

Aroma-Massage, Leberwickel & „Schweinehund-Öl“: Mit ätherischen Ölen genussvoll entgiften

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018

Beim Stichwort Entgiften, neudeutsch Detoxing, denken viele an freudlosen Verzicht, nagenden Hunger und Kräutertee statt Latte Macchiato. Doch Körper und Seele von Ballast zu befreien, das kann auch wohltuend und genussvoll sein – etwa dann, wenn mit den ätherischen Ölen von PRIMAVERA erheiternde Düfte, immunstärkende Saunagänge oder entspannende Massagen ins Spiel kommen. Dabei unterstützen die Öle nicht nur wirksam den Entgiftungsprozess, sondern stärken auch die Psyche – ein nicht zu unterschätzender Aspekt, wenn es darum geht, schlechte Angewohnheiten dauerhaft loszuwerden.

„Ätherische Öle sind die idealen Begleiter für eine natürliche, effektive und dabei wohltuende Entgiftung – und zwar körperlich und emotional“, sagt PRIMAVERA Unternehmensmitgründerin Ute Leube. So beschleunigt eine Massage mit ätherischen Ölen auf der körperlichen Ebene den Abtransport von Lymphflüssigkeit, wirkt entgiftend und regt den Stoffwechsel an. Auf psychischer Ebene gleichen die eingeatmeten und über die Haut aufgenommen Öle unsere Stimmung aus – je nach Wirkprofil beruhigend, entspannend oder anregend.

„Die Natur bietet alles, was wir für ein starkes Immunsystem, einen funktionierenden Stoffwechsel, gesunde Organe und ein straffes Bindegewebe brauchen“, erläutert Anusati Thumm, international tätige Ausbildungsleiterin der „Ärztlich geprüften PRIMAVERA Aromaexperten/innen“. So sei beispielsweise die Angelikawurzel bekannt für ihre

durchblutungsfördernde und lymphflussanregende Wirkung. Auf die Seele wirkt Angelikawurzel als „Mut- und Kraftöl“, das Zuversicht und Durchhaltevermögen stärkt.

Von A wie Angelikawurzel bis Z wie Zeder – große Vielfalt in Anwendung und Wirkung

Die Liste reinigend wirkender ätherischer Öle ist lang: Grapefruit beispielsweise fördert die Fettverbrennung und strafft die Haut bei Cellulite, Orange entwässert und schenkt Selbstvertrauen, Wacholder hemmt Entzündungen und „hält wach“, Zitrone regt den Zellstoffwechsel an und stimuliert den Geist. Ätherische Öle sollten allerdings niemals pur, sondern immer mit einem neutralen Trägeröl (z. B. Mandel- oder Sesamöl) in sparsamer Dosierung aufgetragen werden. Doch Vorsicht: Manche ätherischen Öle können bei Sonneneinstrahlung Hautirritationen hervorrufen.

Auch in der Anwendung ist Detoxing mit ätherischen Ölen abwechslungsreich und leicht durchführbar. So wirkt etwa ein Fußbad entschlackend, weil der Körper über die Fußsohlen sehr effektiv Gifte ausscheiden kann. Für die Gesichtshaut bieten sich Dampfbäder mit ätherischen Ölen an, die den Reinigungseffekt unterstützen. In der Duftlampe eingesetzt, wirken ätherische Öle positiv auf unser Gemüt und setzen innerliche Prozesse – etwa zur Neuorientierung – in Gang.

Rezept Raumduft zur Aufmunterung:

Jeweils

2 Tropfen Zitrone

1 Tropfen Orange

2 Tropfen Pfefferminze

mit Wasser verdünnen und in die Duftlampe oder den Vernebler geben.

Für Alexandra Eideloth*, Gesundheitsberaterin, AromaExpertin, Buchautorin und Referentin anlässlich der 10. PRIMAVERA Fachtagung**, sind Ganzheitlichkeit und Naturbelassenheit

gerade beim Detoxing besonders wichtig: „Eine Entgiftungskur sollte unkompliziert und mit möglichst wenigen Präparaten verbunden sein.“ Bereits durch das Weglassen von Lebensmitteln und Gewohnheiten, die den Körper schlapp und müde machten, sei oft schnell Erleichterung spürbar. Wer sich nur schwer zu einer Entgiftungskur aufraffen kann, sollte dieses Rezept ausprobieren:

Mischung "Schweinehund-Öl":

30 ml Mandelöl

5 Tropfen Lorbeeröl

5 Tropfen Grapefruit

1 Tropfen Angelikawurzel oder 3 Tropfen Zeder

„Die Mischung kann täglich morgens und abends in den Solarplexus und den unteren Rücken einmassiert werden. Das Lorbeeröl hilft, Veränderungen durchzuhalten. Zeder oder Angelikawurzel geben Kraft für Widerstände, die von außen kommen. Grapefruit verleiht Leichtigkeit und Lebensfreude“, so Alexandra Eideloth.

