

Jean Valnet

Aroma- Therapie

Gesundheit und Wohlbefinden durch
pflanzliche Essenzen



WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Inhalt

Biographie des Autors 8

Vorwort 10

Einführung 12

Untersuchte Essenzen und Pflanzen 25

Deutsche Namen - botanische Bezeichnungen 25

Botanische Bezeichnungen - deutsche Namen 26

Allgemeine Betrachtungen 29

Klinische Fälle, Beobachtungen, allgemeine Eigenschaften
aromatischer Essenzen 29 • Was sind Essenzen? 40

Worauf begründet sich Rückbesinnung auf

Pflanzenessenzen? 51 • Unvorstellbare Kräfte 54

Das Aromatogramm 68 • Systematische Aromato-

gramme? 74 • Klinik und Labor 75 • Krebs: neue

Forschungen 105 • Aufnahme durch die Haut 111

Zusammenfassung 112 • Wirkungsweise aromatischer
Essenzen 116

**Die Essenzen, nach ihren wichtigsten Eigenschaften,
klassifiziert 126**

Die hauptsächlichsten Anwendungsgebiete aromatischer
Essenzen 135

Einzelstudien der Essenzen 147

Anis 148 • Basilikum 150 • Bergamotte 151 • Bergbohnen-

kraut 152 • Bitterorange 157 • Borneol 161 • Cajeput 162

Estragon 164 • Eukalyptus 165 • Fenchel 169 • Fichte 173

Geranium 175 • Gewürznelke 179 • Ginseng 184
Heiligenkraut 184 • Ingwer 186 • Kamille 189
Knoblauch 194 • Koriander 200 • Kümmel 202 • Lavendel 204
Majoran 210 • Melisse 213 • Muskatnuß 217
Myrtenheide 219 • Origano 221 • Pfefferminze 226
Menthol 230 • Rosmarin 231 • Salbei 234 • Sandelholz 239
Sassafras 241 • Terpentin 242 • Terpin 247 • Thuja 248
Thymian 250 • Thymol 255 • Wacholder 257
Wurmsamen 262 • Ylang-Ylang 265 • Ysop 266
Zimt 269 • Zitronenbaum 274 • Zwiebel 282 • Zypresse 290

Die Krankheiten und die Essenzen, mit denen sie geheilt werden können 294

Einige Verschreibungen für die Praxis 319

Krankengeschichten 322

Die Zusammensetzung von einigen medizinischen Weinen, medizinischen Essigen, Elixieren und Pflanzenmischungen 360

Einige medizinische Weine 360 • Einige medizinische Essige 362 • Einige Elixiere 364 • Einige Pflanzenmischungen 366 • Einige nützliche Präparate 368
Bekannte Präparate, die man nicht fertig im Handel bekommt 369

Eine Auswahl künstlicher Frucht-Essenzen, die von der Nahrungsmittelindustrie verwendet werden 370

Vergleichstabelle alter und neuer Maße und Gewichte 372

Ernte, Aufbewahrung und Verwendung von Pflanzen in der Heilkunde 373

Verwendung von Pflanzen als Tee oder als Sud 374
Die verschiedenen Formen, unter denen Pflanzen in der Heilkunde Anwendung finden 375

Schlußfolgerungen 380

Anhang 384

Aromatische Bäder 387 • Algenbäder 390 • Die elektrische Negativation 392 • Neue Krankengeschichten 399 • Vorsicht vor Scharlatanen 406 • Über den Berufsstand der Apotheker 412 • Der Platz der Phyto- und Aromatherapie in der internationalen Pharmakopöe 415 • Die Verankerung im Volk 418 • Zwei verschiedene Vorgehensweisen 419
Eine keineswegs immer sanfte Medizin 419 • Viele unsaubere Begriffe 421 • Hinter dem Streit um Worte ein Streit um Grundsätze 422 • Die Stellung der Weltgesundheitsorganisation 423 • Phyto- und Aromatherapie: Gefahr! 424 • Medizin: Einfachheit, Wirksamkeit 429 • Die Giftigkeit bestimmter ätherischer Öle 432 • Wilde Angriffe 441

Medizinische Fachausdrücke, die in diesem Buch verwendet werden 457

Tabelle mit den Anwendungsgebieten der aromatischen Essenzen 465

Bezugsquellenverzeichnis 467