

Celticgarden



Heilkräuter-Öle
und ihre
Zubereitungen



Kleine Bibliothek

Altes Wissen

Band 6



Bei der Nutzung von Wildkräutern und Heilpflanzen dürfen nur diese genutzt und genommen werden, die man sicher kennt und unterscheiden kann. Für Verwechslungen, Anwendungsfehler, Komplikationen und auftretende Nebenwirkungen und Begleiterscheinungen wird keine Haftung übernommen. Alle Angaben der Rezepte stellen lediglich eine Empfehlung dar. Vor eigenmächtiger Anwendung wird ausdrücklich gewarnt. Jegliche Anwendung besteht auf eigener Gefahr. Ich übernehme keinerlei Haftung und Verantwortung darüber. Vor der Anwendung bitte immer einen Arzt oder Apotheker fragen!

Jeglicher Nachdruck ist nicht gestattet!

1. Auflage 2014

© 2014 by Celticgarden-Verlag

Alle Rechte vorbehalten.

Nun ist schon Band 6 aus meiner kleinen Bibliothek „Altes Wissen“ geschrieben. Ich freue mich sehr, das diese kleine Buchreihe bei meinen lieben Bloglesern so gut ankommt. Es gibt Kraft und Inspiration mehr kleine Büchlein für euch zu schreiben. Mit diesem Ebook möchte ich euch ein Werk in die Hände geben, das ihr ausdrucken und auch binden könnt, damit ihr immer gleich die verschiedenen Verwendungsformen der Heilkräuter-Öle zur Hand habt.

Eure Katuschka





Grundrezept für Öle
Heilkräuter-Öle finden ihre Verwendung im
äusseren Bereich der Behandlungen.

Standard-Öl

50 g getrocknetes oder frisches Heilkraut
250 ml Speise/Olivenöl

Das Öl wird über die Heilkräuter gegossen, so das
sie bedeckt sind. Es werden immer weisse Glas-
behälter genommen. An einen warmen Platz vier
Wochen ziehen lassen, dabei muss täglich ge-
schüttelt werden. Um eine Schimmelbildung zu
vermeiden, sollte in den ersten Tagen das Gefäss
nicht verschlossen werden, sondern nur mit einer
Gaze abgedeckt werden. Danach erst
verschliessen. Nach der Ziehzeit wird alles abge-
filtriert und der Satz gut ausgepresst und in brau-
ne/grüne Flaschen abgefüllt.





Johanniskrautöl

Johanniskrautöl wird bei Hautbeschwerden und auch Verbrennungen verwendet.

125 g zerquetschte Johanniskrautblüten mit 500 ml Öl übergießen und für 4-6 Wochen an einem warmen Ort durchziehen lassen. Wenn das Öl sich rot gefärbt hat ist es für die Verwendung fertig. Nach der Ziehzeit abfiltern und in dunkle Flaschen umfüllen.





Ringelblumenöl

Ringelblumenöl kann auch gut in der äusseren Baby - und Kleinkinderpflege genommen werden. Verwendung findet es bei Wunden, trockener Haut, Krampfadern und Brandwunden.

Für die Herstellung nimmt man am besten ein Einmachglas halb voll mit Ringelblumenblüten und übergiesst sie mit Öl, so das sie bedeckt sind. An einem warmen und halbschattigen Ort 3-4 Wochen durchziehen lassen, abfiltern und in dunkle Flaschen abfüllen



Ackerstiefmütterchen-Öl

Anwendung bei trockener Haut

150 g getrocknetes oder frisches Stiefmütterchenkraut und übergiesst es mit 500 ml Öl. Für 2 Wochen an einem warmen Ort durchziehen lassen, abfiltern und in dunkle Flaschen abfüllen.





Nelkenöl

Findet Verwendung bei Zahnschmerzen und Zahnfleischbeschwerden.

2 Esslöffel Nelken werden in einem Mörser leicht zerdrückt und mit 250 ml Öl übergossen. 14 Tage an einem warmen Ort durchziehen lassen, abfiltern und in dunkle Flaschen abfüllen.



