

Immortelle (Helichrysum italicum)

Interessantes Allerlei

„l'immortelle“ – französisch „die Unsterbliche“. Welch verheißungsvoller Name. „Italienische Strohblume“ oder „Currykraut“, wie sie auch genannt wird, klingen da weit weniger romantisch. Nichtsdestotrotz: Wer schon einmal den Mittelmeerraum (ihre Heimat) bereist hat, ist ihr sicher schon häufig begegnet. Zum Beispiel auf Korsika: Dort wächst sie wild an den steilen Küsten, schwängert während der Blütezeit mit ihrem warm-würzigen Duft die Luft und verleiht der kargen Landschaft hübsche gelbe Tupfer.

Heilwirkung auf den Körper

Das ätherische Öl der Immortelle zählt zu den wirksamsten Mitteln zur Behandlung von Hämatomen und blauen Flecken. Bei Zerrungen, Prellungen und Sportverletzungen wirkt es schmerzlindernd und heilungsfördernd. Immortelle ist virentötend und wird deshalb auch zur Behandlung von Herpes verwendet. Ein paar Tropfen in die Hautcreme gemischt helfen Hautunreinheiten und Akne zu mindern. Immortelle wirkt wundheilend und lindert Sonnenbrand. Sie regt Leber und Pankreas an und löst bei Husten und Bronchitis den Schleim. Sinusitis lässt sich am besten in Form von Inhalationen behandeln.

Psychisch-seelische Wirkung

Immortelle hat eine beruhigende Wirkung. Ihr Duft lindert Stress und Nervosität; gleichzeitig stärkt er unsere Nerven und klärt unseren Geist. Wem der Geruch dieses Öls zu „eigenwillig“ ist, kann ihm durch die Zugabe von Orange oder Neroli eine lieblichere Note verleihen.

Ein Rezept

Zur Behandlung von Hämatomen und blauen Flecken: Zu gleichen Teilen ätherisches Öl italienischer Immortelle und von Lorbeer vermengen. Die betroffene Stelle mit 1 bis 2 Tropfen dieser Mischung 3- bis 5-mal täglich behandeln.

Zu beachten: Nicht auf offene Wunden auftragen. Die Mischung sollte in einem dunklen, verschlossenen Gefäß aufbewahrt werden.

Zu beachten

Um eine Verwechslungsgefahr mit dem ätherischen Öl *Helichrysum angustifolium* auszuschließen, müssen Sie beim Kauf auf die lateinische Bezeichnung *Helichrysum italicum* achten.

Bei Schwangerschaft soll das ätherische Öl der Immortelle nicht verwendet werden.

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

Verschiedenes

Lateinische Bezeichnung:	Helichrysum italicum
Pflanzenfamilie:	Korbblütler
Herkunft:	Mittelmeerraum, insbesondere Italien, Frankreich Spanien sowie Osteuropa
Gewinnung:	Wasserdampfdestillation aus dem blühenden Kraut
Duft:	Warm, holzig, würzig, kräuterartig
Mischt sich gut mit:	Orange, Grapefruit, Bergamotte, Zitrone, Neroli

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.