

Aromen für PS-Radio

Allgemeines	Anregung und Erinnerung an und durch verschiedenartige Düfte. Diese können verschiedenartige Wirkungen haben.
Zielsetzung	Entspannung, Beruhigung und Zufriedenheit der Hörer ☺
Materialien	Aromastein, Verschiedene Düfte / Aromen, Emulgator (Emulgatoren sind grenzflächenaktive Stoffe, die eine polare, wasserlösliche (hydrophile) und eine unpolare, fettlösliche (lipophile) Seite besitzen. Sie bewirken ein Absinken der Grenzflächenspannung)
Wirkungsweise	Orale(Geschmack) Olfaktorische(Geruch/Geschmack) Hautkontakt(bei Waschungen) Inhalieren (Nase – Atmungsorgane)
Oral	Durch eingeben verschiedener Aromen durch Getränke oder Lebensmittel
Hautkontakt	Aromen im Waschwasser bzw. Badewasser. Die Haut ist lipophil (fettbindend). Durch ein geringes Molekulargewicht kann die Hautschranke leicht passiert werden. Die reflektorische Wirkung durch die Massageähnliche Handlung bewirkt hierzu noch eine tonisierende, lockernde Wirkung der Muskulatur. Vorsicht extrem gefährlich: Allergien beachten ggf. Rücksprache mit Hausarzt
Olfaktorisch	Als Duft in Aromalampen, Zerstäuber, Der Duft wirkt im limbischen System im Stammhirn. Dort befindet sich die Steuerungszentrale für Gefühle, Kreativität und Erinnerungsvermögen. Hier werden auch die vegetativen Funktionen wie Kreislauf Temperatur, Atmung und Verdauung geregelt. Zudem besteht eine Verbindung zur Hirnanhangsdrüse. Hier wird die Hormonausschüttung geregelt. In tiefer liegenden Gehirnabschnitten werden Stoffe wie Serotonin, Adrenalin und Endomorphine freigesetzt. Ohne starkes Eingreifen wird eine zu dem Duft passende Wirkung freigesetzt und überträgt sich in der Wirkung auf unseren Körper. Die Wirkung der Öle hält noch 15 Minuten nach dem bewussten Wahrnehmen an.
Inhalieren	Hierbei gelangen die Ätherischen Öle in die Bronchien, Bronchiolen und Alveolen. Von dort aus in den Blutkreislauf und zu entsprechenden Organen Vorsicht extrem gefährlich: Ärztliche Anordnung wegen Wirkungsweise
Verschiedene Öle und ihre Wirkung	
Bergamotte (Citrus Bergamia)	Duft: Zitrusartig frisch Hautpflegend, desodorierend, bei Fieber, Magersucht, Appetitlosigkeit Bei Depressionen, Angstzuständen und Stimmungshebend Konzentrationsfördernd,
Majoran (Origanum Majorana)	Duft: Intensiv, würzig – warm Antiseptisch, wundheilend, schleimlösend, Heuschnupfen, Stirnhöhlenerkrankung, Blutdrucksenkend, herzwirksam, Verstopfung, krampflösend, steifen Gelenken, Rheuma, Nervenwirksam, beruhigend, dämpft Empfindlichkeit, bei Ängstlichkeit
Clementine (Citrus Deliciosa)	Duft: Fruchtig, süß, warm Appetitanregend, Verdauungsfördernd, erfrischend, inspirierend, harmonisierend Hilft bei Seelischen Krisen Ähnlich wie Mandarine nur feiner
Lavendel (Lavandula officinalis)	Duft: leicht, frisch, kräuterartig bis blumig Antiseptisch, wundheilungsfördernd, stärkt das Immunsystem; Stabilisiert den Blutdruck in beide Richtungen, bei Kopfschmerzen, Herzklopfen, Erbrechen Dermatitis, Übelkeit, schmerzlindernd, Durchfall Lavendel wirkt besonders gut im psychischen Bereichen Wirkt klärend , bei der Entscheidungsfindung
Lemongrass (Cymbopogon Citratus)	Duft: Zitronenartig, frisch, kühl etwas scharf Fiebersenkend, bei Schnupfen, Verdauungsbeschwerden, anregend, bei Müdigkeit und Konzentrationsschwäche. Erzeugt optimistische Stimmung, Lymphstau, Krampfadern

