

Basisöle

Als Basisöle werden die Pflanzenöle bezeichnet, die man im Allgemeinen bei Massagen u. ä. therapeutischen Methoden verwendet. Es sollte auf jeden Fall ein **kaltgepresstes (natives) Basisöl** verwendet werden. Wenn Öle nicht kaltgepresst sind, haben sie durch Erhitzen oder anderes Bearbeiten veränderte Inhaltsstoffe oder werden dann auch mit Industrieölen versetzt. Und über die Haut gehen die Öle in den Stoffwechsel ...

Es gelten im Übrigen die Infos betr. Risiken/Nebenwirkungen/Haftungsausschluss wie bei den Kurzindikationen!

Aloevera-Öl

Nur äußerliche Anwendung.

Positive Wirkung auf Hautschicht (Epidermis): fördert die Abschuppung - Dermis: natürliche Feuchtigkeitsregulierung - Unterhaut: fördert die Durchblutung; auch zur Babypflege geeignet; schwere Hauterkrankungen (Ekzeme, Allergien, Schuppenflechte usw.); Sonnenbrand oder Brandwunden; reinigt das Lymphsystem. Für jeden Hauttyp geeignet.

Aprikosenkern-Öl

Innerliche und äußerliche Anwendung

Speziell bei rissiger, spröder und trockener Haut; dringt schnell in die Haut ein;

Avocado-Öl

Innerliche und äußerliche Anwendung

Anwendung bei schweren Hautkrankheiten bis zur Neurodermitis; hat eine Tiefenwirkung und eignet sich daher zur Behandlung des Unterhautgewebes. Für jeden Hauttyp geeignet.

Arganöl

s. Weizenkeimöl-Infos!

Borretsch-Öl

Innerliche und äußerliche Anwendung

Psychosomatisch: beruhigt, gleicht aus, bei Nervosität, Schlaflosigkeit, Ängsten; prämenstruelles Syndrom, schmerzhafte Regelblutungen
Menschen, die zu Gewebeerfettungen neigen → lieber Nachtkerzenöl
Für jeden Hauttyp geeignet.

Hanföl

Innerliche und äußerliche Anwendung

Entzündungshemmend, antiseptisch, feuchtigkeitsbindend, reduziert Fältchen; für jeden Hauttyp geeignet

Hirsesamenöl

je nach Herstellung eher äußere Anwendung

Sehr hoher Gehalt an Kieselsäure (= feuchtigkeitsbindend), für Elastizität und Spannkraft, wachstumsfördernd für Haut und Haar

Johanniskraut-Öl

Nur äußerliche Anwendung

Sehr durchblutungsfördernd; bei allen schmerzhaften Beschwerden des Bewegungsapparates bis hin zum Muskelkater; Brustwarzenentzündungen; leicht desinfizierend; Fuß-Hornhaut.

Nicht anwenden bei regelmäßigem Solarienbesuch oder Sonnenbädern!

Jojoba-Öl Nur äußerliche Anwendung
Entzündungshemmend; fördert die Bräunung der Haut (natürlicher Lichtschutzfaktor 4); nährt und regeneriert; schützt vor Austrocknung und Faltenbildung. Für jeden Hauttyp geeignet.

Kamillenöl je nach Herstellung eher äußere Anwendung
Antibakteriell, durchblutungsfördernd = dadurch wird die Zellteilung angeregt, entzündungshemmend

Klettenwurzelöl Nur äußerliche Anwendung
Haarausfall, Ekzeme, antimykotisch, allgemein bakterienhemmend

Mandel-Öl Innerliche und äußerliche Anwendung
Dringt schnell in die Haut ein; raue, rissige Haut, allgemeine Hautirritationen; DAS Öl in der klassischen Hautpflege. Für jeden Hauttyp geeignet.

Nachtkerzen-Öl Innerliche und äußerliche Anwendung
Kann Prostaglandin E1 herstellen, wird deshalb häufig klinisch verwendet, z. B. beim Raucherbein, reduziert den Arteriendruck, wirkt Thrombosen entgegen, hemmt Arthritis und beugt Leberschäden (Alkohol) vor, regulierende Wirkung auf Östrogen, Progesteron und Prolaktin.
Stoffwechselbedingte Hautirritationen, rheumatische Beschwerden, extreme Unruhe; durchblutungsfördernd; gereizte, zur Entzündung oder Allergien neigende Haut.

Oliven-Öl Innerliche und äußerliche Anwendung
Rheumatische Erkrankungen, Brand- und Schürfwunden, desinfizierend; Verdauungsprobleme bzw. Darmbeschwerden. Nicht bei Leber- und Gallegeschädigten anwenden. Für jeden Hauttyp geeignet.

Raps-Öl Innerliche und äußerliche Anwendung
Wird eingesetzt bei Cholesterin-Problemen, Arteriosklerose; reich an Vit. E und Provit. A (gegen freie Radikale) sowie Vit. K (Blutgerinnungsvorgänge). Für jeden Hauttyp geeignet.

Ringelblumenöl je nach Herstellung eher äußere Anwendung
Schmerzlindernd, entzündungshemmend, wundheilend, hautregenerierend, raue/rissige/spröde Haut

Rizinus-Öl Innerliche und äußerliche Anwendung
Anti-Aging, wirkt antioxidativ, vermindert Fältchen, Altersflecken und Warzen, spendet Feuchtigkeit, gut bei Schuppenflechte, Neurodermitis und trockener Haut, hält Narbengewebe geschmeidig

ACHTUNG bei innerlicher Anwendung: extrem abführend!!!

Sesam-Öl

Innerliche und äußerliche Anwendung

Anti-Aging, wirkt beruhigend, erdend, gegen "Dünnhäutigkeit", Hautregenerierend (wird widerstandsfähiger), kann Stoffwechselgifte ausleiten, zellaktivierend

Sonnenblumen-Öl

Innerliche und äußerliche Anwendung

Reich an Vit. E, cholesterinregulierend, bei trockener oder fettiger Haut und gleichzeitiger Akne-Probleme bzw. unreiner Haut, Zellschutzmittel. Dieses Öl sollte man 1:1 mit anderen Ölen mischen (Haltbarkeit).

Weizenkeim-Öl

Innerliche und äußerliche Anwendung

Sehr hoher Vitamin E-Gehalt: wirkt auf natürliche Weise konservierend!

Regenerierend, aufbauend, gewebevitalisierend, Bindegewebsprobleme,

Schuppenflechte; dringt schlecht in die Haut ein. Speziell bei alternder, trockener und spröder Haut geeignet

(Info: Das Arganöl hat ebenfalls einen hohen Vitamin-E-Gehalt, welches die Kosmetikindustrie entsprechend vermarktet – muss aber Tausende von Kilometern hierher nach Europa/D transportiert werden ...)