



Jungmacher: Aroma-Therapie für Wohlbefinden, Schönheit und Anti-Aging

Von *PR-Info*

Erstellt am 3 Mai 2012 - 06:39

Die Aroma-Therapie ist eine Behandlung mit etherischen Ölen und duftenden Essenzen, die aus Blüten, Kräutern und Hölzern hergestellt werden. Diese aromatischen Öle und Essenzen wirken hauptsächlich über den Geruchssinn und entfalten so ihre Wirkung. Das vegetative Nervensystem, das an das Riechzentrum im Gehirn gekoppelt ist, kann mittels Duft- und Aromastoffen gezielt beeinflusst werden. So können mit der Aromatherapie intensive Wirkungen erzielt werden, die mitunter denen von chemischen Therapeutika sogar weit überlegen sind – und das ohne Nebenwirkungen.

Für viele Leiden das passende Aromaöl

Es gibt kaum ein Leiden, das sich nicht erfolgreich mit der Aromatherapie behandeln lässt. Die aromatischen Substanzen können entweder inhaliert, in verdünnter Form auf die Haut aufgetragen oder ins Badewasser gegeben werden. Manche Aromaöle können auch innerlich angewendet werden. Die Aromastoffe aktivieren zunächst die Sinne, nämlich den Geruchs- und gegebenenfalls den Geschmackssinn. Über diese Sinnesbeeinflussung können sich schließlich Folgewirkungen auf die Organfunktionen entfalten.

Natürliche Heilmittel

Innerlich angewendet haben verschiedene etherische Öle sogar eine antibakterielle bzw. eine antivirale Wirkung, die die Wirkung von chemischen Antibiotika sogar noch übertreffen kann. Viele dieser duftenden Öle und Essenzen kennen wir aus dem Alltag und wissen sie als altbewährte Naturheilmittel zu schätzen. Dazu gehören die Kamille mit ihrer entzündungshemmenden oder die Pfefferminze mit ihrer belebenden Wirkung. Aber auch Lavendel, Knoblauch und diverse Kräuter wie Estragon, Rosmarin oder Salbei üben ihre positive Wirkung über die enthaltenen Aromastoffe aus.

Gezielt wirksam

Als Tee getrunken oder zum Würzen von Speisen verwendet sind diese Aromastoffe hilfreich bei Funktionsschwächen innerer Organe wie Magen, Darm, Leber und Herz. Zudem unterstützen sie den Blutkreislauf und beruhigen die Nerven. Aber auch nur über die Nase können viele Aromastoffe ihre volle Wirkung entfalten. Für diesen Zweck werden die Aromaöle zum Beispiel über Aromalampen verdunstet. So verströmen die Düfte in die Raumluft, wodurch über das Geruchssystem eine intensive Wirkung auf unser vegetatives Nervensystem erzeugt wird. Aromaöle können anregend, beruhigend oder gar inspirierend und bewusstseinsweiternd wirken. Sie wirken direkt auf das limbische System im Gehirn und übermitteln dort ihre Duftbotschaft, wodurch gezielte Wirkungen auf Körper, Geist und Seele erzielt werden.

Ausgewählte Aromaöle von A bis Z und ihre Wirkungen stellt Vanessa Halen ausführlich in ihrem aktuellen Ratgeber **DIE?JUNGMACHER** vor:

Die Jungmacher - Aktivieren Sie Ihren inneren Jungbrunnen und drehen Sie Ihre biologische Uhr zurück

Der aktuelle Ratgeber von BoD-Bestseller-Autorin Vanessa Halen

ISBN 978-3-8391-8644-2

100 Seiten – 12,90 Euro

Kostenlose eBooks, Gratis-Leseproben und weitere Infos über die Autorin und ihre Bücher auf der Wellness-Infoseite:

<http://www.wellness-infoseite.de> [1]



Verlag:

Books on Demand GmbH

In de Tarpen 42

22848 Norderstedt

Telefon: 040-534335-0

Rezensionsexemplar:

<http://www.bod.de/index.php?id=3144> [2]

Kontakt und Presseanfragen:

vanessa.halen@web.de [3]

Vanessa Halen ist Expertin in Sachen Gesundheit, Schönheit und Wellness. Neben ihrem Studium der Kunst- und Heilpädagogik absolvierte sie eine Ausbildung zur Camouflagistin und besuchte Fachseminare in den Bereichen Kosmetologie und Naturheilkunde. Ihr Fachwissen rundete sie schließlich durch eine Heilpraktiker-Ausbildung ab. Heute arbeitet die Autorin als freie Journalistin und Texterin. Sie hat bereits über 300 Fachartikel sowie mehrere Sachbücher und Ratgeber veröffentlicht. Ihre aktuellen Bücher:

Ein neues Leben (ISBN 3-89811-731-6)

BioAging (ISBN 3-8311-4572-5)

Die neuen Schlank-Pusher (ISBN 3-8334-1473-1)

CyberBeauty (ISBN 3-8334-5295-1)

Die neuen Schönmacher (ISBN 978-3-8370-5406-4)

Die Jungmacher (ISBN 978-3-8391-8644-2)

Gesundheit, Schönheit, Medizin, Ratgeber, Lebenskrise, Sorgen, Anti-Aging, Vitamine, Falten, Haarausfall, Glatze, Wechseljahre, Potenz, Ernährung, Übergewicht, abnehmen, schlank, Diät, Rezepte, Lifting, Cellulite, Altersflecken, Hautstraffung, Zukunft, Hausmittel, Beschwerden, Schönmacher, Schlank-Pusher, BioAging, Jungmacher

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:14): <http://www.medkom24.eu/node/16191>

Links:

[1] <http://www.wellness-infoseite.de>

[2] <http://www.bod.de/index.php?id=3144>

[3] <mailto:vanessa.halen@web.de>