

Ätherische Öle

Ätherische Öle enthalten die Lebenskraft der Pflanzen in konzentrierter Form. Schon das Wort „ätherisch“ – abgeleitet vom griechischen „aither“ wie „Himmelsduft“ – deutet darauf hin, dass es sich hier um etwas Flüchtiges, nicht Fassbares handelt.

Gleichzeitig sind ätherische Öle jedoch etwas sehr Wesentliches, da sie für den Duft einer Pflanze entscheidend sind. Deshalb gelten ätherische Öle als duftende Seele der Pflanze.

Das Einatmen von ätherischen Ölen ist die effektivste Heilmethode in der Aromatherapie. Denn der Geruchssinn reagiert schneller als jeder andere: Über das limbische System erreichen die Duftstoffe direkt das Großhirn und die Wirkung setzt sofort ein.

Ätherische Öle können mit ihren Duftstoffen nicht nur Wohlgerüche verbreiten, die unserem Geruchssinn schmeicheln. Sie haben vielmehr eine tiefer gehende Wirkung auf Körper, Geist und Seele des Menschen.

Die häufigste Methode zur Gewinnung von ätherischen Ölen ist die Wasserdampfdestillation. Auch wir nutzen diese Form der Gewinnung: Bei diesem Verfahren wird Wasser erhitzt, bis Dampf entsteht. Sobald dieser einen bestimmten Druck erreicht, wird er in einen großen zylindrischen Bottich geleitet, in dem sich die Pflanzenteile befinden. Der heiße Wasserdampf entzieht den Pflanzen alle flüchtigen Duftstoffe und verbindet sich mit ihnen. Danach wird der heiße Dampf durch ein Rohrsystem mit einer Kühlschlange geleitet und abgekühlt. Durch Kondensation ent-

steht nun ein Gemisch aus Wasser und ätherischem Öl. Anschließend erfolgt die Trennung des Wasseranteils vom ätherischen Öl durch die sogenannte Florentiner Vase. Dabei wird das auf dem Wasser schwimmende ätherische Öl abgeschöpft bzw. abgelassen. Übrig bleibt das Pflanzenwasser, auch Hydrolat genannt.

Hydrolate

Früher auch Pflanzenwässer, Blütenwässer oder aromatische Wässer genannt.

Hydrolate enthalten die wasserlöslichen Pflanzeninhaltsstoffe, in Spuren auch suspendierte ätherische Öle. Hydrolate haben ähnliche Wirkungen wie die entsprechenden ätherischen Öle, wirken allerdings milder und können – in Abhängigkeit von den unterschiedlichen Inhaltsstoffen – auch etwas von den Wirkungen der ätherischen Öle abweichen.

Je nach Pflanzenauszug werden Hydrolate hauptsächlich zur natürlichen Hautpflege als Gesichtswasser oder Rasierwasser verwendet. Jedoch auch als erfrischendes Körperspray, zum Herstellen von Parfums und Essenzen, zum Inhalieren, auch zur Mundpflege, für Kompressen, zur Haarpflege und als Raumduft.