

Susanne Fischer-Rizzi

Das grosse Buch der Pflanzenwässer - Mängelexemplar

Extrait du livre

[Das grosse Buch der Pflanzenwässer - Mängelexemplar](#)

de [Susanne Fischer-Rizzi](#)

Éditeur : AT Verlag



<http://www.editions-narayana.fr/b17021>

Sur notre [librairie en ligne](#) vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne

Tel. +33 9 7044 6488

Email info@editions-narayana.fr

<http://www.editions-narayana.fr>





Eukalyptus- wasser

ERFRISCHENDE KLARHEIT ERLEBEN

Der Eukalyptusbaum besitzt eine beeindruckende Regenerationskraft. Wenn Buschbrände über ihn hinwegfegen, er rigoros zurückgeschnitten oder längere Zeit überschwemmt wird - nichts kann ihn davon abhalten, wieder neu auszutreiben. Seine Samenkapseln sind in einer schützenden Samenhülle feuerfest verpackt, sein Holz ist hart und enorm widerstandsfähig gegen Fäulnis. Die Blätter, speziell das darin enthaltene ätherische Öl, halten Insekten fern und bergen zudem große Heilkräfte für den Menschen. Kein Wunder, dass der Eukalyptusbaum in seinem Heimatland von den Aborigines, den Ureinwohnern Australiens, als heiliger Baum verehrt wird. James Cook und besonders die ihn auf der Endeavour begleitenden Botaniker waren sehr beeindruckt, als sie 1770 an der Südküste Australiens die ersten riesigen Eukalyptusbäume erblickten. Solch himmelauftragende Bäume hatten sie in Europa noch nie gesehen. Erst 100 Jahre später wurde der Baum auch in Europa gepflanzt, vorwiegend zur Trockenlegung von Sümpfen. Das ätherische Eukalyptusöl kann Bakterien, Pilze und Viren abtöten, hält lästige Insekten fern und wurde sogar zur Behandlung von Malaria, Thyphus und Tuberkulose eingesetzt. Es kann den menschlichen

Organismus widerstandsfähiger machen, das Immunsystem stärken und so helfen, sich vor Ansteckung zum Beispiel in Grippezeiten zu schützen. In der Phytotherapie setzt man das Eukalyptusöl wie auch das Eukalyptuswasser schon lange als auswurförderndes Mittel bei Husten, chronischer Bronchitis, als Antiseptikum bei Grippe und zur Inhalation bei Erkrankungen der Atemwege ein. Eukalyptusöl und sein Bestandteil Cineol werden in zahlreichen Präparaten zur Inhalation, zum Einreiben und zum Einnehmen verarbeitet. Fast jeder kennt Eukalyptusbonbons. Der Hauptinhaltsstoff des ätherischen Öls des Eukalyptusbaums ist 1,8-Cineol, das Eukalyptol; es kann die Aufnahme von Medikamenten und ätherischen Ölen über die Haut um das 95-fache verstärken. Die geballte Kraft des reinen Eukalyptusöls ist jedoch so stark, dass es bei unsachgemäßer Anwendung und Überdosierung auch zu Nebenwirkungen wie Hautreizungen, allergischen Reaktionen oder Krämpfen kommen kann. Das Eukalyptuswasser ist sehr viel sanfter in seiner Wirkung, und bei sachgemäßer Anwendung sind keine Nebenwirkungen zu erwarten.

PFLANZENPORTRÄT

Eukalyptus, Fieberbaum, Blaugummibaum
Eucalyptus globulus
Familie der Myrtengewächse, *Myrtaceae*

VORKOMMEN

Der Eukalyptusbaum ist ursprünglich in Australien, Tasmanien und Indonesien beheimatet. Das im Handel erhältliche ätherische Öl wie auch das Pflanzenwasser stammen meist aus Anpflanzungen in Brasilien, Portugal oder Frankreich.