Detoxing par excellence: der Saunagang

Durch den Wechsel von Wärme und Kälte schafft Saunieren nicht nur körperlich-seelische Entspannung, sondern reinigt und entgiftet auch. „In der Sauna wird die Aromatherapie in Form eines Aufgusses eingeatmet“, so die Wellnesstherapeutin und Aufgussmeisterin Margret Ischia**. Die ätherischen Öle werden mit Wasser verdünnt und über den heißen Saunaofen geschüttet (nur die exklusiven Bio Aromasauna-Mischungen von PRIMAVERA können direkt angewendet werden). Der heiße Dampf, der aufsteigt, verteilt sich im Raum – und mit ihm die Wirkung der 100% naturreinen Aromastoffe. „Zum Schwitzen kommt in der Sauna das wunderbare Dufterlebnis dazu. Die Öle wirken auf den Körper und vertiefen mit dem heißen Dampf die Atmung. Das entspannt und reinigt Körper und Seele.“ Auch Margareta Ischia empfiehlt gerade bei Detox-Anwendungen ausschließlich den Einsatz unverfälschter naturreiner ätherischer Öle.

Leberentgiftung mit Rosmarin-Wickeln

Als zentrales Entgiftungsorgan spielt die Leber beim Detoxing eine wichtige Rolle. Egal, ob während Detox- oder Fastenkuren oder einfach für zwischendurch: wirkungsvoll in ihrer Funktion unterstützen kann man sie am besten mit Einreibungen. Ätherisches Rosmarinöl verbenon kurbelt den Stoffwechsel an und wirkt zusammen mit dem ätherischen Öl der Schafgarbe ausgleichend. Ätherisches Ingweröl regt die Verdauung zusätzlich an. Johanniskrautöl wirkt wärmend und regenerierend. Sesamöl wird traditionell für verschiedene Kuranwendungen im Ayurveda oder beim Fasten genutzt.

Anusati Thumm: „Rosmarin verbenon wirkt am stärksten regenerierend und entlastend auf die Leberzellen. Deswegen wurde diese bei Bluthochdruck unbedenkliche Rosmarin-Sorte als Spezialität ins Aromatherapie-Portfolio aufgenommen.“

Als Do-it-Yourself-Rezeptur für einen Leberwickel empfehlen die

PRIMAVERA-Aromatherapie-Experten folgende Mischung:

15 Tropfen Rosmarin Verbenon * bio

5 Tropfen Schafgarbe* bio

3 Tropfen Ingwer* bio

50 ml Sesamöl* bio

50 ml Johanniskrautöl* bio

Messbecher

Flasche zum Abfüllen

sehr warmes Wasser

1 Tuch oder Waschlappen

1 Handtuch Wärmflasche/Kirschkernkissen

Die ätherischen Öle in Sesam- und Johanniskrautöl in einer Flasche mischen, verschließen und gut schwenken. Zur Anwendung das Leberöl auf den rechten Rippenbogen auftragen. Einen Waschlappen in heißem Wasser tränken, gut auswringen und auf den Rippenbogen legen. Danach mit einem trockenen Handtuch abdecken und mit einer Wärmflasche oder einem Kirschkernkissen warmhalten. Eine Ruhepause einlegen, um dem Körper eine Auszeit zu gönnen. Der Leberwickel kann auch kurmäßig einen

Monat lang immer nach dem Essen oder am Abend aufgetragen werden, um die Leberfunktion zu unterstützen.

Weitere Informationen über ätherische Öle und ihre Wirkungen finden Sie unter:

<https://www.primaveralife.com/shop/aetherische-oele>

Weiterführende Literatur zum Thema Detox auch über

* www.alexandra-eideloth.de und
www.naturheilpraxis-eideloth.de

**PRIMAVERA 10. Fachtagung am 14.10.2017: „Aromatherapie & Detox – Zeit der Entschlackung und Erneuerung“, Vorträge von A. Eideloth und M. Ischia zum Thema.

UNTERNEHMEN

Für PRIMAVERA LIFE sind seit mehr als 30 Jahren die Liebe zur Natur und der Respekt für Mensch und Umwelt feste Grundsätze in der Unternehmenskultur. Als führender Hersteller und Anbieter von 100 % naturreinen ätherischen Ölen und hochwertiger zertifizierter Bio- & Naturkosmetik bestimmen ökologisches Denken und nachhaltiges Handeln das durchweg „grüne“ Geschäftskonzept. So zählen internationale CSR-Projekte (=Corporate Social Responsibility) zum festen Bestandteil der Unternehmensphilosophie. Das Traditionsunternehmen mit Sitz in Oy-Mittelberg im Allgäu befolgt ethische Geschäftspraktiken, zahlt Anbaupartnern und Lieferanten faire Preise, unterhält langfristige Beziehungen zu ihnen und unterstützt die Weiterbildungsmöglichkeiten seiner Kooperationspartner mit dem Ziel, die Qualität seiner Produkte ständig zu verbessern.