(Kräuterhexensendung von PSDJane)

Aromen für PS-Radio

Limette (Citrus Aurantifolia)	Duft: Zitrusartig, spritzig, fruchtig, leicht, herb Aufmunternd, Antidepressiv, erheiternd, Konzentrationsfördernd, antiviral, regt Verdauungssäfte an
Mandarine rot und grün (Citrus Reticulata)	Duft: Süßlich, blumig, agrumig Erhellte den grauen Alltag, Appetitanregend, Verauungsanregend, harmonisierend, erfrischend, heiter stimmend Gut nach seelischen Krankheiten und Krisen Bei Verspannung, Angst, Trauer
Minze, Spearmint, Katzenminze (Mentha Piperita, M. Spicata, Nepeta Cataria)	Duft: Frisch, leicht scharf Antiseptisch, juckreizstillend, schweißtreibend, schleimlösend, Fieber, Asthma, Ohnmacht, Schock, Zahnschmerzen. Wirkt Magenstärkend, krampflösend, blähungswidrig, bei Übelkeit und Durchfall. Leberwirksam, hilft bei Rheuma, Hexenschuss, Gelenkschmerzen, Mattigkeit, Konzentrationsfördernd, wirkt bei geistiger Erschöpfung, Gedächtnisschwäche.
Myrte (Myrtus Communis)	Duft: frisch, leicht nach Eukalyptus Antiseptisch, tonisierend,, reinigend für die Haut, bei Angst
Orange (Citrus Sinensis)	Duft: Agrumisch, frisch – süßlich Hautentschlackend und straffend, Appetitanregend, Herzstärkend, bei Fieber, erfrischend, bei Schwermut, Nervosität, Stress
Zitrone (Citrus Limon)	Duft: frisch, agrumig Insektenvertreibend, Blutdrucksenkend, bringt die Lymphe in Fluss, Appetitlosigkeit, entschlackend, kühlend, stärkend, antirheumatisch, Gicht, erfrischend, hell, anregend, Konzentrationsfördernd. Eignet sich gut zur Raumreinigung
Kampfer (Cinnamomum Camphora)	Duft: scharf, anregend ähnlich wie Eukalyptus Vorsicht extrem gefährlich: nicht für Epileptiker Schmerzlindern, lösend bei Krämpfen fiebersenkend, schweißtreibend Blutdrucksteigernd
Mimose (Acacia Dealbata)	Duft: Warm, süß, samtig, lieblich, blumig, bananenartig Vorsicht extrem gefährlich: nicht innerlich einnehmen Hautpflegend, feuchtigkeitsspendend, bei sensibler und empfindlicher Haut, entzündungshemmend, herzstärkend, Zärtlich einhüllend, schenkt Trost gibt Halt bei Schockzuständen und negativen Erlebnissen, M. schenkt Selbstvertrauen bei Minderwertigkeitsgefühlen, ist Optimistisch stimmend, beseitigt alle Negativität
Rosmarin (Rosmarinus Officinalis)	Duft: würzig, anregend, leicht Kampherartig Vorsicht extrem gefährlich: nicht für Epileptiker Antiseptisch, bei Erkältungen, Bronchitis, Reizhusten, Grippe, Asthma, Ohnmacht, krampflösend, Durchblutungsfördernd, bei Gicht, Rheuma, Morgenmüdigkeit, Konzentrationsfördernd, Hilft bei Antriebslosigkeit, stärkt den Willen
Thymian rot(stark), weiß(mild) (Thymus vulgaris, Th. Serpyllum)	Duft: Krautig, etwas scharf Griechisch: Mut Vorsicht extrem gefährlich: nicht für Epileptiker Stark antiseptisch, desinfizierend, wundheilend, auswurfördernd, krampflösend, Asthma, Kreislaufstörungen, harntreibend, Erschöpfung, anregend bei allgemeiner Erschöpfung, entspannt verspanntes Nervensystem, bei Nervenschmerzen, Angstzuständen, Schlafproblemen. Der Duft verleiht Mut, Tatendrang und Mitgefühl für andere
Rosenholz (Aniba Rosaeodora)	Duft: Blumig, rosig, mit warmer holziger Note Bei trockener müder Haut, Anregend und zugleich harmonisierend, entspannt bei Stress, weckt das Vertrauern
Vanille (Vanilla Planifolia)	Duft: warm, süßlich, blumig Appetitfördernd, Stimmungserhellend, beruhigend, ausgleichend, stimmt freundlich , bei Frustration, Ärger, Reizbarkeit