Heute ist der Baum weltweit in südlichen Ländern verbreitet. Im Mittelmeerraum, in Afrika und Amerika wird er oft zur Entwässerung von Sumpfgebieten angebaut. 70 Prozent des australischen Baumbestandes besteht aus Eukalyptusarten. Der Blaugummibaum (*Eucalyptus globulus*) ist dort die verbreitetste Eukalyptusart. Von den über 600 Eukalyptusarten besitzen nicht alle den hohen Gehalt an ätherischem Öl wie *Eucalyptus globulus*. Eukalyptuspflanzen können im Topf kultiviert werden und im Winter im Haus oder Gewächshaus überwintern. Ich bringe mir von Reisen in Länder, wo der Eukalyptus gedeiht, Eukalyptusblätter zum Destillieren mit. Schon mit einigen wenigen Blättern kann man sich eine Sprayflasche frisch-duftendes Eukalyptuswasser herstellen.

BESCHREIBUNG

Der Eukalyptus ist ein 60-70 Meter hoher immergrüner, schnellwüchsiger Baum mit ledrigen Blättern. Die Blüten sitzen einzeln an Stielen. Die Blütenknospe trägt einen Deckel. Die Blätter sind graugrün, eiförmig und gegenständig, die Folgeblätter sind wechselständig angeordnet. Der Eukalyptusbaum besitzt eine grauweiße, glatte Rinde.

Neben dem Blaugummibaum (*Eucalyptus globulus*) können auch die Blätter anderer Eukalyptusarten für ein Pflanzenwasser verwendet werden: Zitroneneukalyptus (*Eucalyptus citriodora*) mit einem angenehmen Zitronenduft, Sterneukalyptus (*Eucalyptus radiata*) mit einer besonders ausgeprägten antiviralen und antibakteriellen Wirkung.

VERWENDETER PFLANZENTEIL Blätter und junge Zweige, frisch oder besser angetrocknet oder getrocknet. Der Blaue Eukalyptus (*Eucalyptus globulus*) ist sehr ergiebig, da er sehr viel ätherisches Öl

enthält. Der Zitroneneukalyptus (*Eucalyptus citriodora*) und der Lemon-Eukalyptus (*Eucalyptus staigeriana*) haben einen feinen zitrusartigen Duft. Das daraus destillierte Pflanzenwasser ist sehr mild. Pflanzen und Saatgut sind im Fachhandel erhältlich.

GEWINNUNG

Destillation der zerkleinerten Blätter und Zweige. Eukalyptus ist in der Destillation sehr ergiebig. Man erhält schon bei kleinen Mengen ein duftendes Pflanzenwasser und etwas ätherisches Öl, das auf der Oberfläche des Pflanzenwassers schwimmt. Dies sollte abgenommen werden, wenn man das Eukalyptuswasser auf der Haut verwenden will. Wird in einer kleinen Destille Pflanzenwasser hergestellt, gibt man auf 300 ml Wasser circa 100 g gut zerkleinerte Blätter. Nicht mehr, da das Eukalyptuswasser sonst die Haut reizen kann. Vorsicht, das reine ätherische Eukalyptusöl ist leicht entflammbar.

DUFT

frisch, kampferig, typisch nach Eukalyptus

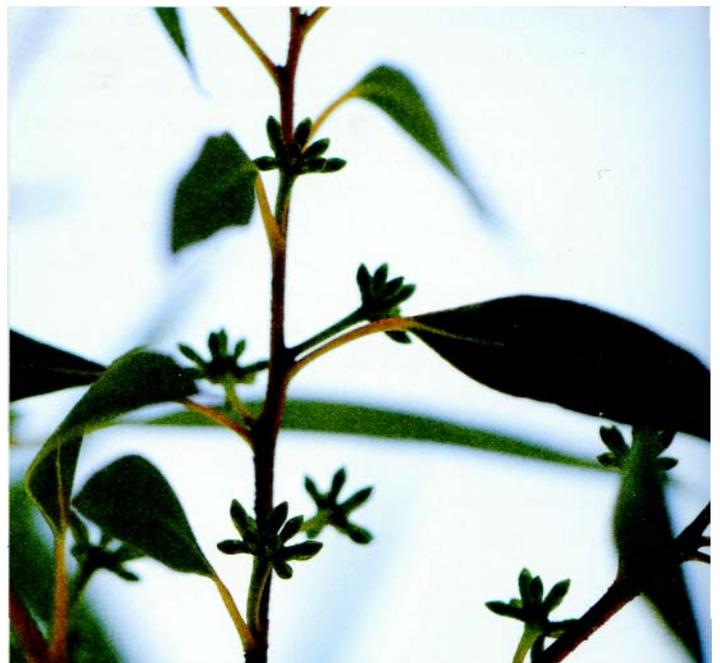
INHALTSSTOFFE

Genauere Angaben über die Inhaltsstoffe im Eukalyptuswasser liegen nicht vor. Der Eukalyptus besitzt 1,5-3,3 Prozent ätherisches Öl, das zu einem großen Teil aus 1,8-Cineol (circa 70 Prozent) besteht.

