



## Regenwald für den Hausgebrauch

### Vielfältige Nutzung fetter Öle

Neben Tees haben ätherische, vor allem aber fette Öle eine besondere Bedeutung. Sie finden nicht nur in der Heilkunde, sondern auch in zahlreichen Haushaltsmittelchen wie Seife, Kosmetik oder Shampoos Verwendung.

Uns haben diese Öle aus dem Dschungel so gut gefallen, dass wir uns in Deutschland gleich an die Arbeit gemacht und eine ganze Kosmetikserie entwickelt haben. Hier ist sie: Neben unserem Massageöl gibt es eine wohltuende Regenwald Pflegecreme, die sehr gut in die Haut einzieht. Zurzeit gibt es Untersuchungen über die Wirksamkeit der brasilianischen Öle in Cremes an der Hautklinik der Universität München. Die sind zwar noch nicht abgeschlossen, aber die untersuchenden Ärzte waren von der Effektivität der Öle begeistert.

### Andirobaöl

Das kaltgepresste Öl aus dem Samen des Andirobabaumes – *Carapa guianensis* – hat bei den Indianern am Amazonas eine lange Tradition. Geerntet werden die Samen in aller Regel von den Bewohnern des Regenwaldes, die die auf den Boden gefallen Samen einsammeln. Es hat einen angenehm nussigen Geruch. Äußerlich aufgetragen ist es ein ideales Massageöl gegen Prellungen und Schwellungen, da es die Durchblutung fördert. Solche Massageöle kann man entweder fertig kaufen oder sie lassen sich ganz einfach herstellen.

### Copaibaöl

Der Copaibabaum – *Copaiba officinalis* -ist in vielerlei Hinsicht etwas ganz Besonderes. Es ist ein 10 – 20 Meter hoher Baum mit breiter Krone, dessen Stamm bis zu 40 cm dick werden kann. Schon im jungen Holz beginnen sich kleine Exkretbehälter mit einem Balsam zu entwickeln: Dieses dient der Abwehr von Schädlingen. Zur Gewinnung werden in den unteren Teil des Stammes Löcher bis ins Mark geschlagen oder gebohrt. Man setzt für den Abfluss eine kleine Rinne ein und fängt den Balsam in Gefäßen auf.

In Brasilien dient der Balsam einerseits zur äußerlichen Behandlung verschiedenster Hautkrankheiten, Geschwüren und Verletzungen, oder zur Förderung der Wundnarbung, andererseits zur innerlichen Verwendung bei Schleimhauterkrankungen der Atemwege ( z.B. Bronchitis), und der Scheide( z. B. Vaginalfluor.).

Der Balsam besteht zu 40-80% aus ätherischem Öl, unter anderem mit dem Sesquiterpenkohlenstoff Caryophyllen, das auch in der Gewürznelke vorkommt. Der Rest besteht aus einem Harz, das homogen gelöst ist, und Harzsäuren. Die wirksame Komponente ist das Öl. Es wirkt leicht harntreibend, vor allem aber desinfizierend. In zu hoher Dosis kann es nierenreizend sein und sogar Koliken verursachen.

### Paranussöl

Der Samen der *Bertholletia excelsa* ist auch bei uns unter dem Namen Paranuss bekannt geworden. Der Name kommt daher, dass die meisten Samen aus dem Staat Para kommen. Im Englischen ist die Bezeichnung Brazil. Der nur wild vorkommende Baum trägt länglich ovale Blätter und bringt eine apfelgroße harte Frucht hervor, die bei der Reife abfällt. Sie enthält etwa 10 bis 16 dreikantige Samen, die wiederum durch eine harte Schale geschützt werden und bei uns als Paranüsse zu kaufen sind.

Auch dieses fette Öl ist ein wirksames Mittel gegen eitrige externe Infektionen. Wegen seiner stabilisierenden dermatologischen Eigenschaften wird es vor allem als Basisstoff in der Kosmetik verwendet.



## Regenwald-Pflegecreme

### Fettphase

2,5 g	Tegomuls
5 ml	Andirobaöl
1,5 g	Cacaobutter
1,5 g	Cetylalkohol

### Wasserphase

30 ml	frisch abgekochtes Wasser
1/2 ML	Fluidlecithin super oder Cm
1 ML	Aloe Vera 10fach (Borborsa)
5 Tr.	Paraben K
5 Tr.	Copaibaöl

Die 80 °C heiße Fettphase auf der Herdplatte mit einem Teil des frisch abgekochten Wassers, das die gleiche Temperatur haben sollte, langsam versetzen bzw. schmelzen. In ein Marmeladenglas füllen, den Rest des Wassers zusetzen und schütteln. In die erkaltende Creme Fluidlecithin Super oder das preisgünstigere Fluidlecithin Cm und Aloe Vera 10fach einrühren. Mit Paraben K konservieren und mit Copaibaöl versetzen. Das Besondere an dieser Pflegecreme sind die beiden Urwaldöle: Andiroba und Copaiba.

