

**Aromatherapie** benutzt die ätherischen Öle (ÄÖ) zur Behandlung.

Zum Alltag zuhause kann ein Erwachsener ganz praktisch selber die folgenden «milderen» ÄÖ anwenden, jedoch mit unserer Beratung zuerst. Die ÄÖ sind bei uns erhältlich.

**Beispiele zum extern auftragen :**

Erkältung, Bronchitis, Grippe	Hiverneol Komplex einreiben mit Creme
Eine Nacken Schulter Rücken Verspannung	Ravintsara einreiben mit Creme
Schmerzen bei Gelenke	Kamillen einreiben mit Creme
Arthritis	Weihrauch einreiben mit Creme
Insekten Stiche	Lavendel Spica Tropfen darauf pur
Muskelsteifheit	Rosmarin Kampfer einreiben mit Creme
Akne	Teebaum
Hautmykose	Teebaum + Cymbopogon Winterianus
Herpes Gürtelrose	Ravintsara
Blutung durch Verletzung	Cistus ladaniferus sofort
Stress, beruhigen	Lavendel o. Orangen Blüten / Blätter
PMS Schmerzen	Salvia sclarea
...	

Eine Gold Regel der Aromatherapie ist : **Hände sofort mit Seife waschen nach Gebrauch.**

Bei komplexeren Fällen oder zur Rückerstattung, je nach KK, gibt Ihnen unser Aromatherapeut ÄÖ zur externen oder internen Anwendungen, eine Verschreibung ab.

Extern werden ÄÖ-haltige Lotionen oder Cremes verschrieben.

Intern werden ÄÖ-haltige Komplexe pur oder Zäpfchen verschrieben.

Zum Probieren !

Also, alle gesund !