pH-WERT 4,5-4,8

HALTBARKEIT

bis zu P/2 Jahre



Eukalyptuswasser

ANWENDUNG

ANWENDUNGSARTEN Spray: Raum, Körperumfeld; Duftlampe, Aromadiffuser, Sauna, Inhalation, Nasenspülung, Kompresse, Eiswürfel, Franzbranntwein

ANWENDUNGSBESCHRÄNKUNGEN

Eukalyptuswasser sollte bei Säuglingen und Kleinkindern bis 4 Jahren weder innerlich noch äußerlich angewendet werden. Es kann zu Atemnot kommen. Nicht anwenden bei spastischen Atemwegserkrankungen. Bei empfindlicher Haut kann das Eukalyptuswasser die Haut reizen. Deshalb vor der Anwendung einen Hauttest machen. Während der Schwangerschaft das Eukalyptuswasser nicht einnehmen.

In der Homöopathie gilt der Eukalyptus als ein Antidot, das heißt, er kann die Wirkung einer homöopathischen Behandlung blockieren. Wegen dieser antidotierenden Wirkung des Eukalyptus wird von der Verwendung dieser Pflanze während einer homöopathischen Behandlung abgeraten.

KRISTALLWASSER

Raumspray

Wodka	10 ml
ätherisches Mandarinenöl	15 Tropfen
Eukalyptuswasser	30 ml
Douglasien- oder Weißtannenwasser	20 ml
Lemongrasswasser	20 ml

In einer Sprayflasche das ätherische Öl im Alkohol verschütteln. Die Pflanzenwässer zugeben und alles gut miteinander verschütteln. Als Raumspray, Körperumfeldspray oder im Aromadiffuser verwenden. Nicht in Gesicht oder Augen sprühen.

Eine Mischung mit kühlem, waldigem Zitrusduft, die belebt und erfrischt. Auch gut für unterwegs.

PSYCHISCHE WIRKUNG *anregend, aufmunternd, belebend, erfrischend, klärend* Das Eukalyptuswasser belebt bei Antriebslosigkeit, Konzentrationsmangel, Erschöpfung und Niedergeschlagenheit. Sein erfrischender Duft hilft, bei konzentrierter Arbeit in geschlossenen Räumen länger frisch zu bleiben. Hierfür kann es auch mit Douglasienwasser vermischt werden.

ENERGETISCHE WIRKUNG *Vitalität, Klarheit, geistige Erfrischung* Eukalyptuswasser als Raumspray schafft in Räumen eine Atmosphäre der Klarheit und Frische. Es eignet sich gut für Konferenzräume und Büros. Wenn die Energie verbraucht ist, wenn eine Situation festgefahren scheint, dann wirkt das Eukalyptuswasser wie ein belebender Hauch. Es kann hierfür mit anderen Pflanzenwässern oder ätherischen Ölen gemischt werden wie: Douglasie, Grapefruit, Limette, Pfefferminze, Zirbelkiefer, Zitrone. Das Eukalyptuswasser wirkt in Räumen keimreduzierend und eignet sich deshalb gut zur Raumdesinfektion und als Ansteckungsschutz.

