

Das Ätherische Öl des Basilikum - Ocimum basilicum CT linalool

Balsam für Leib + Seele

Mein Geist ist wach + klar

Ich fühle mich stark + frei

Duftprofil: aromatisch, krautig, frisch, grün

Wirkungen körperlich: antiviral, antibakteriell, antiseptisch (desinfizierend), entkrampfend, beruhigend, hautpflegend, immunsystemstärkend, appetitanregend, verdauungsfördernd, schlaffördernd

Wirkungen psychisch: entspannend, aufmunternd, nervenstärkend, gedächtnisstärkend

Anwendungsbereiche: Erkältungen, Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden, nervöser Magen, Mensbeschwerden, Schlafstörungen + seelisches Bauchweh bei Kindern, Ängste

Nebenwirkungen: in physiologischer Dosierung* keine Nebenwirkungen bekannt. Etwa 100 Basilikumarten sind bekannt. Aber nur einige finden wegen ihrer aromatischen Eigenschaften Verwendung. Deshalb ist die exakte botanische Bezeichnung + der Blick auf die Inhaltsstoffe wichtig. Siehe auch Tulsi (Ocimum sanctum)

Inhaltsstoffe: 40-60% Monoterpenole (Linalool), 30% Methylchavicol, 10-15% Eugenol, 2-8% 1.8-Cineol, -5% Ester, 2-3% Sesquiterpene

*Darunter versteht man 0.5 bis 1%ige ätherische Ölmischungen. Dies bedeutet, dass der Anteil ätherischer Öle an der Gesamtmischung nicht mehr als 0.5 bis 1% beträgt.

Als Faustregel gilt: 1%ige Mischung = 6 Tr. ätherische Öle auf 10 ml fettes Trägeröl