortrag

Was haben Öle und Düfte mit unserem Immunsystem zu tun? Die Antwort lautet: Ohne sie funktioniert nichts. Ungesättigte Fettsäuren in hochwertigen Pflanzenölen sind einerseits für das ungestörte Funktionieren einer gesunden Abwehr erforderlich; zudem werden immunologische Prozesse in unserem „Riechhirn“ gesteuert. Diese können wir auf einfache Weise aktiv unterstützen.

Termin: **7. Oktober 2003**, 18–21 Uhr, VHS Neufahrn bei München, Infos: www.vhs.neufahrn.de oder (08165) 7361

➔ Ab Beginn des Wintersemesters im Oktober läuft wieder die kostenlose Vorlesungsreihe von Prof. Dr. Dr. Dietrich Wabner „**Aroma-Therapie in der Pflege** – Etherische Öle I (in Therapie, Kosmetik und Parfümerie) Hier wird u.a. mit Partnerinnen aus den Heilberufen über ausgewählte Kapitel der Anwendung von etherischen Ölen in Aromatherapie, Kosmetik und Parfümerie berichtet. Schwerpunkt ist im Wintersemester die Therapie. In jeder Vorlesungsstunde werden etwa sechs etherische Öle bzw. therapeutische Mischungen an Riechstreifen und auf der Haut getestet. Ausführliche Manuskripte können erworben werden. Diese öffentlichen kostenlosen Vorlesungen richten sich nicht nur an Studenten der Medizin und Chemie, sondern auch an

Praktikerinnen und Praktiker in medizinischen und medizinnahen Berufen. Eine Abschlussprüfung mit Zertifikat ist auf Wunsch möglich. Diese Vorlesungsreihe ist für das Feld der beruflichen Weiterbildung akzeptiert. Donnerstags um 18.15, Ort: Klinikum Biederstein der Technischen Universität München, Biedersteiner Straße 29 (U6 Dietlindenstraße) Bau 608, Hörsaal F, Infos: www.nora-international.de und www.etherischeoele.de

➔ **„Aromapflege heute - kompetent und ganzheitlich“** – so lautet der Titel des ‘Pflugesymposiums der Stiftsklinik München’, das in Zusammenarbeit mit Forum Essenzia gehalten wird. Namhafte ReferentInnen berichten über vielfältige Themen wie „Sterbebegleitung mit ätherischen Ölen“, „Das Aromatogramm“ und „Aromapflege in der Klinik“ u.a.

Am Donnerstag, **25. September 2003**, 9.15 bis 16.15 Uhr, Euro 40 inkl. Mittagessen, Anmeldeschluss 12.9.2003. Veranstaltungsort Stiftstheater, Stiftsbogen 74, München, Infos bei PD Frau Maria Hoch, Tel: (089) 7097-1120.

➔ **Abschalten und loslassen.** Basierend auf der in England sehr beliebten „Indian Headmassage“ entwickelte Entspannungsriffe für Kopf und Schultern. Unser Kopf hat es nicht leicht: Er birgt einen gut 1.300 Gramm schweren Bio-computer, der Millionen von Gedanken und Emotionen mit sich herumträgt. Was liegt da näher, als unsere Schaltzentrale ab und zu wohltuend zum Abschalten zu bewegen, damit weder Kopfschmerzen, noch Nackenverspannungen und andere Stresssymptome eine Chance haben... 1-Tag-Workshop, EUR 70, keine Vorkenntnisse erforderlich. **24. März 2004**, München.

➔ Die **Aroma-Massage-Wochenenden** (Basiskurs und Aufbaukurs) mit Heilpraktikerin Barbara Krähmer finden im wunder-

weitere Termine
auf Seite 5



Alte Tradition aus Indien: Kopfmassage wirkt sich entkrampfend und schmerzlösend auf den ganzen Körper aus

Seminare • Symposien • Arbeitskreise: Termine 2003/2004

schönen Ökohaus-Ambiente statt, so dass nicht nur Lernen angesagt ist, sondern auch viel Wert auf gesunde Entspannung gelegt wird. **27./28. September 2003** und **11./12. Oktober 2003** in Raisting (nicht weit von München), jeweils EUR 150, Infos bei info@neumond.de oder (08807) 940 800

Frankfurt am Main

→ **AromaVital – Lust auf LebensART** heißt ein AromaWellness-Wochenende mit Maria M. Kettenring im behaglichen Ka Eins - Ökohaus in Frankfurt: **30. und 31. August 2003**, 9 Uhr bis 18Uhr, EUR190,- inkl. Seminarunterlagen, Arbeitsmaterial, Kaffeepausen und Mittagessen. Voraussetzung: Basis-Training, maximal 20 Personen