MEDIZINISCHE WIRKUNG

antibakteriell, antiviral, atmungsaktivierend, entzündungshemmend, fungizid, Immunsystem stärkend, schleimlösend

→ Atemwegserkrankungen

Beim Einatmen des Eukalyptusduftes, als Spray oder als Inhalation, fühlt sich die Atemluft kühl an. Dies ist besonders angenehm, wenn die Schleimhäute geschwollen und entzündet sind und sich heiß anfühlen. Dies bewirkt der Inhaltsstoff Cineol des Eukalyptus, der ähnlich wie das Menthol der Pfefferminze die Kälterezeptoren anregt und ein Kältegefühl erzeugt. Kalte Luft wird vom Gehirn intensiver wahrgenommen, und man meint, es ströme mehr Luft in die Nase. Man atmet erleichtert durch. (Hatt 2012)

Die therapeutischen Anwendungsgebiete des Eukalyptus sind vor allem die Erkrankungen der oberen Atemwege. Er hat sich in der Behandlung von akutem Schnupfen mit viel Schleim sehr bewährt.



Wie der Eukalyptusbaum aufgeschwemmte Sumpflandschaften entwässern kann, so »entwässert« er unsere Nase wie auch die Bronchien, legt sie trocken bei Husten und Erkältungskrankheiten.

Das Eukalyptuswasser kann mehrmals täglich im Kopfbereich gesprüht und eingeatmet werden. Es dient auch zu Inhalationen.

Auch die verstopften Nasennebenhöhlen macht das Eukalyptuswasser wieder frei, vor allem wenn es zur Inhalation oder zur Nasendusche (Nasenspülung) eingesetzt wird. Auch bei Asthma kann das Eukalyptuswasser verwendet werden.

Der Eukalyptusbaum schützt sich in seinem Lebensraum mit seinem ätherischen Öl gegen Keime und Pilze. Auch in unserem Umfeld wirkt das keimtötende Eukalyptuswasser als Raumdesinfektion und ist so ein Schutz gegen Ansteckung in Grippezeiten. Dafür wird das Eukalyptuswasser als Körperumfeldspray, Raum-spray oder im Aromadiffuser angewendet.

FRISCHE BRISE

Spray bei Erkältungen

Eukalyptuswasser	30 ml
Angelikawasser, Wurzel	20 ml
ätherisches Thymianöl	
ct. Linalool	4 Tropfen
ätherisches Zitronenöl	10 Tropfen

Die Pflanzenwässer in eine Sprayflasche geben und die ätherischen Öle darin verschütteln. Mehrmals täglich im Kopfbereich sprühen und einatmen. Nicht direkt ins Gesicht oder in die Augen sprühen. Die Mischung kann auch für Aromadiffuser und Duftlampen verwendet werden. Sie eignet sich auch verdünnt als Saunaaufguss.

Ein Infekt-Abwehr-Duft zum Beispiel als Grippeprophylaxe, besonders im Winter.

ATEMFREI

Mischung für den Aromadiffuser

Eukalyptuswasser	30 ml
Weißtannenwasser	
oder Douglasienwasser	20 ml
ätherisches Lemongrassöl	5 Tropfen

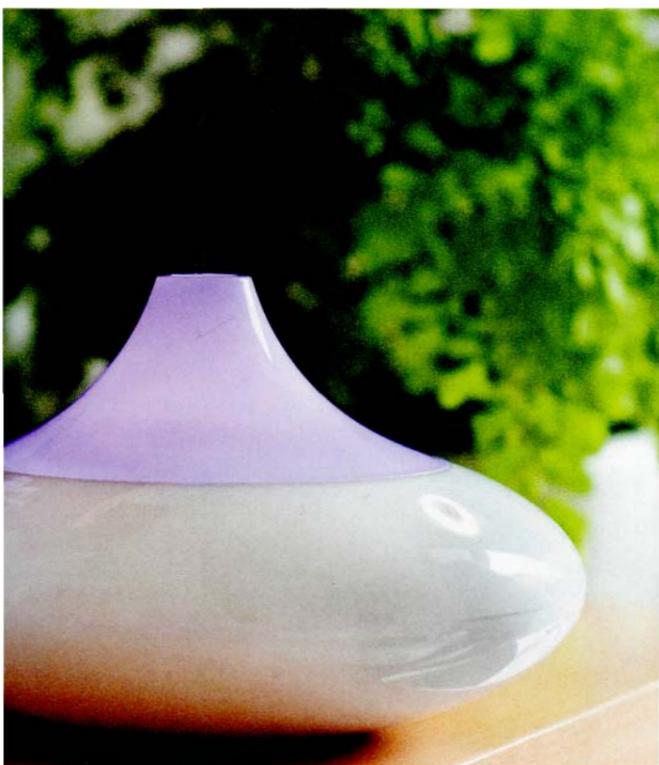
Alle Zutaten gut miteinander verschütteln. Im Aromadiffuser vernebeln. In dieser Mischung verbinden sich die atembefreienden Wirkungen von Eukalyptus und Weißtanne mit der keimtötenden Kraft des Lemongrassöls. *Atemfrei* unterstützt therapiebegleitend bei Atemwegserkrankungen, besonders wenn diese mit Verschleimung verbunden sind. Schützt vor Ansteckung. Eine Mischung, die sich auch gut fürs Wartezimmer, fürs Büro und für Fitnessräume eignet.

