



# Ätherische Ölmischung wärmend und wehenfördernd

von HP Dr. med. vet. Anita Kracke

Unter der Geburt kann es zu einer Wehenschwäche der Schwangeren kommen. Das geschieht besonders dann, wenn aufgrund einer hormonellen Dysbalance oder einer Erschöpfung der Gebärenden die Wehentätigkeit nachlässt.

Erfahrene Therapeuten und Hebammen können mit Hilfe von ätherischen Ölmischungen den Muskeltonus sanft stimulieren. Eine Möglichkeit hierzu besteht in der Anwendung von zwei Tropfen der oben genannten Ölmischung sowohl auf dem Bauch als auch auf dem Rücken. Auch ist die Mischung zur Fußmassage sehr gut geeignet, um über die Reflexzonen und die Wärmewirkung die Kräfte der Frau zu mobilisieren.

Diese Ätherischölmischung lässt sich sogar allgemein als Badezusatz nutzen oder verwenden für einen warmen Bauchwickel, der gleichzeitig entspannt und tonisiert, weil er die Durchblutung fördert und damit neben der psychischen Kompen-

te auch hilft, die Bauch- und Uterusmuskeln mit neuer Energie zu versorgen.

Als Trägeröl empfiehlt es sich, das neutrale Jojobawachs zu verwenden.

Ätherisches Nelken- und Zimtöl sind wie das Rosmarinöl stark durchblutungsfördernd und wärmend.

Besonders das ätherische Zimtöl ist dafür bekannt, dass es die Wehentätigkeit anregt. Das gilt sogar bereits für einige wärmende alkoholfreie Punschgetränke in der kalten Jahreszeit. Damit kann man in der fortgeschrittenen Schwangerschaft vorzeitige Wehen in Gang setzen. Zudem haben sowohl das Nelkenöl als auch das Zimtöl eine besonders schmerzstillende und entzündungswidrige Wirkung. Das ist sehr wünschenswert, weil durch die Anstrengungen unter der Geburt und die hormonelle Umstellung das Immunsystem überfordert sein kann. Das gilt besonders dann, wenn die Austreibungszeit sehr lange dauert und

die Frau stark erschöpft und unterkühlt ist. Dem begegnet speziell das ätherische Rosmarinöl, weil es aufgrund einer besseren Durchblutung erwärmend und schmerzlindernd wirkt.

Zedernöl ist zellregenerierend und vertreibt mit seinem holzig frischen Duft unangenehme Körpergerüche, die leicht bei der Geburt entstehen. Ein zusätzlicher Tropfen ätherischen Zitronenöls wirkt erfrischend, angstlösend und konzentrierend, damit es nicht zur Erschlaffung und Resignation kommt, sondern die Kräfte gebündelt werden.

Grundsätzlich ist eine entsprechende Massage mit dieser Ölmischung sehr wohltuend für die Gebärende, weil durch die Berührung einer Massage natürlich neben den Inhaltsstoffen des Öls die Zuwendung und Handwärme der massierenden Person eine große seelische und körperliche Hilfe vermitteln. Es können ängstliche Verspannungen gelöst und die Erschöpfung vertrieben werden.

## Ölerezept / Lieferumfang:

50 ml Jojoba, 50 ml

10 Tr. ätherisches Nelkenblütenöl  
(*Syzygium aromaticum*), 5 ml

10 Tr. ätherisches Zimtblätteröl  
(*Cinnamomum ceylanicum*), 5 ml

5 Tr. ätherisches Rosmarinöl  
(*Rosmarinus off. Verbenon*), 5 ml

5 Tr. ätherisches Zedernöl  
(*Cedrus atlantica*), 10 ml

1 Tr. ätherisches Zitronenöl  
(*Citrus limon*), 10 ml

42,00 € (inkl. MwSt., zzgl. Versand)



## Hinweise:

Das Set beinhaltet einzelne Flaschen des jeweiligen Öls, es handelt sich nicht um eine vorgefertigte Mischung. Die Dosierung kann sich im Einzelfall ändern, bitte kontaktieren Sie hierzu Ihren Therapeuten.

Ätherische Öle sollten nie pur aufgetragen werden, bitte immer mit einem Trägeröl (einer Trägersubstanz) vermischen. Möglichst vorab die Verträglichkeit am Patienten durch „Riechenlassen“ testen! □

Bitte senden Sie uns Ihre Bestellung für dieses praktische Set per Post, E-Mail oder Fax mit dem Betreff „Ätherische Ölmischung wärmend und wehenfördernd“ (gültig vom 01. Juni - 31. August 2020)

Biofrid-Cosmetic GmbH & Co. KG · Hasseler Steinweg 9 · 27318 Hoya · Fax: (04251) 93 52-290 · [www.biofrid.de](http://www.biofrid.de) · [info@biofrid.de](mailto:info@biofrid.de)