

Entwicklung von Heil- und Massageölen

Über einen Zeitraum von 5 Jahren beschäftigte ich mich mit der Entwicklung neuer Heil- und Massageöle, die einerseits Schmerzen lindern, andererseits eine therapeutische Wirkung bei der Behandlung von Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates haben sollten.

Dabei entdeckte ich bislang unbekannte Effekte, die sich, je nach Kombination und Menge einzelner ätherischer Öle oder Ölauszüge, einmal in einer Schmerzlinderung und einmal in einer Schmerzerzeugung äußerten. In bestimmten Fällen gelang es sogar, über eine sehr kurze Phase der Schmerzerzeugung zu einer gravierenden Linderung bzw. einem Entlastungsgefühl zu kommen.

Es schien so, dass, je nach Mischung der einzelnen Ölauszüge, das Endprodukt eine bestimmte Frequenz, eine Art von Energie an die erkrankten Körperteile sendet und diese Energie die krankhaften Prozesse löscht oder auflöst - als ob wieder etwas zum Fließen gebracht würde. Dies äußerte sich auf unterschiedliche Weise:

Nach Auftragen oder dem sanften Einreiben des Öls (z.B. im Bereich der Kniegelenke) konnte zunächst ein sanftes Brennen auftreten, das sich langsam verstärkte, dann in ein Kribbeln oder Prickeln überging - als würde man von haarfeinen Nadeln gestochen - und schließlich wieder zu einem sanften Brennen abfiel, bis ein angenehmes Entlastungsgefühl zurückblieb, das bis zu 5 Stunden anhalten konnte.

In einigen Fällen wurde das Brennen so stark, dass für einen kurzen Moment Schmerzen erzeugt wurden, die aber alsbald wieder abflauten und ebenfalls ein Entlastungsgefühl zurückließen.

Indes gab es auch Fälle, die keine Entlastung brachten und sogar ein unangenehmes Gefühl zur Folge hatten. Das zeigt, dass wir es hier vorwiegend mit energetischen Effekten zu tun haben.

Am Anfang waren drei ätherische Öle: Zitronenöl, Grapefruitöl und Bergamottöl.

Diese Öle wurden für die Versuche 1:9 mit Vaselineöl verdünnt und dann tropfenweise miteinander kombiniert. Bei diesen Versuchen trat genannter Effekt zuerst auf. Je nachdem wie man diese drei Öle mischte, wurden entweder Schmerzen oder eine Schmerzlinderung erzeugt. Um die lindernden Eigenschaften zu verbessern, kamen schließlich noch Echtes Melissenöl, Lemongrasöl und Verbenaöl (aus *Aloysia triphylla* bzw. *Lippia triphylla*) hinzu. Diese Mischungen werden in PhytoMagister Band 3, Seite

167 genannt und dienen heute nur noch zur Parfümierung und Wirkungssteigerung von Mischungen echter Pflanzen-Ölauszüge, wie sie im Folgenden dargestellt werden:

Um eigene Erfahrungen zu machen bzw. um beschriebene Effekte am eigenen Körper zu testen, kann man zunächst (wie in Band 1, Seite 16-17 beschrieben) Ölauszüge aus Melissenblättern und frischen Zitronenschalen herstellen. Die fertigen Ölauszüge werden in Braunglas-Flaschen im Kühlschrank aufbewahrt, nur die Gebrauchsmengen in kleine Tropf-Flaschen (20 ml) abgefüllt.

Wer sich intensiv mit diesem Thema beschäftigen möchte, sollte sich speziell für die Ölauszüge einen eigenen Kühlschrank anschaffen und diesen auf 2 °C einstellen. So peroxidieren die Öle nicht und können noch nach Jahren verwendet werden. Vor dem Abfüllen der Gebrauchsmengen werden die Flaschen für ca. 2-3 Stunden in die Zimmerwärme gestellt und kurz geschüttelt.

Experimente

Auf die flache Hand 5 Tropfen Ölauszug aus Zitronenschalen und 3 Tropfen Auszug aus Melissenblättern geben und mit dem Finger vermischen. Von dieser Mischung etwas hinter das Ohr, auf die Oberseite des Handgelenks oder auf das Knie um die Patella schmieren oder auf das Ellenbogengelenk und abwarten. Diese Mischung erzeugt nach einiger Zeit ein angenehmes Brennen, das ein Entlastungsgefühl zurücklässt. Dreht man die Mengen um, beginnt das Brennen früher. Es ist stärker und lässt kein Entlastungsgefühl zurück. Dieses Beispiel zeigt, wie wichtig es ist, das richtige Öl als Hauptbestandteil einer Mischung zu wählen. Daher sollte man, falls eine Zweier-Mischung keine befriedigenden Ergebnisse zeigt, die Mengen vertauschen und es nochmals probieren, bevor man sie als misslungen verwirft.