Lautertal

→ **Aroma-Massage - Entspannung für Körper, Geist und Seele** mit Olga Landwehr und Martin Bieber. Im Laufe dieses Wochenendes gibt und erhält jede(r) TeilnehmerIn mehrere Teil-Massagen. **5. -7. September 2003** Beginn Freitag 18 Uhr mit gemeinsamen Vollwert-Abendessen bis Sonntag 17 Uhr, 195,- Euro. Infos bei Olga Landwehr (0160) 96 27 40 35 oder o.landwehr@studiobalance.net

→ Vom **9. bis 11. Oktober 2003** findet ein dreitägiger Schnupper-Kurs „Indian Head Massage und Basiswissen der wissenschaftlich orientierten Aromatherapie“ mit Eliane Zimmermann statt. Er gilt als Pilotseminar für die im Frühjahr 2004 beginnende, praktisch orientierte Fortbildung „**Spagyrische Aromapraxis**“. Neben dem Basiswissen über den pflegenden und heilenden Einsatz der ätherischen Öle wird bei Kräuterwanderungen phytotherapeutisches Wissen vermittelt, Heilpflanzen werden gemeinsam destilliert, es werden Zubereitungen wie Fettsalben sowie individuelle Heilmittel aus selbstgemachten Tinkturen hergestellt. Infos bei Sigrun Scherneck, ACADEMIA HERMETICA, Lanzenhainer Straße 5 - D-36369 Lautertal, Tel. (06643) 918682 – Fax: (06643) 918683, email: webmaster@academia-hermetica.com, www.academia-hermetica.com.

Dortmund

→ Am 06. September 2003 findet der "I. Dortmunder Phytotherapietag" - Symposium für Phytotherapie und rationale Aromatherapie" statt. Im aromatherapeutisch eher „unterbelichteten“ westlichen Teil Deutschlands wird somit erstmals die Möglichkeit geboten, sich einen ganzen Tag intensiv der Fachfortbildung mit vielfältigen Themen und Workshop zu widmen. Jedes Thema wird Ihnen von erfahrenen und namhaften PhytotherapeutInnen und ReferentInnen nahegebracht. Das kleine Rahmenprogramm ermöglicht es, sich über die vielfältigen Möglichkeiten der Heilpflanzenkunde zu informieren. So kann man sich beispielsweise bei ausgewählten Pharmafirmen über deren Produkte beraten lassen, in Büchern zu Phytotherapie und Aromen stöbern, Heilpflanzen vor Ort anschauen, an hochwertigen ätherischen Ölen schnuppern und sich von einer „Kräuterfrau“ ihre Zubereitungen aus Wildkräutern zeigen lassen. 80 Euro, Info: www.phytaro.de

SCHWEIZ

→ **Der duftende Regenbogen** - oder Warum japanisches Minz-Öl ganz anders wirkt als Zitronenminze-Öl In diesem praxisorientierten 2-Tage-Workshop erfahren Sie anhand von bunten Bausteinen, Schnupper-Übungen und anschaulichen Overheadfolien, was die Wirkkraft der ätherischen Öle ausmacht: Biochemie für wirkungsvolle Pflege und Therapie. Termine: **08. und 09. November 2003** oder **17. und 18. April 2004**, jeweils 10 bis 17:30 Uhr, Farfalla Zürich, sFR 310, Infos: www.farfalla.ch

→ **'lebendige aromakunde'** - Essenz-Seminar ins Val d'Herens im Wallis/CH mit Cathy Schaub-Büchli und Jürgen Trott-Tschepe; vom **11.-19. Oktober 2003**; Anmeldung CH-027-283 22 77; Kosten: 740.-EUR incl. Seminarhonorare, Hotelunterbringung, Vollpension.'

ÖSTERREICH

→ **Der duftende Regenbogen** - oder Warum japanisches Minz-Öl ganz anders wirkt als Zitronenminze-Öl In diesem praxisorientierten 2-Tage-Workshop

Mono Terpene
antisept. (Luft)
antirheumatisch
teilw. schmerzst.
< wenn alt hautreiz.
Zitrus-, alle
Nadelöle

Phenole
Immunsystem +++
st. antibakteriell
schmerzstillend
durchblut.förd.
< st. hautreizend
THYthy, THYcar, NEL,
ORE, Zibl

Besquiterpen Ketone
Immunsystem
antihistaminisch
Narben, hautreg.
schleimlösend
seel. Stabilität
ZED, IMM, NAR,
GERbulg

Vergnügliches Lernen: Bunte Plakate veranschaulichen die Namen und Wirkungen der Inhaltsstoffe der ätherischen Öle

erfahren Sie anhand von bunten Bausteinen, Schnupper-Übungen und anschaulichen Overheadfolien, was die Wirkkraft der ätherischen Öle ausmacht: Biochemie für wirkungsvolle Pflege und Therapie. Termine: **01. und 02. November 2003**, jeweils 10 bis 17:30 Uhr, Feeling Wien
oder **24. und 25. April 2004**, Farfalla Feldkirch.
Infos: www.farfalla.ch

