

Zitroneneukalyptus (Eucalyptus citriodora)

Interessantes Allerlei

Weltweit gibt es etwa 600 verschiedene Eukalyptusarten; davon sind ungefähr fünfzig rund um das Mittelmeer zu finden. Der Zitroneneukalyptus ist jedoch am häufigsten an der Ostküste Australiens anzutreffen. Seinen „Wasserdurst“ machte man sich dort zunutze, indem man in subtropischen Regionen Massenspflanzungen anlegte, um die Sümpfe auszutrocknen. So gelang es, Tropenkrankheiten wie etwa die Malaria auszumerzen. Der Eukalyptus trägt vielleicht auch deshalb den Beinamen „Fieberbaum“.

Heilwirkung auf den Körper

Das fein riechende ätherische Zitroneneukalyptusöl hält lästige Stechmücken und gefährliche Zecken von uns fern. Es hat eine stark antivirale, antibakterielle und entzündungshemmende Wirkung und wird vor allem bei Entzündungen im Urogenitalbereich und bei Blasenentzündungen eingesetzt. Eine Anwendung mit diesem Öl lindert die Schmerzen bei rheumatischen Erkrankungen, Hexenschuss, Ischias, Sehnenentzündungen und Gürtelrose. Es ist hilfreich zur Behandlung von Muskelschmerzen, Schleimbeutelentzündungen und Neuralgien.

Psychisch-seelische Wirkung

Zitroneneukalyptus erfrischt, belebt und stärkt unseren Geist. Er fördert unsere Konzentrationsfähigkeit sowie das logische Denken, regt unsere Fantasie an und schenkt uns kreative Ideen. In der Duftlampe angewendet säubert Zitroneneukalyptus die Raumluft und schenkt uns das Gefühl von Reinheit und Frische.

Ein Rezept

Bad für eine tiefe Muskelentspannung: 10 bis 12 Tropfen Zitroneneukalyptusöl mit etwas Speiseöl oder Sahne vermischen und dem bereits eingelaufenen Badewasser begeben.

Zu beachten

Zitroneneukalyptusöl stammt von einer anderen Baumart als dem bekannteren Eukalyptus und hat ein mildereres Wirkungsspektrum. Deshalb darf es, im Gegensatz zum Eukalyptusöl, auch bei Kindern angewendet werden.

Im Handel sind folgende Chemotypen erhältlich: Eukalyptus globulus, Eukalyptus radiata und Eukalyptus smithii. Diese Arten eignen sich besonders zur Behandlung von Atemwegbeschwerden.

Ätherische Öle dürfen nur in seltenen Fällen pur angewendet werden. Bitte informieren Sie sich bei einer Fachperson.

Verschiedenes

Lateinische Bezeichnung:	Eucalyptus citriodora oder Corymbia citriodora
Pflanzenfamilie:	Myrtengewächse
Herkunft:	Brasilien, Australien, China, Spanien
Gewinnung:	Destillation der Blätter
Duft:	Frisch, zitronig
Mischt sich gut mit:	Zitrone, Lavendel, Melisse, Kiefer

Quellen

Mein über Jahrzehnte erworbenes und erprobtes Wissen habe ich mit Informationen aus folgenden Quellen ergänzt: «Praxis Aromatherapie» (Monika Werner/Ruth von Braunschweig); «Ma bible des huiles essentielles» (Danièle Festy); «Himmlische Düfte» (Susanne Fischer Ritzi); «Bewährte Aromamischungen» (Ingeborg Stadelmann). In keinem Fall wurden ganze Textpassagen kopiert.