

Palmarosa

Botanischer Name:	Cymbopogon martinii	
Pflanzenfamilie:	Süßgräser	
Herkunft:	Indien, Nepal, Brasilien, Guatemala	
Gewinnung:	Wasserdampfdestillation des Grases während der Blüte.	
Duftprofil:	Farblos, Rosenähnlicher Duft.	
Psychische Wirkung:	Emotional ausgleichend, stressabbauend, stimulierend und tröstend.	
Körperliche Wirkung:	Wirkt gut bei Pilzinfektionen, gegen Bakterien wirkend, unterstützend auf das Herz-Kreislaufsystem, hautpflegend, unterstützt das Immunsystem.	
Anwendungsbereiche:	Erkrankungen der oberen Atemwege, geschwächtes Immunsystem, nervös bedingte Herzbeschwerden, gereizte und empfindliche Haut, Vorbeugung von Wundliegen und Wundreiben, Fußpilz, depressive Verstimmungen.	
Nebenwirkungen:	Keine bekannt	
Anwendungsbeispiele:		
Raumbeduftung:	2 Tropfen Palmarosa in der Duftlampe bei depressiven Verstimmungen.	
Fußbad:	2 Tropfen Palmarosa-Öl in 1 Esslöffel Milch vermischen, dann in eine Schüssel mit Wasser geben. Füße ca. 20 Minuten darin baden. Bei Fußpilz.	
Massage:	10 ml Basisöl z.B. Mandelöl süß und 2-4 Tropfen Palmarosa-Öl vermischen, für wohltuende Einreibungen.	

Bildquelle: Köhlers Medizinal-Pflanzen