PRIMAVERA LIFE stellt höchste Ansprüche an die Qualität und Reinheit aller verwendeten Rohstoffe, an die Nachhaltigkeit des Anbaus und der Weiterverarbeitung. Das Unternehmen verwendet Rohstoffe aus vornehmlich kontrolliert biologischem Anbau und unterstützt aktiv 13 biologische Anbauprojekte

weltweit, die Artenschutz und Felderwirtschaft betreiben, chemiefreie Schädlingsbekämpfungs- und Düngemittel verwenden und keine Gentechnik einsetzen. Synthetische Zusätze und Mineralöle kommen nicht in Frage. Die naturreinen Rezepturen bestehen aus vorwiegend biologischen Inhaltsstoffen und werden in pflanzengerechten Verfahren ausschließlich mit Lebensmittel-Emulgatoren, pflanzlichen Konservierungsstoffen und natürlichen Duft- und Farbstoffen hergestellt. Alle Rezepturen werden nicht nur direkt am Firmenstandort Oy-Mittelberg entwickelt, sondern auch sämtliche Produkte dort produziert. Um die Ressourcen der Erde zu schonen, sind bei PRIMAVERA die Verpackungen auf ein Minimum reduziert. Wann immer möglich, wird auf Beipackzettel und Umkartons verzichtet.

Pressekontakt:

PRIMAVERA LIFE GMBH

Marion Keller-Hanischdörfer

T 08366-8988-931

marion.keller@primaveralife.com

PRIMAVERA gewinnt den SPA Diamond Award

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018



PRIMAVERA LIFE ist Preisträger des diesjährigen SPA Diamond Awards in der Kategorie Nachhaltigkeit (Sustainability). Die Auszeichnung gilt als einer der wichtigsten SPA- und Beauty-Ehrungen im deutschsprachigen Raum. Neben der hohen Qualität der PRIMAVERA-Produkte in den Bereichen Aromatherapie sowie Bio- & Naturkosmetik würdigte die Jury die konsequent nachhaltige Philosophie des Bio-Pioniers aus dem Allgäu. So werden die naturreinen Produkte seit Unternehmensgründung vor mehr als 30 Jahren ausschließlich in verantwortungsvollem Umgang mit der Natur hergestellt.

Die Gründer von Primavera hätten es sich zur Lebensaufgabe gemacht, Naturprodukte bester Qualität nachhaltig und in verantwortungsvollem Umgang mit der Natur herzustellen. Hinter allen Entscheidungen stehe der Gedanke, dass pure Natur perfekte Balance und Ausgewogenheit schenke, so die Jury. Das lasse sich nicht nur an den Produkten und Anbaupartnerschaften ablesen, sondern erstrecke sich bis in die Architektur und Umsetzung des Firmengebäudes, das nach Nachhaltigkeitsprinzipien konzipiert und gebaut wurde.

PRIMAVERA lebt den Nachhaltigkeitsgedanken konsequent

„Die SPA Diamond-Jury ist beeindruckt, mit welcher Passion und Intensität die beiden Unternehmensgründer Ute Leube und Kurt Nübling die Säulen ökologische, ökonomische und soziale Verantwortung im Kern ihrer unternehmerischen Tätigkeit verankert haben. PRIMAVERA ist ein Aushängeschild der Branche und ein leuchtendes Vorbild für die Verträglichkeit von nachhaltigem Handeln und wirtschaftlichem Erfolg.“

Unternehmensgründer Kurt L. Nübling freut sich über die Auszeichnung: „Nachhaltiges Wirtschaften, Fairness im Umgang mit Mensch, Tier und Umwelt sowie die Förderung biologischer Landwirtschaft sind fest in unserer Unternehmensphilosophie verankert. Unser Claim „Die Liebeserklärung an Mensch & Natur“ versinnbildlicht dies und bestimmt unser tägliches Tun. Wir sind verpflichtet, nachfolgenden Generationen eine intakte Umwelt zu hinterlassen.“

Mit dem SPA Diamond Award zeichnet das Verlagshaus Busche seit dem Jahr 2004 herausragende Produkte, Dienstleistungen und Persönlichkeiten in den Bereichen SPA, Wellness und Beauty aus. Die Jury setzt sich aus Marketing-Fachleuten, Beauty-Experten und Medien-Vertretern zusammen. Die SPA Diamond Awards in den verschiedenen Preiskategorien sollen Verbrauchern die Orientierung im umfassenden Angebot für qualitativ hochwertige Wellness-, Kosmetik- und Naturkosmetik-Produkte und Dienstleistungen erleichtern.

