



Von der Notwendigkeit der Reinheit der ätherischen Öle

Für erfolgreiche Anwendung in der Aromatherapie ist es außerordentlich wichtig, dass die ätherischen Öle unbedingt unverfälscht aus der Stammpflanze herrühren. Und da gibt es so einige Probleme. Obwohl auch in vielen Apotheken hochwertige Öle verkauft werden, darf man sich nicht generell auf die Angabe "nach DAB Qualität", d.h. nach der Qualität des deutschen Arzneimittelbuchs, verlassen. Dies reicht bei weitem nicht aus, vor allen Dingen, wenn man die ganzheitlichen Wirkungen der Öle nutzen will. Von den relativ wenigen überhaupt dort aufgeführten Ölen müssen, um den DAB-Anspruch zu erfüllen, nämlich nur einige wenige Inhalts- bzw. Hauptkomponenten in der verlangten Konzentration anwesend sein. Ob diese Hauptkomponenten dann tatsächlich aus der Stammpflanze herrühren, ist dabei zweitrangig. Oft wird die Konzentration der gewünschten Komponente mit Substanzen aufge bessert, die zwar oft natürlichen Ursprungs sind, aber aus dem Öl anderer Pflanzen isoliert wurden. Aber auch naturidentische, sprich synthetische Zusätze sind nicht selten. Diese naturidentischen Substanzen sind aber nur dem Namen nach naturidentisch. In Realität unterscheiden sich diese Substanzen deutlich von den in der Natur gefundenen. Da praktisch keine Substanz im Labor in 100-prozentiger Reinheit hergestellt werden kann, sind sie immer vermischt mit den Nebenprodukten der chemischen Synthese, der sie entstammen. Diese Nebenprodukte sind dann oft verschieden von dem, was im natürlichen Öl gefunden wird. Nicht selten sind es daher auch gerade diese Nebenprodukte, die dem analytischen Chemiker sagen, dass synthetische Materialien zugesetzt wurden. Durch all diese Praktiken kann es dann durchaus sein, dass verwegene Mixturen zustande kommen, die mit dem ursprünglichen Öl nur wenig gemein haben.

Sie sollten daher ätherische Öle für die Aromatherapie bei einem Fachhändler beziehen, der sich in seriöser Weise auf die Aromatherapie spezialisiert hat. Auch wenn solche Öle oft einen höheren Preis kosten als die gestreckten Öle aus der Chemieküche, erweisen sie sich doch, vorausgesetzt der Händler ist ehrlich, als die bessere Investition. Nicht zuletzt profitieren beim Kauf solcher Öle auch Produzenten im alternativen Bereich, während beim Kauf der industriell aufbereiteten Öle hauptsächlich die Chemie-Industrie verdient.

Den Panschern auf der Spur

Massenhaft Blüten, Blätter, Rinden, Wurzeln und Früchte müssen sorgfältig geerntet und bearbeitet werden, um kleinste Mengen ihrer ätherischen Seelen zu gewinnen. Deshalb ist das Panschen dieser wertvollen und teuren Öle ein lukratives Geschäft.

Da die Fälscher die gängigen Untersuchungsmethoden kennen, ist es für sie bisher auch einfach gewesen, die Öle so zu komponieren, dass die Panscherei auch bei gewissenhafter Prüfung nicht auffiel.

Dies hat sich nun schlagartig geändert, denn Professor Wilfried König vom Institut für Organische Chemie an der Universität Hamburg kann mit Hilfe einer neuen Untersuchungsmethode, der chiralen Gaschromatographie, die Inhaltsstoffe der Öle wesentlich genauer als bisher üblich aufschlüsseln und somit viele schwarze Schafe herausfinden. Knapp 80 Bergamotteöle wurden in Hamburg auf ihre Reinheit hin untersucht. Ergebnis: Rund 70% der Öle waren gepanscht.

Professor König: "Durch die Entwicklung dieser neuen Analysemethoden sind wir heute in der Lage, in bestimmten Fällen Verfälschungen genau nachweisen zu können. Wir können z.B. bei Bergamotteölen, bei Lavendelölen, bei Rosenölen und Melissenöl eindeutig Fälschungen erkennen und damit den Spreu vom Weizen trennen und eindeutige Aussagen machen."



