

QS Phytotherapie

Ätherische Öle und Toxikologie

Peter Germann

Der Umgang mit ätherischen Ölen in der Medizin ist in Deutschland ein Bereich, welcher noch immer schnell in die esoterische Ecke gedrängt wird.

Andere Länder, ins besondere Frankreich und Spanien, sind uns da Generationen voraus.

Der Begriff "aromaticos" kommt aus dem Griechischen und bedeutet "würzig".

Ätherische Öle sind leicht flüchtige Substanzen, welche von beinahe 30% aller hochentwickelten Blütenpflanzen in unterschiedlichen Mengen gebildet werden. Die Gewinnung erfolgt in Regel durch Wasserdampfdestillation, Expression oder Extraktion.

Den Umgang mit solchen Substanzen nennt man die "Aromatherapie", ein Teilgebiet der Phytotherapie. Es ist die kontrollierte Anwendung natürlicher ätherischer Öle, um die körperliche und psychische Gesundheit herbeizuführen oder zu erhalten. So können bis zu 95% der Infektionen, 75% der psychischen, nervlichen und hormonellen Störungen, 50% der äußerlichen Entzündungen, Hauterkrankungen und Allergien sowie 25% der Stoffwechselerkrankungen erfolgreich mit dieser Therapieform angegangen werden.

Die Literatur zur Aromatherapie ist teilweise haarsträubend. So sind häufig die phytotherapeutischen Indikationen der Stammpflanze einfach auf die Ölkonzentration umgesetzt worden. Auch Warnhinweise sind mit Vorsicht zu genießen : DAS toxische Thymianöl gibt es nicht. Je nach Pflanzenuntergruppe, Anbauggebiet, welches abhängig ist von Klimaeinflüssen, Höhenlage und Vegation sowie der Erntezeitpunkt zeigen die Analysen die unterschiedlichsten Zusammensetzungen an. Diese sind in der Tat teilweise hochtoxisch, dann aber auch wieder in den mite-Bereich einzustufen. Je nach Hauptanteil des Inhaltsstoffes sind gute Öle

mit ct. (chemo-typ) versehen, dahinter steht der Wirkstoff (z.B. Thymian ct. thymol). Weiterhin gehen viele Pflanzen gerne Kreuzungen ein, sodaß vom Standort abhängig häufig Hybridbildungen in großem Mengen vorkommen. Auch hier sind die Zusammensetzungen wieder individuell.

Nach geltendem Recht sind in Deutschland zur Zeit 12 ätherische Öle mit einer Standardzulassung versehen, unter anderem Anisöl, Zitronenöl und Minzöl.

Es ist für den Therapeuten und in der Praxisberatung am Patienten wichtig, Hinweise zu geben, wie an gutes, zur Therapie anzuwendendes Öl

auf dem Markt zu erkennen ist. Unseriöse Umschreibungen wie

"Jasmin grandiflorum artificale" sind tatsächlich vorgekommen -

"artificale", aus dem Lateinischen kommend, heißt "künstlich"!

Die Organisation FORUM Essenzia, zusammengesetzt aus Therapeuten, Chemikern, Apothekern und sonstigen Berufsständen, welche mit ätherischen Ölen in der Herstellung oder Anwendung zu tun haben, hat eine Liste zusammengestellt, wodurch an äußeren Kennzeichnungen ein qualitativ gutes ätherisches Öl erkennbar ist :

> 100% reines ätherisches Öl,

nicht naturidentisch. Dies deutet auf eine synthetische Herstellung hin.

> Die lateinische botanische Bezeichnung der Herkunftspflanze

Hierdurch sollen Verwechslungen mit anderen Arten vermieden werden.

> Das Ursprungsland, der eindeutige Staat

Je nach Herkunftsland können die Öle variieren.

> Angabe des Pflanzenanteils, aus dem das Öl gewonnen wurde

Verschiedene Pflanzen können unterschiedlichste Öle in beispielsweise Rinde, Blättern oder Blüten bilden.

Ein gutes Beispiel dafür ist der Orangenbaum (*Citrus aurantium*).
Hier werden drei verschiedene Öle je nach Pflanzenanteil gewonnen :
Orangenöl aus der Fruchtschale, Neroli aus der Blüte und Petit grain aus den kleinen Zweigen und den Fruchtansätzen.

> **Die exakte Füllmenge in ml oder g**

> **Angaben über den Anbau**

Stammt das Pflanzenmaterial aus kontrolliert-biologischem Anbau, aus Wildsammlung oder aus rückstandsgeprüfter konventioneller Landwirtschaft.

> **Das Gewinnungsverfahren**

Bei Extraktionen sollte das Lösungsmittel genannt sein und ob das Öl rückstandskontrolliert ist.

> **Genaue Angabe des Zusatzes und des Mischungsverhältnisses in Prozent**

Dies kommt bei zähflüssigen Ölen in Frage.

Es sind besonders Benzoe siam, Mimose oder Tonka zu nennen, welche oft mit Weingeist oder Jojobaöl versetzt sind, um sie anwendungsfreundlicher zu machen.

> **Gegebenenfalls ein Trägeröl in Prozent**

Sehr teure Öle, zum Beispiel Iris, werden auch verdünnt angeboten (z.B. Iris 1%ig)

> **Die Chargennummer**

Über diese Kontrollnummer ist das Öl bei Beanstandungen identifizierbar.

Der phytotherapeutische Bereich der ätherischen Öle wird von vielen Patienten in Eigeninitiative angewendet. Hierbei ist es als Therapeut wichtig, einerseits auf die toxischen Gefahren hinzuweisen, andererseits so manche Aussagen der Fachliteratur zu relativieren.