Seit 2015 wird der Award der Düsseldorfer Verlagsgruppe Busche auch in der Kategorie Nachhaltigkeit vergeben. Die Verankerung des Nachhaltigkeitsgedankens in den Unternehmenswerten sowie eine nachvollziehbare Dokumentation zählen zu den Bewertungskriterien. Vor PRIMAVERA haben im Jahr 2015 die Henkel AG & Co. KGaA sowie im vergangenen Jahr die Greenline Hotels (2016) den Preis erhalten.

Der SPA Diamond ist aber nicht nur eine Auszeichnung für höchste Produktqualität, sondern auch ein großer Medienevent. So treffen jedes Jahr zur Verleihung mehr als 250 geladene Gäste aus Wirtschaft, Kultur und Showbusiness sowie namhafte Vertreter der Kosmetikindustrie und Luxushotellerie zusammen.

Weitere Informationen unter <http://www.primaverallife.com/news/>

Düfte von PRIMAVERA: Im Gleichgewicht von Mensch und Natur

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018



Oy-Mittelberg, 27. Juni 2017 – Am heutigen Weltdufttag sollen wir Düfte bewusster wahrnehmen. Für den Bio-Pionier PRIMAVERA LIFE ein willkommener Anlass, auf die Vorzüge naturreiner Düfte aus ätherischen Ölen hinzuweisen. Im Gegensatz zu synthetischen Parfümstoffen sind diese ausschließlich natürlichen Ursprungs. Die wertvollen Öle aus Schalen, Blüten und Blättern beleben nicht nur den Geist, sondern schaffen auch Wohlbefinden. Weil die Pflanzen biologisch angebaut und schonend geerntet und verarbeitet werden, sind sie auch ein aktiver Beitrag für eine intakte Umwelt. Wer die Öle schließlich mit hochwertigen pflanzlichen Pflegeölen mischt, erhält gerade bei hochsommerlichen Temperaturen einen unverwechselbar individuellen, duftenden Frische-Kick für den Tag.

„Wir feiern den Welttag des Duftes nach PRIMAVERA-Art: im Gleichgewicht von Mensch und Natur“, so Mit-Firmengründerin und –Inhaberin Ute Leube. „Im Gegensatz zu anderen Sinnesorganen leitet die Nase ihre Eindrücke direkt

ans Limbische System weiter, dem Bereich des Gehirns, der der Verarbeitung von Emotionen dient. Düfte beeinflussen uns deshalb viel stärker als Bilder oder Töne – und weitaus mehr, als viele wissen.“

Umso wichtiger ist es nach Leubes Überzeugung, auch bei Düften auf unverfälschte Natur zu setzen. „Es macht einfach einen Unterschied, ob Sie einen Rosenduft mit Erdölprodukten im Labor produzieren oder ob er die kostbare Ausbeute tausender wunderschöner Rosenblätter und –blüten ist. Das eine fällt auf – das andere ist die gebündelte Kraft und Schönheit der Natur“.

Der Königin der Blumen ist bei PRIMAVERA traditionell das jährliche Rosenfest gewidmet, das in diesem Jahr am 8. und 9. Juli 2017 am Firmenstandort in Oy-Mittelberg stattfindet (weitere Informationen unter <http://www.primaveralife.com/veranstaltungen/bei-primavera/rosenfest/>)

Düfte prägen unser Leben und unser allgemeines Befinden, denn sie können Glücksgefühle, aber auch Ängste auslösen und Erinnerungen wachrufen. Dank Millionen von Nervenzellen in der Riechschleimhaut können Säuglinge ihre Mutter schon im Bauch am Duft erkennen. Auch bei Kaufentscheidungen oder der Partnerwahl spielen Gerüche eine Rolle, wobei die Einflussfaktoren noch nicht ganz erforscht sind. In der Sprache schlägt sich das Thema in vielen Redewendungen nieder: So geht der eine geht immer der Nase nach, der andere hat die Nase voll oder kann jemanden absolut nicht riechen.

Rezept: Sommerliches Pflegeöl zum Selbermischen

Für die natürliche Hautpflege an heißen Tagen empfehlen die Aromatherapie-Experten/innen bei PRIMAVERA ein spritzig-frisches Körperöl mit Gute-Laune-Garantie zum Selbermischen. „Mit dem erfrischenden Duft von Zitrone, fruchtiger Grapefruit und frischem Lemongrass gehen Sie auch bei tropischen

Temperaturen beschwingt durch den Tag“, sagt PRIMAVERA-Produktmanagerin Maria von Känel. Alle drei naturreinen ätherischen Öle aus kontrolliert biologischem Anbau werden mit dem PRIMAVERA Mandelöl bio gemischt. Das klassische Hautpflegeöl lässt sich besonders gut mit ätherischen Ölen natürlich beduften, wirkt wohltuend bei trockener, empfindlicher und spröder Haut und bewahrt die natürliche Hautfeuchtigkeit. Außerdem fördert es die Hautstraffung und Elastizität.