Eukalyptuswasser

→ Muskeln und Gelenke

Das Eukalyptuswasser, gerne vermischt mit anderen Pflanzenwässern und ätherischen Ölen oder als Franzbranntwein verarbeitet, hilft als Einreibungen bei Muskelverspannungen und rheumatischen Beschwerden. Bei Nackenverspannungen wirkt schon eine kurze Einreibung, ein Sprühstoß im Nacken oder eine Massage mit dem Eukalyptuswasser. Auch die Einreibung mit einem Eukalyptus-Eiswürfel ist sehr angenehm bei Nackenverspannungen. Pur oder in Mischung mit anderen Pflanzenwässern wirkt es entspannend und erfrischend zugleich. Wer viel am Computer sitzt oder lange Reisen sitzend unternimmt, wird das Eukalyptuswasser sehr schätzen. Es hilft bei Ermüdung, erfrischt bei stickiger Luft, entspannt bei Muskelverspannungen und belebt müde Füße.

In Italien wird das Eukalyptuswasser als Kompresse bei Blutergüssen und zum Reinigen von kleinen Wunden verwendet.



PFLEGE

Das Eukalyptuswasser eignet sich in Krankenzimmern als »Raumdeodorant« zur Raumdesinfektion. Es dient zu erfrischenden, atemstimulierenden Einreibungen und Abklopfungen, in Wasser verdünnt oder als Franzbranntwein verarbeitet.

Bei Fieber helfen fiebersenkende Wadenwickel mit kaltem Wasser, dem etwas Eukalyptuswasser (3 EL auf 1 Liter Wasser) zugegeben wird.

TIERE

Eukalyptus wird bei Atemwegserkrankungen bei Tieren schon lange erfolgreich eingesetzt. Er hilft besonders gut bei viel Verschleimung, denn es wirkt schleimlösend und auswurfördernd und wird erfolgreich bei Hunden, Pferden, Rindern, Schafen, Ziegen und Schweinen eingesetzt. Für Katzen ist dieser Duft meist zu stark. Das Eukalyptuswasser wird hierfür im Kopfbereich des Tieres gesprüht, sodass das Eukalyptuswasser eingeatmet werden kann. Bei Husten und Bronchitis ist die Anwendung von Eukalyptuswasser im Aromadiffuser besonders wirkungsvoll (Wulff-Tilford, Tillford 1999). Eukalyptuswasser niedrig dosieren und nicht in die Augen sprühen. Nicht bei trächtigen Tieren anwenden.

KOSMETIK

reinigend, klärend, entfettend, Ionisierend, anregend
Das Eukalyptuswasser kann unreine, fettige Haut reinigen. Da es durch den hohen Gehalt an ätherischem Öl die empfindliche Gesichtshaut reizen könnte, wird es zur Anwendung als Gesichtswasser mit mildereren Pflanzenwässern, wie zum Beispiel mit Lavendelwasser oder Myrtenwasser, vermischt oder nur zum Abtupfen der betroffenen Hautstellen verwendet. Es sollte nicht in die Augen gesprüht werden. Als Gesichtsmaske mit grüner Heilerde zu einer streichfähigen Masse verrührt, ergibt das Eukalyptuswasser eine Maske zur Behandlung von fettiger, unreiner Haut und von Akne.



Susanne Fischer-Rizzi

[Das grosse Buch der Pflanzenwässer - Mängelexemplar](#)
Pflegen, heilen, gesund bleiben mit Hydrolaten

350 pages, relié
publication 2014



Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain www.editions-narayana.fr