Aroma Forum International e.V.

Aromareport 19

Fachzeitschrift
für Aromatherapie, Aromapflege und Aromakultur

Native fette Pflanzenöle I
Grundlagen – Porträts – Wirkungsweisen

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Aromafreunde,

native fette Pflanzenöle als alleiniges Motto einer Aroma-Fachzeitschrift – macht das Sinn?!
Die bejahende Antwort unserer Redaktion könnte einhelliger kaum ausfallen, denn diese faszinierenden pflanzlichen Stoffwechselprodukte stellen unendlich viel mehr dar als die bloßen „Underdogs" ätherischer Öle. Es sind eigenständige „Persönlichkeiten" mit jahrtausendealter Tradition, hochrangige Spezialisten und gleichzeitig Top-Allrounder für unsere umfassende Gesundheit, und zwar an Leib und Seele bzw. mit Haut und Haaren – im wahrsten Sinne des Wortes.
Naturbelassene fette Pflanzenöle sind heute noch genauso unverzichtbar für uns alle wie von jeher. In dieser Hinsicht bestätigen aktuelle einschlägige Forschungsergebnisse „lediglich", was prinzipiell bereits unseren Altvorderen durch ihren beständig weitertradierten Erfahrungsschatz sattsam bekannt war, indem sie Pflanzenöle als wertvolle Nahrungsmittel und Energiequellen, heilbringende Therapeutika sowie exquisite Kosmetika gezielt zu nutzen verstanden.
Die vorliegende Aromareport-Ausgabe gewährt Ihnen nicht nur interessante Einblicke in die teilweise geradezu „göttliche" Wertschätzung, welche man ehedem den nativen, fetten Erzeugnissen der Pflanzenwelt entgegenbrachte, sondern geht auch ausführlich der Ursache, die in deren Inhaltsstoffen begründet liegt, auf die Spur. Unterschiedliche „Öleporträts" verdeutlichen die Vielseitigkeit dieser „Kraftpakete", angefangen von den Klassikern der Aromatherapie und -pflege, über die sogenannten Wirkstofföle, hin zum „Outsider", dem vermeintlichen „Jojobaöl", das zwar chemisch aus der Reihe tanzt, aber gerade deshalb mit spezifischen Besonderheiten aufwartet, die sich in der aromapflegerischen Anwendung als höchst gewinnbringend erweisen.
Da es unmöglich ist, im Rahmen dieser Ausgabe der Komplexität nativer Pflanzenöle auch nur annähernd gerecht zu werden, dürfen Sie sich auf eine Fortsetzung im kommenden Aromareport freuen, in welchem dann unter anderem die „Exoten" stärker ins verdiente Rampenlicht gestellt werden sowie die Potenz nativer Pflanzenöle als nachhaltige „Anti-Aging-Elixiere".
Tauchen Sie ein in die hochspannende Thematik, deren Grundgedanke, dass Fett keineswegs gleich Fett ist, sich wie ein roter Faden durch alle Beiträge zieht. Überzeugen Sie sich – nicht zuletzt anhand einiger ausgewählter Rezepturen, die natürlich auch hier nicht fehlen dürfen –, von der Tatsache, dass naturbelassene fette Pflanzenöle gleichermaßen als eigenständige wie kongeniale „Partner" ätherischer Öle fungieren und mithin wahrhaftige Säulen der Aromatherapie und -pflege sind.

Für die Redaktion
Birgit Kilian

Für den Vorstand

Maria Hoch
1. Vorsitzende Aroma Forum International e.V.

Sommerausgabe – Aromareport

Native fette Pflanzenöle I
Grundlagen – Porträts – Wirkungsweisen

Inhalt -Seite-

Vorwort
von Birgit Kilian -3-

Grundlagen nativer Pflanzenöle
von Mag. Tina Krupalija -5-

Mandelöl: Der ewig junge Pflegeklassiker unter den Pflanzenölen
von Martina Irzik -14-

Der Olivenbaum und das Öl seiner Früchte – ein Geschenk der Göttin Athene
von Karin Hollfoth -17-

Avocadoöl, ein Highlight für die Haut
von Maria Hoch -22-

Mariendistelsamenöl: Bewährtes Tonikum für Leber, Gallenblase und Darm
von Martina Irzik -26-

Nicht nur von zart-betörendem Duft: Aprikosenkernöl
von Karin Hollfoth -28-

Kakaobutter: Die „göttliche" Kostbarkeit der Tropen
von Renate Figl und Birgit Kilian -29-

Hanfsamenöl – Unverzichtbare Lebenskraft für Haut und Gehirn
von Mag. Tina Krupalija -35-

Die Schwarze Johannisbeere und ihre heilsamen Produkte, allen voran das so seltene wie wertvolle Samenöl
von Bianka Rau -39-

Der Sanddorn: Die „Kiwi des Nordens" – Eine Pflanze, zwei wertvolle ätherische Öle
von Emmerich Berg -41-

Jojobaöl: Chemischer Außenseiter und gerade deshalb aromapflegerisch so bedeutsam
von Yvonne Bonertz -44-

Vereinsaktivitäten -46-

Bericht: *Aromastudienreise zu den Latschen und Zirben nach Südtirol*
von Irena Junkova -46-

Leitlinien -47-

Arbeitskreise, Aromablog, Aromareporte -47-

Veranstaltungen -47-

Wichtige Hinweise, Abbildungsnachweis, Impressum -47-