Für das Öl werden 1 bis 2 Tropfen Grapefruit bio, 5 bis 8 Tropfen Zitrone bio/demeter und 5 bis 8 Tropfen Lemongrass bio in 50 ml Mandelöl bio gegeben. Gut mischen, schwenken und schütteln. Wenn das Öl einen Tag stehen gelassen wird, kann sich die Duftkomposition optimal entfalten.

Zur Anwendung das Öl in die feuchte Haut einmassieren. Dazu Oberschenkel, Bauch und Po gerne kräftig massieren, um die Durchblutung zu fördern.

Das ätherische Zitronenöl von PRIMAVERA stammt aus den Schalen italienischer Früchte, die kalt gepresst werden. Es entspringt, genauso wie die Öle Grapefruit bio und Lemongrass bio, kontrolliert biologischem Anbau. Sein Lemongrassöl bezieht PRIMAVERA von BIO BHUTAN, seinem langjährigen Bio-Anbaupartner im Land im Himalaya. Rund 600 Sammlerinnen sowie weitere 100 Mitarbeiter einer Seifenfabrik erwirtschaften dort ihren Lebensunterhalt durch konsequent nachhaltigen Anbau, Ernte und Weiterverarbeitung von Lemongrass. PRIMAVERA war der erste deutsche Importeur von Lemongrassöl aus schonender Wildsammlung im Bhutan.

UNTERNEHMEN

Für PRIMAVERA LIFE sind seit mehr als 30 Jahren die Liebe zur Natur und der Respekt für Mensch und Umwelt feste Grundsätze

in der Unternehmenskultur. Als führender Hersteller und Anbieter von 100 % naturreinen ätherischen Ölen und hochwertiger zertifizierter Bio- & Naturkosmetik bestimmen ökologisches Denken und nachhaltiges Handeln das durchweg „grüne“ Geschäftskonzept. So zählen internationale CSR-Projekte (=Corporate Social Responsibility) zum festen Bestandteil der Unternehmensphilosophie. Das Traditionsunternehmen mit Sitz in Oy-Mittelberg im Allgäu befolgt ethische Geschäftspraktiken, zahlt Anbaupartnern und Lieferanten faire Preise, unterhält langfristige Beziehungen zu ihnen und unterstützt die Weiterbildungsmöglichkeiten seiner Kooperationspartner mit dem Ziel, die Qualität seiner Produkte ständig zu verbessern.

PRIMAVERA LIFE stellt höchste Ansprüche an die Qualität und Reinheit aller verwendeten Rohstoffe, an die Nachhaltigkeit des Anbaus und der Weiterverarbeitung. Das Unternehmen verwendet Rohstoffe aus vornehmlich kontrolliert biologischem Anbau und unterstützt aktiv 13 biologische Anbauprojekte weltweit, die Artenschutz und Felderwirtschaft betreiben, chemiefreie Schädlingsbekämpfungs- und Düngemittel verwenden und keine Gentechnik einsetzen. Synthetische Zusätze und Mineralöle kommen nicht in Frage. Die naturreinen Rezepturen bestehen aus vorwiegend biologischen Inhaltsstoffen und werden in pflanzengerechten Verfahren ausschließlich mit Lebensmittel-Emulgatoren, pflanzlichen Konservierungsstoffen und natürlichen Duft- und Farbstoffen hergestellt. Alle Rezepturen werden nicht nur direkt am Firmenstandort Oy-Mittelberg entwickelt, sondern auch sämtliche Produkte dort produziert. Um die Ressourcen der Erde zu schonen, sind bei PRIMAVERA die Verpackungen auf ein Minimum reduziert. Wann immer möglich, wird auf Beipackzettel und Umkartons verzichtet.

PRIMAVERA setzt Zeichen für Klimaschutz: #MakeOurPlanetGreatAgain

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018



Als Appell für besseren Klimaschutz und eine verantwortungsvolle Umweltpolitik beteiligt sich PRIMAVERA LIFE an der weltweiten Aktion #MakeOur PlanetGreatAgain. Seit vergangenem Freitag wird das Firmengebäude aus diesem Anlass jeden Abend in grün angestrahlt. Mit der Aktion demonstrieren weltweit Millionen Menschen gegen den von US-Präsident Trump angekündigten Ausstieg aus dem Pariser Klimaschutzabkommen.

