

Aromatherapie, Aromatologie

In der ägyptischen Heilkunde fand man bereits ca. 4000 v.Ch. Hinweise auf angewandte Aromatherapie. Im 13. Jahrhundert erlebte sie in Frankreich einen Höhepunkt, geriet jedoch aufgrund der synthetischen Herstellung künstlicher Essenzen, welche weniger wirksam waren, im 19. Jahrhundert in Vergessenheit. Durch die Naturmedizin wurde sie in den letzten Jahren wieder entdeckt und erfreut sich inzwischen grosser Beliebtheit.

In der Aromatherapie werden ätherische Pflanzenöle verwendet. Ein breites Sortiment steht für die verschiedensten Indikationen zur Verfügung.

Die Aufnahme erfolgt über die Nase durch Verdampfen im Raum, innerlich, durch Inhalation, als Gurgelwasser, Wickel oder als Badezusatz. Die verschiedenen Anwendungen können auch kombiniert werden.

Zur Selbstbehandlung empfiehlt sich das Studium entsprechender Literatur oder die Befragung eines Therapeuten. Nebenwirkungen sind meist auf falsche Dosierung oder allergische Überreaktionen zurückzuführen.

Die Aromastoffe wirken auf der "feinstofflichen Ebene" und begünstigen so die seelisch-geistige Harmonisierung, welche sich positiv auf den Körper überträgt. Das bietet vor allem in unserer Zeit, wo viele Leiden seelisch-nervös (psychosomatisch) bedingt sind, gute und einfache Anwendungsmöglichkeiten.

Aromatologie befasst sich zusätzlich mit der Anwendung der Aromatherapie in Pflegeberufen, in den pädagogischen und heilpädagogischen Arbeitsbereichen und in der Psychotherapie. Auch Lebens- und Gesundheitsberatung werden in der Aromatologie miteingeschlossen.