## Massageöl

30 g	Andirobaöl
10 Tr.	Copaibaöl

Bestandteile vermischen und in einen lichtdichten Tiegel füllen.

Darüber hinaus wird Andirobaöl mit Erfolg gegen Infektionen des Hals- und Kehlbereichs, also generell bei Halsschmerzen angewendet. Bekanntes einfaches Hausmittel:

## Mittel gegen Halsschmerzen

1 TL.	Honig
3 Tr.	Andirobaöl
1 Tr.	Copaibaöl

Auf den Honig einfach die Öle träufeln und einnehmen. Pur aufgetragen wirkt Andirobaöl aber auch zur Abwehr und Behandlung von jeder Art von Insektenstichen. Allerdings wird ganz ähnlich wie Kakaobutter auch das Andirobaöl bei einer Temperatur unter 24\* C fest.

Nicht nur gesund, sondern auch entspannend ist das folgende Regenwaldölbad:

## Regenwaldölbad

10 ml	Andirobaöl
75 ml	Paranussöl (Brazil Nut)
10 ml	Mulsifan
5 ml	Copaibaöl

Öle mischen, Mulsifan zusetzen, gut umrühren und in einen schönen Flakon geben, evtl. 5 ml Orangenöl für einen guten Duft zusetzen.



Zum Schluss nun noch zwei Regenwaldpflegemittel, eine Flüssigseife und ein Shampoo:

## Regenwald-Flüssigseife

30 ml	Wasser
1 EL	Essig oder 1 TL Kalweg
35 g	Facetensid
5 g	Sanfteen
ca. 6 ml	Rewoderm
1 ml	Andirobaöl
10 Tr.	Copaibaöl
20 Tr.	Paraben

### Bei Bedarf:

6 Tr.	Mandarine grün
4 Tr.	Tangerine

Wasser, Essig bzw. Kalweg, Facetensid und Sanfteen vermischen. Dann Rewoderm (Verdicker) langsam bis zur gewünschten Seifenkonsistenz unterrühren. Achtung! Rewoderm benötigt zum Andicken ca. eine Minute. Anschließend Andiroba- und Copaibaöl zugeben. Alles gut durchrühren und bei Bedarf mit Paraben K konservieren. In einen Seifenspender füllen und hin und wieder schütteln. Konserviert mit Paraben K beträgt die Haltbarkeit fünf bis sechs Monate. Facetensid ist ein extrem mildes Tensid, das nicht einmal in den Augen brennt, Sanfteen ist ein weiterer milder waschaktiver Stoff. Die saure Seife hinterlässt ein angenehm frisches Gefühl auf der Haut.

## Regenwaldshampoo

### Tensidmischung:

50 g	Facetensid
30 g	Betain
4 g (ca. 1/4 ML)	Sanfteen

### Shampoo:

0,5 g (1 kl. ML)	Haarguar
95 ml	abgekochtes oder destilliertes Wasser
84 g	Tensidmischung HT
20 Tr.	Copaibaöl
2 g (1 ML)	Fluidlecithin Cm oder Super
1 ML	Andirobaöl
10 ml (4 ML)	Nuratin P
1 ml	Kalweg oder Zitronensaftkonzentrat
ca. 10 g	Rewoderm
40 Tr.	Paraben K

### Bei Bedarf:

5 Tr.	Mandarine
3 Tr.	Tangerine

Haarguar in ein Becherglas geben, das noch warme Wasser hinzuschütten und Pulver unter Rühren darin auflösen. Nun die Tensidmischung unterheben. Anschließend Copaibaöl, Fluidlecithin, Andirobaöl und Nuratin mit einem Glasstab unterrühren. Mit Kalweg oder Zitronensaftkonzentrat den pH-Wert auf ca. 5 einstellen. Zuletzt zum Andicken Rewoderm portionsweise gründlich in die Mischung rühren. Auch hier Vorsicht! Rewoderm dickt erst nach ca. 1 Minute an. Zuletzt Konservierungsmittel Paraben K zugeben.