„Als Allgäuer Bio-Pionier wollen wir aktiv ein Zeichen setzen“, so PRIMAVERA-Mitfirmengründer und –inhaber Kurt L. Nübing. „Unser Claim `Die Liebeserklärung an Mensch & Natur` steht für nachhaltiges Engagement in Sachen Umwelt- und Klimaschutz. Wir haben eine Verantwortung für nachfolgende Generationen. Deswegen passt die Aktion `Make the Planet great again` perfekt zu unseren Werten – und zeigt unsere Überzeugung live und in Farbe!“

Noch bis kommenden Freitag, den 9. Juni 2017, wird es am PRIMAVERA-Firmsitz in Oy-Mittelberg deswegen noch grüner als

sonst: nach Sonnenuntergang (ab ca. 21 Uhr) wird das klimaneutral gebaute und für seine Umweltverträglichkeit mehrfach ausgezeichnete Gebäude grün angestrahlt. Im rund 50 Kilometer entfernten Legau solidarisiert sich das Naturkost-Unternehmen Rapunzel ebenfalls mit einem grün beleuchteten Gebäude mit der weltweiten Aktion. Auch Ludwigs Festspielhaus in Füssen zählt zu den lokalen Unterstützern.

Fotos vom erleuchteten Gebäude und weitere Informationen zur Aktion unter

#makeourplanetgreatagain

#maketheplanetgreatagain

#greenplanet

#parisagreement

#parisclimatagreement

#environment

#umwelt

#climatechange

#klimawandel

#natur

#naturfirst

#nachhaltig

UNTERNEHMEN

Für PRIMAVERA LIFE sind seit mehr als 30 Jahren die Liebe zur

Natur und der Respekt für Mensch und Umwelt feste Grundsätze in der Unternehmenskultur. Als führender Hersteller und Anbieter von 100 % naturreinen ätherischen Ölen und hochwertiger zertifizierter Bio- & Naturkosmetik bestimmen ökologisches Denken und nachhaltiges Handeln das durchweg „grüne“ Geschäftskonzept. So zählen internationale CSR-Projekte (=Corporate Social Responsibility) zum festen Bestandteil der Unternehmensphilosophie. Das Traditionsunternehmen mit Sitz in Oy-Mittelberg im Allgäu befolgt ethische Geschäftspraktiken, zahlt Anbaupartnern und Lieferanten faire Preise, unterhält langfristige Beziehungen zu ihnen und unterstützt die Weiterbildungsmöglichkeiten seiner Kooperationspartner mit dem Ziel, die Qualität seiner Produkte ständig zu verbessern.

PRIMAVERA LIFE stellt höchste Ansprüche an die Qualität und Reinheit aller verwendeten Rohstoffe, an die Nachhaltigkeit des Anbaus und der Weiterverarbeitung. Das Unternehmen verwendet Rohstoffe aus vornehmlich kontrolliert biologischem Anbau und unterstützt aktiv 13 biologische Anbauprojekte weltweit, die Artenschutz und Felderwirtschaft betreiben, chemiefreie Schädlingsbekämpfungs- und Düngemittel verwenden und keine Gentechnik einsetzen. Synthetische Zusätze und Mineralöle kommen nicht in Frage. Die naturreinen Rezepturen bestehen aus vorwiegend biologischen Inhaltsstoffen und werden in pflanzengerechten Verfahren ausschließlich mit Lebensmittel-Emulgatoren, pflanzlichen Konservierungsstoffen und natürlichen Duft- und Farbstoffen hergestellt. Alle Rezepturen werden nicht nur direkt am Firmenstandort Oy-Mittelberg entwickelt, sondern auch sämtliche Produkte dort produziert. Um die Ressourcen der Erde zu schonen, sind bei PRIMAVERA die Verpackungen auf ein Minimum reduziert. Wann immer möglich, wird auf Beipackzettel und Umkartons verzichtet.

Yoga trifft Aromatherapie: Ruhe und Kraft atmen mit PRIMAVERA LIFE

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018



Oy-Mittelberg, 30. März 2017 – Mehr als 20 Millionen Menschen weltweit praktizieren Yoga – Tendenz seit Jahren stark steigend. Weil naturreine ätherische Öle die Yoga-Praxis durch ihre atem-vertiefende Wirkung ideal unterstützen, hat PRIMAVERA LIFE sein Angebot jetzt um eine Yoga-Kollektion erweitert. Durch ihre besondere Mischung und ihr spezielles Wirkprofil intensivieren die Produkte den Atemfluss jedoch nicht nur während der Yoga-Stunde, sondern verbessern auch die Entspannung danach und helfen dabei, die wohltuenden Effekte positiv im Alltag zu verankern.

„Wenn weltweit immer mehr Menschen Yoga machen, um sich in der rastlosen Dynamik ihres Alltags wieder zu erden und Ruhe zu finden, dann ist es für uns als Aromatherapie-Experten nur naheliegend, sie dabei mit der Kraft der Natur so gut wie

möglich zu unterstützen“, so PRIMAVERA-Mitgründerin und –Inhaberin Ute Leube.