Man kann auch, um sich langsam an genannten Effekt heranzutasten, zunächst 30 Tropfen des Ölauszugs aus Zitronenschalen in eine 10-ml-Tropf-Flasche geben, 10 Tropfen Auszug aus Melissenblättern zugeben und dann die Mischung um jeweils einen Tropfen Melissenauszug ergänzen. Zwischendurch immer wieder einen Tropfen der Mischung auf eine empfindliche Körperstelle auftragen und abwarten. Irgendwann beginnt dann der Effekt mit einem sanften Brennen, wird bei Zugabe weiterer Tropfenmengen stärker, kommt an einen Höhepunkt und verschwindet schließlich wieder.

Zur Beachtung: Jeder reagiert auf diese Ölkombinationen unterschiedlich stark: der eine empfindet ein starkes Kribbeln dort wo der andere nur ein sanftes Brennen oder fast gar nichts verspürt. Der Autor selbst testete diese Öl daher nicht nur am eigenen Leib, sondern auch bei vielen Freunden und Bekannten. Indes ist die Heilwirkung nicht abhängig davon, ob jemand viel oder wenig oder fast gar nichts spürt. Die Heilwirkung ist immer vorhanden. Allerdings, um eine Mischung auf das Maximum seiner Wirkung zu bringen, muss man selbst eine gewissen Sensibilität besitzen oder die Rezeptur an empfindlichen Personen ausprobieren.

Für die nächsten Experimente benötigen wir zusätzlich Ölauszüge aus Verbenenkraut (*Verbenae odoratae herb*, Zitronenverbena; Stammpflanze: *Aloysia triphylla*), Holunderblüten, Frauenmantelkraut, Kamillenblüten, Klettenwurzel, Blutweiderichkraut, Weidenrinde, Johanniskraut, Lavendelblüten, Gänsefingerkraut, Eisenkraut und Salbei- blättern (bis hierhin aus getrockneten Drogen) und frischem Gierschkraut.

In die Hand folgende Tropfenmengen geben und mit dem Finger mischen: 5 Melisse, 3 Lavendel, 2 Verbena. Diese Mischung erzeugt ein starkes Brennen. Als nächstes: 10 Melisse, 3 Lavendel, 3 Johanniskraut und 4 Verbena. Diese Rezeptur bringt eine gute Linderung bei Schmerzen.

Rezepturen

1) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

44 Zitrone
26 Melisse
15 Verbena (Verbenae odoratae herb)
09 Holunder

Diese Mischung erzeugt ein mittelstarkes Kribbeln, das in ein Brennen übergeht. Der Schmerz kann zuerst verstärkt werden, lässt aber dann nach. Die Wirkung ist noch etwas zu stark, kann also noch verbessert werden.

2) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

30 Zitrone
18 Melisse
18 Frauenmantel
10 Kamille
10 Verbena (oder 7)
06 Klette (oder 7)
08 Blutweiderich (oder 7)

Die Rezeptur erzeugt ein sanftes, tiefgehendes Brennen, das spät auftritt, länger anhält und ein Entlastungsgefühl zurücklässt. Der Schmerz wird zunächst leicht verstärkt und lässt dann nach.

3) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

30 Zitrone
18 Melisse
18 Frauenmantel
10 Kamille
10 Verbena
06 Holunder

Diese Kombination erzeugt ein mittelstarkes Kribbelbrennen, ausgleichend und schmerzlindernd. Das Brennen hält länger an, schaukelt sich mehrmals hoch.

4) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

33 Frauenmantel
18 Kamille
18 Verbena
10 Klette
07 Melisse
07 Blutweiderich
07 Zitrone

Ein ausgleichendes und schmerzlinderndes Massageöl.

5) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

33 Frauenmantel
18 Holunder
18 Zitrone
10 Weidenrinde
07 Verbena
07 Lavendel
07 Melisse

oder

33 Frauenmantel
18 Holunder
18 Zitrone
10 Weidenrinde
10 Melisse
06 Verbena
04 Klette

Beide Rezepturen zeigen sehr gute Effekte bei **Schultersyndrom** und Rückenschmerzen.

6) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

10 Lavendel
10 Holunder
10 Weidenrinde
10 Gänsefingerkraut

Diese Mischung zeigt schon sehr gute Effekte bei Lumbago und Rückenschmerzen, kann aber noch etwas verfeinert werden.

7) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

- 10 Johanniskraut
- 10 Weidenrinde
- 10 Gänsefingerkraut

Die Kombination bringt eine gute Linderung bei Lumbago.