Ganzheitliche Betrachtungsweise der Wirksamkeit der ätherischen Öle

Wenngleich ein Teil der Wirkung eines Öls tatsächlich sehr oft durch seine Hauptkomponenten bedingt ist, weiß man heute ebenso, dass die volle Wirksamkeit eines Öls auch durch Spurenkomponenten verursacht wird, die in den künstlichen Mischungen der im Labor hergestellten Öle weitgehend fehlen. Weiter weiß man heute genau, dass die heilsame Wirkung von Ölbestandteilen nur dann voll ausgeprägt ist, wenn - wie das alpha Bisabolol bei der deutschen Kamille - die Komponente in der Form ihrer natürlichen Symmetrie vorliegt.

Wenngleich es dazu keine wissenschaftlichen Untersuchungen gibt, soll hier auch festgestellt werden, dass es der langjährigen Erfahrung vieler Aromatherapie-Anwender entspricht, dass bei der Anwendung von Ölen, die genuin sind, d.h. unverändert zu 100% aus einer Pflanze stammen, allergische oder unerwünschte Reaktionen fast niemals zu beobachten sind, während dies bei Ölen aus dem Labor durchaus gängig ist.

Achten Sie deshalb beim Kauf auf eine korrekte Auszeichnung des Öls. Zum einen muss gewährleistet sein, dass die Öle wirklich unverfälscht, d.h. absolut unverändert sind. Dies wird durch den Vermerk "100% naturrein" bestätigt oder aber durch den Begriff "genuin", der auch als Abkürzung "g" verwandt wird.

Darüber hinaus ist der Vermerk wichtig, dass das Öl wirklich aus der Stammpflanze gewonnen wurde. Eine häufige Angabe für diese Eigenschaft ist "authentisch", als Abkürzung "a". Diese Stammpflanze sollte mit dem lateinischen Namen und dem Herkunftsland angegeben sein, da sich Öle unterschiedlicher Herkunft mitunter deutlich unterscheiden. Gegebenenfalls ist auch die Angabe des Chemotyps, wie etwa "Thymianöl Typ linalol", notwendig.

Kürzlich wurden bei einem Test der Zeitschrift Ökotest etliche Händler erappt, die gepanshtes Bergamotteöl verkauft hatten. Mittlerweile ist die Analysentechnik so weit, dass man diesen Sündern auf die Schliche kommen kann, besonders dann, wenn die Verfälschungen im großen Stil stattfinden. Es ist wichtig, dass Sie als Verbraucher wissen, dass es jetzt möglich ist, den Missetätern, die Sie betrügen wollen, auf die Finger zu schauen. Verlangen Sie von Ihrem Händler unmissverständlich die Garantie, dass die Öle, die Sie erwerben, die beschriebenen Eigenschaften aufweisen. Nur so können Sie sicher sein, dass die Rezepte, die im Folgenden vorgestellt werden, ihre Wirkung nicht verfehlen.

Der richtige Typ des Öls ist wichtig

Nach den vorangegangenen Ausführungen wissen Sie, warum wir Wert auf wirklich naturreine ätherische Öle legen. Bei einigen der angeführten Rezepte wird darüber hinaus sogar ein bestimmter Typ des Öls gefordert, so z.B. Thymian Typ linalol und Thymian Typ thujanol.

Das liegt daran, dass beispielsweise Thymianöl nicht gleich Thymianöl ist. Die Zusammensetzung des Öls ist je nach Herkunft unterschiedlich. Die Thymianpflanze muss in ihrer Umwelt überleben, trotz Insektenfraß, schädlicher Viren und Bakterien, bei Frost und Nässe, in langen und kurzen Wintern. Dabei sehen Thymianpflanzen aus dem Hochgebirge und dem Flachland, aus Schleswig-Holstein und Sizilien, aus Amerika und Australien im Wesentlichen gleich aus und sind botanisch identisch. Sie reagieren auf all diese Einflüsse nicht zuletzt durch die unterschiedliche Zusammensetzung ihres ätherischen Öls, das für sie ja gleichzeitig Waffe und Medikament ist.

Aus diesem Grund können zwei völlig gleich erscheinende Thymianpflanzen völlig unterschiedlich duften, und was für die Aromatherapie viel bedeutender ist, ihr Öl kann auch völlig anders wirken.

Daher sollten Sie beim Kauf des Öls nicht nur darauf achten, dass es naturrein und wirklich aus der Stammpflanze ist, was Sie ja am lateinischen Namen erkennen können, sondern Sie sollten unbedingt, falls es im Rezept angegeben ist, auf den richtigen Typ bzw. - genauer gesagt - den richtigen Chemotyp des Öls achten.