Arbeitskreise

→ Die **Aroma-Arbeitskreise** in München und Hamburg haben das Ziel des Austauschs von Wissen

und Förderung einer kompetenten Aromapflege. Sie sind offen für Berufsgruppen, die mit ätherischen Ölen am Menschen arbeiten oder es vorhaben. Der Hamburger Arbeitskreis Aromapflege trifft sich in der Klinik Elmshorn und im Israelitischen Krankenhaus in Hamburg. Münchner Arbeitskreis Aromapflege: Treffpunkt Ronald McDonald Kinderhilfe, auf dem Klinikgelände der Uniklinik Großhadern, München, EG. Termine bei www.aromapflege-muenchen.de; Ansprechpartnerin für beide Arbeitskreise: Monika Volkmann, 0175 / 8 26 14 78

Pressemeldungen

Duft macht Frust

(aus Spiegel-Online) Amerikanische Forscher wiesen nach, dass die Verknüpfung so eng ist, dass sich mit den richtigen Duftreizen Gefühle regelrecht abrufen lassen. Geahnt hatte man das immer, doch der wissenschaftliche Nachweis stand aus: Gerüche und Gefühle sind eng miteinander verknüpft. Diese lang gehegte Vermutung hat jetzt eine Studie der Brown University in Rhode Island bestätigt. Zudem fanden die US-Wissenschaftler heraus, dass durch Gerüche offenbar sogar Verhaltensmuster wieder erweckt werden können.

In der Studie wurde etwa die Hälfte von 63 Teilnehmerinnen einem neuen, im Labor erzeugten Duft ausgesetzt. Gleichzeitig mussten sie ein Computerspiel spielen, das (wie ihnen nicht verraten wurde) gar nicht zu gewinnen war. Eine Weile nach diesem Frusterlebnis wurden die Versuchspersonen dann auf drei verschiedene Räume verteilt: Der eine war wieder mit dem Kunstduft beduftet, in einem zweiten Raum war ein neuer Duft wahrzunehmen, und der dritte war geruchsfrei.

Anschließend mussten die Probanden einen Sprachtest lösen und man stellte fest: Wer erneut den Frust-Duft roch, der mit dem negativen Computerspielerlebnis verknüpft war, gab bei dem Sprachtest weit schneller auf als die unbelasteten Teilnehmerinnen.

Melisse als Gehirn-Boost

London (pte, 14. März 2003 17:08) - Forscher der Northumbria University haben wissenschaftlich nachweisen können, dass ein Extrakt aus Zitronenmelisse (*Melissa officinalis*) wie ein Turbo-Boost für Geist und Wohlbefinden wirkt. Die Wirkung der Heilpflanze, deren unscheinbare grüne Blättchen zitronig duften, wurde schon im 16. Jahrhundert von John Gerard als „Geistesbeschleuniger“ beschrieben. Laut BBC-Online

(news.bbc.co.uk) waren die Forscher über diese Wirkung verblüfft.

Nach den ersten wissenschaftlichen Untersuchungen der British Psychological Society könnte die Pflanze auch für Patienten, die an Demenz leiden, eingesetzt werden. In Laborversuchen haben die Forscher festgestellt, dass die Pflanze die Aktivität von Acetylcholin, einem chemischen Botenstoff, der bei Gedächtnisleistungen erforderlich ist, steigert. Im Gehirn von Alzheimer-Patienten ist dieser Botenstoff in nur geringen Mengen vorhanden.

Der Pflanzenextrakt könnte auch bei Patienten eingesetzt werden, die an Störungen des Erinnerungsvermögens leiden", meint Forschungsleiter Andrew Scholey. In ersten Versuchen mit Studenten wurden Kapseln mit getrocknetem Pflanzenextrakt verabreicht. In den Versuchen konnte bewiesen werden, dass der Extrakt die Gehirnleistung verstärkt. „Wir müssen aber weitere genaue Studien durchführen um zu sehen, ob die Pflanzenextrakte auch bei Alzheimer angewendet werden können“, erklärte Scholey bei der Präsentation der Studie beim Treffen der British Psychological Society, die in Bournemouth stattfand.

Ob das ätherische Öl der Melissa off. eine vergleichbare Wirkung hat, ist nicht untersucht worden; es wird als stark entspannendes und schlafanstoßendes Mittel eingesetzt.

Allergie und Duftpflanzen

Das europäische Parlament fordert zum Schutze der immer größeren Zahl von AllergikerInnen ab 2004 eine vollständigere Duftstoff-Deklaration auf Kosmetik-Verpackungen. 26 Substanzen, die auch in ätherischen Ölen vorkommen, sollen für allergische Reaktionen verantwortlich sein. Im Heft 229 (Ostern 2003) der Weleda-Nachrichten ist eine klar verständliche Zusammenfassung nachzulesen. Kostenloses Abo bei dialog@weleda.de