Das verbindende Element zwischen Aromatherapie und Yoga bildet die herausragende Rolle der Atmung. „Atmen ist Leben“, sagt Chumba Lama, Yoga-Lehrer und Meister des tibetischen Atem-Yogas. „Wohlgerüche stimulieren uns, noch intensiver tief ein- und auszuatmen. Wird die Raumluft mit natürlichen Essenzen sanft aromatisiert, wird jeder Atemzug zum Genuss“, so der frühere tibetische Mönch.

Mit den neuen Produkten stellt PRIMAVERA LIFE seine umfassende aromatherapeutische Erfahrung zur individuellen Anwendung während, nach und unabhängig von der Yoga-Praxis zur Verfügung. Herzstück der Kollektion ist der speziell entwickelte Duft „Yogaflow“. Darin sorgt Myrte für eine bewusstere Atmung und neue Kraft. Grapefruit stimmt heiter und stärkt das Selbstvertrauen, Sandelholz wirkt entspannend, ausgleichend und aufbauend. Wie alle Duftmischungen von PRIMAVERA LIFE besteht „Yogaflow“ zu 100 Prozent aus naturreinen ätherischen Ölen.

„Angepasst an die jeweiligen Yoga-Übungen sind Naturdüfte der ideale Begleiter, um den Blick nach innen zu unterstützen und dabei vitalisierend oder beruhigend auf unser Befinden zu wirken“, bestätigt die Psychologin, Aroma-Expertin und Yogatherapeutin Lara-Marija Vucemilovic, die ätherische Öle daher gern in ihre Yoga-Einheiten integriert.

Best New Product-Award für das Yogamattenspray von PRIMAVERA

Die Yoga-Kollektion umfasst neben einer Duftmischung zur Raumbeduftung auch einen Aroma Roll-On für Schläfen und Handgelenke sowie ein Bio Yogamattenspray. Auf der diesjährigen Bio-Fachmesse VIVANESS wurde das Spray in der Kategorie Wellness mit dem „Best New Product“-Award ausgezeichnet. Dabei überzeugte die Jury neben dem angenehmen und aromatherapeutisch wirksamen Duftprofil vor allem die

Tatsache, dass die Matte durch das Spray auf natürliche Weise frisch und keimfrei bleibt.

Auch im Alltag schaffen die Duftmischungen der neuen Yoga-Kollektion Inseln der Ruhe. Denn Düfte können in Bruchteilen von Sekunden an Erlebtes und Erlerntes erinnern. Über die Duftlampe oder einen Aromavernebler in der Raumluft verteilt, entsteht eine wohltuend-entspannte Atmosphäre auch ohne Yoga-Praxis. Der Aroma Roll-On, der direkt auf die Haut aufgetragen wird, sorgt für harmonische und ruhige Gedanken.

Wohltuende Entspannung auch jenseits der Yogamatte

„Schnuppern wir im Alltag den Duft, den wir regelmäßig während unserer Yoga-Praxis verwenden, kann dieser uns nicht nur das wohltuend-entspannte Gefühl nach dem Yoga wieder ins Gedächtnis rufen. Er erinnert uns auch daran, unsere Atemzüge tief auszukosten und uns zu entspannen“, so Yoga-Lehrerin und Aroma-Expertin Vucemilovic. Auf diese Weise könnten natürliche Düfte dabei helfen, auch jenseits der Yogamatte Ruhe und eine selbstbewusste Haltung im Alltag zu finden.

Weitere Informationen erhalten Sie hier:

<http://www.primaverallife.com/news/bio-yogamattenspray-auszeichnung/>

<http://www.primaverallife.com/news/aromatherapie-bereichert-yoga/>

<http://www.primaverallife.com/news/tibetisches-atem-yoga/>

Natürlich ohne Mikroplastik: Öko-Test-„sehr gut“ für PRIMAVERA-Duschpeeling

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018



Oy-Mittelberg, 28. Februar 2017 – Das Aktivierende Duschpeeling Minze Zypresse von PRIMAVERA LIFE ist in der aktuellen Ausgabe der Zeitschrift Öko-Test (Februar 2017) mit der Note „sehr gut“ ausgezeichnet worden. Die Tester hatten Körperpeelings nach Art und Größe ihrer Peelingpartikel sowie auf Mikroplastik untersucht. Das Ergebnis: Viele Hersteller konventioneller Produkte verzichten zwar inzwischen auf große Plastikpartikel. Dafür kommen andere Kunststoffe zum Einsatz, deren Folgen für Umwelt und Gesundheit noch weitgehend unbekannt sind. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, setzt auf zertifizierte Naturkosmetik. Inhaltsstoffe auf Erdölbasis – wie Plastik – sind hier gesetzlich verboten.

