

1 Vom schützenden Parfüm der Pflanzen zur Aromatherapie des Menschen

- 1.1 Duftstoffe bei Pflanzen, Insekten und Menschen
- 1.2 Vielfalt der pflanzlichen Inhaltsstoffe
- 1.3 Funktionen bei Pflanzen
- 1.4 Speicherorte für Sekrete
- 1.5 Wie Insekten die Verteidigungsstoffe der Pflanzen nutzen
- 1.6 Flüchtigkeit von Pflanzeninhaltsstoffen und biologische Aktivität
- 1.7 Duftstoffmoleküle als Stoffwechselprodukte

2 Ätherische Öle – Wirkorte und Wirkstoffgruppen

- 2.1 Wirkung über verschiedene Riechsysteme
- 2.2 Wirkung über Pheromone
- 2.3 Wirkung über die Haut
- 2.4 Systemische Wirkung
- 2.5 Wirkung über Rezeptoren
- 2.6 Ätherische Öle als Vielstoffgemische
- 2.7 Wirkstoffgruppen der ätherischen Öle
- 2.8 Monoterpene und ihre Verbindungen
- 2.9 Sesquiterpene und ihre Verbindungen
- 2.10 Diterpene
- 2.11 Phenylpropane
- 2.12 Cumarine und Furocumarine
- 2.13 Lactone
- 2.14 Mercaptane und Stickstoffverbindungen
- 2.15 Isothiozyanate
- 2.16 Duftstoffe, die sich von Fettsäuren ableiten

3 Applikation und Auswahl der ätherischen Öle

- 3.1 Angenehme Düfte
- 3.2 Raumbeduftung, Duftlampe, Duft-Tuch, Raumspray
- 3.3 Aromaküche
- 3.4 Äußere Anwendung
- 3.5 Innere Anwendung
- 3.6 Rektale oder vaginale Anwendung
- 3.7 Verträglichkeit und Synergien, Wechselwirkungen

4 Aromatogramme

- 4.1 Möglichkeiten und Grenzen
- 4.2 Ätherische Öle und ihre antimikrobielle Wirkung auf spezifische Keime
- 4.3 Wirkung von ätherischen Ölen auf multiresistente Keime

5 Aromatherapie in der Praxis: Indikationen und Anwendungsgebiete

- 5.1 HNO-Erkrankungen und Erkrankungen der Atemwege
- 5.2 Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen
- 5.3 Erkrankungen des Verdauungstrakts
- 5.4 Erkrankungen der Harnblase und Harnwege
- 5.5 Gynäkologische Erkrankungen
- 5.6 Aromatherapie in der Geburtshilfe
- 5.7 Aromatherapie in der Pädiatrie
- 5.8 Orthopädische und rheumatologische Erkrankungen
- 5.9 Schmerzen

- 5.10 Hauterkrankungen
- 5.11 Psychosomatische Störungen und psychische Erkrankungen
- 5.12 Aromatherapie bei geriatrischen und schwerkranken Patienten
- 5.13 Aromatherapie in der Onkologie
- 5.14 Aromatherapie im Hospiz und in der Palliativmedizin
- 5.15 Aromatherapie im Krankenhaus

6 Monographien ätherischer Öle

- 6.1 Einleitung
- 6.2 Ajowan
- 6.3 Alant
- 6.4 Amyris
- 6.5 Angelika
- 6.6 Anis
- 6.7 Basilikum und seine Chemotypen
- 6.8 Bay
- 6.9 Benzoe siam
- 6.10 Bergamotte
- 6.11 Bitterorange
- 6.12 Cajeput
- 6.13 Champaca
- 6.14 Cistrose
- 6.15 Citronella
- 6.16 Clementine
- 6.17 Dill
- 6.18 Douglasie
- 6.19 Eichenmoos
- 6.20 Eisenkraut
- 6.21 Elemi
- 6.22 Estragon
- 6.23 Eukalyptus und die verschiedenen Arten
- 6.24 Fenchel
- 6.25 Fichtennadel, sibirisch
- 6.26 Frangipani
- 6.27 Galbanum
- 6.28 Grapefruit
- 6.29 Ho-Blätter
- 6.30 Immortelle
- 6.31 Ingwer
- 6.32 Iris
- 6.33 Jasmin
- 6.34 Johanniskraut
- 6.35 Kakaoextrakt
- 6.36 Kamille und ihre Arten
- 6.37 Kampfer
- 6.38 Kanuka
- 6.39 Kardamom
- 6.40 Karottensamen
- 6.41 Katzenminze
- 6.42 Kiefer
- 6.43 Koriander

- 6.44 Kreuzkümmel
- 6.45 Kümmel
- 6.46 Latschenkiefer
- 6.47 Lavendel und seine Arten
- 6.48 Lemongrass
- 6.49 Limette

7 Hydrolate

- 7.1 Was sind Hydrolate
- 7.2 Porträts der Hydrolate

8 Fette Öle

- 8.1 Fette Öle: Grundlagen
- 8.2 Porträts fetter Pflanzenöle

9 Anhang

- 9.1 Literatur
- 9.2 Adressen von Laboren
- 9.3 Register