Taubnesselöl

Bei geschwollenen Gelenken und Füßen

4 Esslöffel leicht zerstoßene Taubnesselblätter mit 500 ml Öl übergiessen. 2 Wochen an einem warmen Ort durchziehen lassen, abfiltern und in dunkle Flaschen abfüllen.





Kamillenöl

Dieses Kamillenöl trägt man auf Wunden und Hautentzündungen auf. Es kann auch bei Unterleibskrämpfen sanft auf dem Unterleib einmassiert werden. Bei Kamillenprodukten ist immer drauf zu achten, das keine Allergie auf Korbblütler besteht.

50 g frische oder getrocknete Kamillenblüten mit 250 ml Öl übergiessen und an einem hellen und warmen Ort durchziehen lassen. Abfiltern und in dunkle Flaschen abfüllen.



Thymianöl

Thymianöl findet Verwendung bei schlecht
heilenden Wunden. Thymianöl ist auch eine
gutes Salatöl.

Zwei grössere Zweige Thymian zerkleinern oder
ganz lassen und mit 500 ml Öl übergiessen. Für
2-3 Wochen an einem warmen Ort ziehen lassen.





Königskerzenblütenöl

Verwendung bei Ohrenschmerzen, Warzen,
Ekzemen, Frostbeulen und Furunkeln.

125 g leicht zerquetschte Königskerzenblüten werden mit 500 ml Öl übergossen und für ca. 4 Wochen an einem warmen Ort ziehen gelassen. Abfiltrieren und in dunkle Flaschen abfüllen.



Pfefferminzöl

Zum einmassieren an den schläfen bei Kopfschmerzen und Migräne.

2-3 handvoll Pfefferminzblätter mit 500 ml Öl übergiessen und für 6 Wochen an einen warmen Ort stellen. Abfiltern und in dunkle Flaschen umfüllen.





Lavendelöl

Verwendung bei Verletzungen, Blutergüssen, Prellungen, Verstaunungen und Wunden

100 g Lavendelblüten werden mit 500 ml Öl übergossen und für 4 Wochen an einem warmen Ort stehen gelassen. Abfiltern und in dunkle Flaschen abfüllen.



Veilchenöl

Verwendung bei Augenfältchen und schweren Lidern. Einmal täglich um die Augen herum leicht einmassieren.

2 handvoll Veilchenblüten mit 500 ml Öl übergiessen und für 1-2 Wochen auf der Fensterbank stehen lassen. Abfiltern und in dunkle Flaschen füllen.





Baldrianöl

Bei rheumatischen Schmerzen, Nervenschmerzen
und Gelenkschmerzen.

150g zerkleinerte Baldrianwurzeln mit 500 ml
Öl übergiessen und für 2-3 Wochen stehen lassen.
Abfiltern und in dunkle Flaschen füllen. Dunkel
und kühl lagern.



Bärlauchöl

Wird vorbeugend gegen Arterienverkalkung und
Frühjahrsmüdigkeit.

1-2 handvoll Bärlauchblätter werden mit 500 ml
Öl übergossen und ca. für 4 Wochen dunkel stehen
gelassen. Abfiltern und in dunkle Flaschen
füllen.





Beinwellöl

Wird bei Verstauchungen und bei der Wundbehandlung verwendet.

3 kleingeschnittene Beinwellwurzeln mit 500 ml Öl übergießen und für 4-6 Wochen ziehen lassen. Abfiltern und in dunkle Flaschen füllen.



Nachtkerzenöl

Nachtkerzenöl kann bei Heiserkeit und Halsschmerzen eingenommen werden. Sowie äußerlich bei entzündeten Wunden und Gelenkschmerzen.

1-2 handvoll Nachtkerzenblüten werden mit 500 ml Öl übergossen. Für 3 Wochen an einem warmen Ort stehen lassen. Abfiltern und in dunkle Flaschen füllen.



Ende