Bei der oralen Einnahme von sehr hohen Dosen bestimmter Öle, in der Regel zwischen 10 und 20 ml, kann es akut zu tödlichen Vergiftungserscheinungen kommen. Die potentiell gefährlichen Essenzen fallen häufig durch ungewöhnliche, strenge oder bittere Gerüche auf.

Als sehr toxisch sind *Betula alleghaniensis* (Birke) und *Gautheria fragrantissima* (Wintergrün) mit 98% Methylsalicylat zu nennen. Laut Statistik aus den USA verliefen 60% der bekannten Vergiftungsfälle tödlich. Ausserdem sind beide Öle extrem leicht hautschädigend.

Bei Kinder wird eine Größenordnung von 4 bis 8 ml als tödliche Dosis angegeben.

Ein halber Milliliter entspricht der Dosis von 21 Aspirin-tabletten.

Die chronische Toxizität, eine zu lang andauernde Anwendung bestimmter Essenzen in abnorm hohen Dosen, ist weit aus häufiger zu verzeichnen. Als Folge der chronischen Vergiftungen treten häufig Degenerationen des Gewebes auf. Dies kann besonders durch Agrumenöle, insbesondere Orange und Zitrone, nicht durch die Bergamotte, verursacht werden.

Hauptsächlich sind hier die hohen Terpenegehalte zu nennen.

Viele Menschen neigen heute zu einer Idiosynkrasie, eine Überempfindlichkeit gegen bestimmte Essenzen, oft aus Korbblütlern gewonnen. Ansonsten treten allergische Reaktionen bei allgemein gutverträglichen Ölen, wie Tea Tree oder Rose, durch schlechte Qualität auf. Bei äußeren Anwendungen können Pestizide in Trägerölen ursächlich sein. Auch alte, oxidierte Essenzen, insbesondere Zitrus- und Nadelöle, sowie Reaktionen mit Chemikalien in der Kleidung sind möglich.

Bei Verdacht auf eine überschießende Reaktion sollte vorher der Armbeugetest angewendet werden. Bei plötzlicher Unverträglichkeit eines Öles, welches früher toleriert wurde, besteht immer der Verdacht auf eine Überdosis. Dies ist häufig im Sinne der Chronizität zu sehen;

die körperliche Abbaurate ist länger als die zeitlich neue Zufuhr. So kann es, bevor es zu chronischer Toxizität führt, vorher zu allergischen Reaktionen kommen.

Eine Phototoxizität ist bei folgenden Essenzen mit dem Inhaltsstoff Cumarin zu bedenken :
Angelikawurzel, Bergamotte, Bitterorange, Blutorange, Eisenkraut, ätherisches und fettes Johanniskrautöl, Kreuzkümmel, Limette, Limone, Mandarine, Orange, Opoponax, Petersilie und Zitrone.
Die Grapefruit und die destillierte Limette können nicht als phototoxisch eingestuft werden.

Bei Yang-Typen und er Neigung zu Hitzeprozessen sollte mit Rosmarin, Ysop, Salbei und Thymian vorsichtig hantiert werden.

In der Schwangerschaft sollte die Klientin von östrogenhaltigen Ölen Abstand nehmen.
Dies sind unter anderem Eukalyptus, Fenchel, Geranie, Muskatellersalbei, Salbei, die Zypresse und Gewürzöle.
Auf hohe Dosen jeglicher Öle in Bad, Massage und Inhalation sollte zwei Stunden vor dem Stillen verzichtet werden. Äußerliche Anwendungen, wie die wundheilende Rose oder der milchtreibene Jasmin, sind erlaubt. Als milchhemmend wird der weiße Kampher eingestuft.

Bei Epileptikern sind verboten Basilikum, Fenchel, Kampher, Poleiminze, Salbei, Thuja, Ysop, Krauseminze, Zeder, Zypresse und Wermut. Hauptverantwortlich sind hierbei die Ketone, welche in hohen Dosen neurotoxisch wirken.

Bei massiven Lebererkrankungen sollte auf Öle weitgehend verzichtet werden. Die Leber ist dem Element Holz zugeordnet, ätherische Öle dem Element Metall. Gerade bei Therapeuten, welche den ganzen Tag mit ätherischen Ölen manuell arbeiten, sind immer wieder erhöhte Transaminasen zu beobachten oder im Vorfeld in Harnanalysen und Irisdiagnose schon Zeichen erkennbar.
Besonders sollte bei Lebergeschehen auf die innere und äußere Anwendung von Basilikum, Thuja, Thymina und Beifuß verzichtet werden.

In größeren Mengen als halluzinogen können Anis, Sternanis, Muskat und Muskatellersalbei angesehen werden. Eine Streichholzschachtel voll der gemahlene Nuß vom Muskat hat LSD-ähnliche Wirkung. In den siebziger Jahren in Strafvollzugsanstalten fiel erstmals der enorme Konsum an Muskatnuß auf. Der Muskatellersalbei verstärkt weiterhin die Wirkung von Alkohol.

Das parallele Anwenden von ätherischen Ölen und homöopathischen oder allopathischen Therapieverfahren ist vom Behandler zu entscheiden. Das absolute Verbot von Essenzen bei der Verabreichung von Homöopathica kann ich aus meiner Praxiserfahrung nicht teilen.
Zur Zeit läuft zum Thema "Homöopathie und ätherische Öle" in unserer Praxis eine Untersuchung, durchgeführt von verschiedenen Mitarbeitern mittels VEGA-Testung und Kinesiologie, welche ich zu einem späteren Zeitpunkt veröffentlichen möchte.
Mit Bach-Blüten in der Kombination mit Ölen habe ich sehr gute Erfolge erzielt.