

Wissenswertes

Kinder bis 12 Jahre max. 0.5-1 %. **Kinder ab 12 bis ca. 16 Jahre** halbe Dosierung der Erwachsenen

Säuglinge und Kleinkinder: Literatur beachten. Nur bestimmte ätherische Öle in sehr niedrigen (max. 0.5 %) Dosierungen; keine hautreizenden, keton-, mentol- oder cineolhaltigen ätherischen Öle verwenden

Hautreizende Öle wie Nelke, Zimt, Zitronengras, Thymian Thymol, usw. generell max. 0.5 %, auch in Mischungen mit anderen unproblematischen ätherischen Ölen. Bei empfindlicher Haut die *Hautprobe* (in Ellenbeuge) machen

Sehr intensiv duftende Öle wie Rose, Tuberose, Jasmin, Narde, Patchouli usw. allenfalls bis zu 10 x mehr verdünnen als sonst angegeben; vor allem bei seelischen Beschwerden und in der Sterbebegleitung

Alte, gebrechliche und/oder kranke Menschen; niedrig dosieren; max 1% ausser bei Hautpilzen und Infektionen (bis max. 3% lokal)

Kranke auf der Intensivstation: nicht höher als 1% dosieren

Vorsichtsmassnahmen bei Kranken, Epileptikern, Asthmatikern, Allergikern, Babys + Kleinkindern, älteren Menschen und Schwangeren beachten (Fachliteratur). **Kinder bis 12 Jahre** max. 0.5-1 %. **Kinder ab 12 bis ca. 16 Jahre** halbe Dosierung der Erwachsenen

Die **innerliche Einnahme** von ätherischen Ölen darf ausschliesslich von Aerztinnen empfohlen werden. Für Menschen in Pflegeberufen ist die orale Verabreichung **tabu**. Für den privaten Gebrauch ist die innere Einnahme ausgesuchter ätherischer Öle in bestimmten Fällen möglich, dafür sind jedoch profunde Kenntnisse Voraussetzung

Zitrusöle wie Bergamotte, Angelikawurzel, Verbene usw. erhöhen die **Lichtempfindlichkeit der Haut**; d.h. nur äusserlich anwenden wenn die Haut danach während mindestens 4-6 Stunden nicht dem UV-Licht der Sonne oder des Solariums ausgesetzt ist

In der **Schwangerschaft** sind einzelne ätherische Öle kontraindiziert da sie frühzeitige Wehen auslösen, neurotoxisch oder abortiv wirken können. Unbedingt Fachliteratur beachten

Ätherische Öle nicht mit herkömmlichen Pflegeprodukten auf Mineralölbasis mischen

Geraten ätherische Öle in die Augen, diese sofort mit viel lauwarmem Wasser während mehrerer Minuten auswaschen. Sollte eine starke Rötung oder Reizung auch nach mehr als einer halben Stunde vorhanden sein, Arzt aufsuchen

Notfall: Werden ätherische Öle verschluckt, keine Milch verabreichen; keinen Brechreiz auslösen; sich ans Toxikologische Institut wenden oder an den Notfall wenden