8) In eine 10-ml-Tropf-Flasche folgende Tropfenmengen geben:

- 10 Lavendel
- 10 Salbei
- 10 Melisse
- 10 Giersch

oder

- 10 Lavendel
- 10 Salbei
- 10 Eisenkraut
- 10 Giersch

Diese Rezepturen zeigen besonders gute Effekte bei gestörtem Energiefluss in den Extremitäten (Muskeln, Sehnen).

9) Abschließend noch eine wirksame, seit vielen Jahren bewährte Rezeptur gegen **Venenstauungen und Krampfadern**. Dazu müssen jedoch Ölauszüge aus weiteren Pflanzendrogen hergestellt werden:

- 27 Schafgarbenblüten
- 27 Raute (*Ruta graveolens*)
- 12 Lilienblüten (Auszug aus dem frischen Kraut; s. Band 2, S. 432)
- 09 Giersch (Auszug aus dem frischen Kraut)
- 09 Mädesüßblüten
- 09 Gundermann (Auszug aus dem frischen Kraut)
- 07 Salbei

Die vereinfachte Variante enthält 40 Schafgarbe, 40 Raute und 20 Lilienblüten (s. Band 2, S. 430).

Dieser kurze Einblick in meine fünfjährige Arbeit soll andere ermuntern, auf diesem Gebiet weiter zu forschen. Meine Arbeit stellt nur einen winzigen Teil dessen dar, was es noch zu entdecken gibt. In diesem Sinne wünsche ich allen Interessierten viel Erfolg und viele Heilerfolge.

Peter Kaufhold (www.eschholtz.de)

Weitere Anregungen und Rezepturen für Heil- und Massageöle sind zu finden in:

PhytoMagister **Band 1**, S. 575, 625,

PhytoMagister **Band 2**, S. 76, 77, 177, 229-232, 286, 323, 324, 326, 447, 632,

PhytoMagister **Band 3**, S. 166-169, 533, 534, 730, 731

Der Schlüssel zur PhytoTherapie

Peter Kaufhold

PhytoMagister

Zu den Wurzeln der Kräuterheilkunst



Modernes und traditionelles Wissen der Pflanzenheilkunde
für Praxis und Unterricht

Band 3

788 Seiten, hochwertige **Fadenbindung**
für langjährigen, intensiven Gebrauch

zahlreiche farbige Pflanzenbilder

Preis: 79,- EUR

mit neuen Heilpflanzen, in
Ergänzung zu Band 2

Pflanzenheilkunde ist Erfahrungsmedizin, über viele Jahrhunderte überliefert, ergänzt und verfeinert. In diesem Nachfolgeband bekommt der Leser, wie schon in Band 1 und 2, nicht nur präzise Anleitungen zur Anwendung und Dosierung neuer Heilpflanzen, sondern auch zur Herstellung von Naturheilmitteln unterschiedlichster Art. Der Heilkundige erhält von jeder Pflanze ein umfassendes Gesamtbild, mit dessen Hilfe er in der Lage ist, ihr Einsatzgebiet in der eigenen Praxis genau zu bestimmen und abzugrenzen. Hinzu kommen Hunderte von alt bewährten, auch neuen wirksamen Rezepturen die der erfahrene, besonders aber der noch unerfahrene Phytotherapeut gleich anwenden kann.

„Selten findet man ein pflanzenheilkundliches Werk in dieser Ausführlichkeit und gut strukturierten Fülle, die aus vielen, auch älteren aufwendig recherchierten Quellen schöpft und in der selbst der erfahrene Phytotherapeut immer wieder Neues entdeckt: eine Publikation die Spaß macht und mit der es sich arbeiten lässt.“

Prof. Dr. Adolf Nahrstedt

Institut für pharmazeutische Biologie und Phytochemie der *Westf. Wilhelms-Universität Münster*

„Nur wer selbst auf diesem Gebiet jahrzehntelang arbeitet, kann es wahrscheinlich ermessen, welchen Wert diese Arbeit hat. Der Verfasser hat ein Lebenswerk geschrieben, wie in seiner Vielfalt sich so schnell kein weiteres Werk finden wird.“

Josef Karl

„Im wachsenden Bücherwald über Heilpflanzen ein unglaublich wichtiges Werk. Die unermüdete Arbeit von Peter Kaufhold wird für viele ‚Kräutermenschen‘ noch lange von Bedeutung sein.“

Tobias Rutkowsky

Bund Deutscher Heilpraktiker

„In summa ist der PhytoMagister eines der wenigen Werke, mit denen sich in der Praxis wirklich etwas anfangen lässt: Pflanzenheilkunde pur.“

Karl Friedrich Liebau

Chefredakteur *Naturheilpraxis*

Zu bestellen im Buchhandel - ISBN 978-3-7412-2354-9
oder unter www.eschholtz.de oder www.phytomagister.com