Aromen für PS-Radio

Kamille (Ormenis Multicauli)	Duft: warm, krautig bis leicht blumig Schweißtreibend, fiebersenkend, Wirkt Antidepressiv, kann helfen Unzufriedenheit, Ärger und Schmerz loszulassen, schafft ein angenehmes zufriedenes inneres Gleichgewicht.
(Türk.) Rose (Rosa damascena)	Duft: Blumig, weich, schwer, süß, sehr zart; je nach Rosenart hautpflegend, kühlend, Antidepressiv, beruhigend, bei nervösen Spannungen
Kakao (Theobroma Cacao)	Duft: warm vanilleartig Appetitanregend, ausgleichend
Angelikawurzel (Angelica Archangelica)	Duft: Herb – süßlich Stärkt die Abwehr, Aufbauend bei Verdauungsbeschwerden und Appetitlosigkeit Krampflösend Im Massageöl bei Rheuma, Muskel und Nervenschmerzen, bei Lähmungen, Harntreibend
Bay (Pimenta Racemosa)	Duft: warm, süß, würzig ähnlich wie Nelkenöl Antiseptisch bei Erkältungen, durchblutungsfördernd. Nervenberuhigend, bei Antriebslosigkeit
Cassia (Cinnamomum Aromaticum)	Duft: Warm, würzig, zimtig Wärmend bei Erkältungskrankheiten, Regt Kreativität Phantasie an. Ist einhüllend und gibt innere Wärme und Geborgenheit, löst aus seelischer Verhärtung und Erstarrung.
Melisse (Melissa Officinalis)	Duft: angenehm zitrusartig Allergien, antiviral, Asthma, Herz –und Kreislaufstärkend, Blutdrucksenkend, löst Angstzustände, stimuliert körperlich und geistig , antidepressiv, beruhigend, Nervenstärkend, Zu geben bei Wut Trauer und Stress
Muskatellersalbei (Salvia Sclarea)	Duft: warm, leicht süßlich – holzig Vorsicht extrem gefährlich: kann bei intensiver Anwendung zu Rauschzuständen führen, nicht mit Alkohol zusammen und eisenhaltigen Medikamenten Antiseptisch, Blutdrucksenkend, Kopfschmerzen, antidepressiv, Stabilisiert die Psyche, anregend, bei Erschöpfungszuständen, Angstzuständen, Hysterie, Paranoia, Wirkt stark Raumreinigend Hebt die Stimmung, Erweitert unser inneres Blickfeld und unterstützt Veränderungen in unserer Einstellung.
Myrrhe (Commiphora Molmol)	Duft: süß, würzig, warm, balsamisch Stark antiseptisch, Stark reinigende Wirkung auf die Seele, wundheilend, für trockene und strapazierte Haut, Altershaut, Ekzeme, Geschwüre, entzündungshemmend, Gibt Kraft, Optimismus und zugleich innere Ruhe