Für den Test wurden 22 Körperpeelings, davon acht Produkte aus zertifizierter Naturkosmetik, daraufhin untersucht, welche und wie viele Peelingpartikel enthalten sind, wie groß diese sind und ob es sich dabei um sogenanntes Mikroplastik handelt. Als

Mikroplastik gelten Kunststoffpartikel mit einer Größe von weniger als 5 Millimetern. Weil Kläranlagen die Teilchen, die aus Kosmetikprodukten oder vom Abrieb von Plastikfasern aus Waschmaschinen stammen, bislang nicht herausfiltern können, gelangen sie in Böden, Flüsse und in die Meere. Fische und Muscheln, aber auch Trinkwasser oder sogar Honig sind zunehmend mit Mikroplastik belastet. Welche Folgen Mikroplastik im menschlichen Körper hat, ist noch nicht bekannt.

„Mikroplastik ist keine Frage der Deklaration, sondern der Moral“, so PRIMAVERA LIFE Firmen-Mitgründerin und Mit-Eigentümerin Ute Leube. Für sie ist der Einsatz gesundheitsbedenklicher und für die Umwelt problematischer Inhaltsstoffe gemäß dem Unternehmenscredo „Im Einklang mit der Natur“ nicht vorstellbar. „Je mehr Menschen erkennen, dass Plastikmüll kein Problem ist, das nur auf dem Ozean stattfindet, sondern dass es direkt in unserem Trinkwasser und auf unseren Tellern landet, desto schwerer werden es konventionelle Hersteller mit kunststoffbelasteten Produkten haben.“

Immer mehr Verbraucher wollen Mikroplastik vermeiden und achten deswegen beim Einkauf auf die Inhaltsangaben. Da für Kosmetikartikel bislang nur feste Kunststoffpartikel wie Polyethylen (PE) ausgewiesen werden müssen, gelangen zunehmend auch andere Inhaltsstoffe wie synthetische Polymere in die Produkte. So fanden die Tester in fünf der untersuchten 22 Peelings außer Polyethylen und synthetischen Polymeren auch allergieauslösende und sogar im Tierversuch giftige Duftstoffe. Dabei, so Öko-Test, mache die Naturkosmetik „seit langem vor, dass es problemlos möglich ist, gute Produkte ohne erdölbasierte Inhaltsstoffe herzustellen.“

Lieber natürlich: Peelen mit Jojobawachsperslen und Olivenkernen

Das PRIMAVERA LIFE Duschpeeling Minze Zypresse peelt mit

Mikroperlen aus Jojobawachs und Olivenkernen. Milde Zuckertenside reinigen die Haut, kaltgepresstes Bio-Aprikosenkern- und Sonnenblumenöl bewahren die natürliche Feuchtigkeit der Haut und wirken rückfettend. Die Massage mit den Peelingsubstanzen pflanzlichen Ursprungs regt die Durchblutung an und unterstützt die Hauterneuerung. Als zertifiziertes Naturkosmetikprodukt enthält das PRIMAVERA-Duschpeeling garantiert keine synthetischen Polymere, Kunststoffderivate oder andere bedenklichen Stoffe. Neben dem als „sehr gut“ bewerteten Körperpeeling sind auch die beiden Gesichtspeelings Hautklärendes Peeling Salbei Traube und die Sanfte Peelinglotion Rose Granatapfel frei von schädlichen Kunststoffteilchen. Alle PRIMAVERA-Rezepturen bestehen aus vorwiegend biologischen Inhaltsstoffen und werden in pflanzengerechten Verfahren ausschließlich mit Lebensmittel-Emulgatoren, pflanzlichen Konservierungsstoffen und natürlichen Duft- und Farbstoffen hergestellt.

Für einen aktiven Beitrag im weltweiten Kampf gegen den Plastikmüll setzt PRIMAVERA LIFE auch in der Produktverpackung zunehmend auf Recycling. So besteht der Großteil der verwendeten Tuben zur Hälfte aus sogenanntem Post-Consumer-Recycling (PCR)-Material, das aus Kunststoffabfällen hergestellt wird. Durch den bewussten Verzicht auf Umverpackungen vieler Produkte engagiert sich PRIMAVERA zusätzlich gegen unnötigen Abfall. Wann immer möglich, wird auch auf Beipackzettel verzichtet.

Kontakt:

Presse PRIMAVERA LIFE GMBH

Marion Keller-Hanischdörfer

T 08366-8988-931

marion.keller@primaveralife.com

Aromapflege für zuhause: Türöffner im Umgang mit Alten und Kranken

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018



Personalknappheit, Zeitmangel, Ökonomisierung und Effizienzdenken – die Wünsche vieler Kranker und Pflegebedürftiger nach körperlicher, vor allem aber auch menschlich-emotionaler Zuwendung bleiben unerfüllt. Immer mehr Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen versuchen seit Jahren gegenzusteuern, indem sie auf die wohltuende Wirkung ätherischer Öle setzen und diese in konventionelle medizinische Therapien und Versorgungsleistungen integrieren. Über die Nase wahrgenommen, können die naturreinen Pflanzenkräfte Empfindungen positiv beeinflussen, die Psyche stimulieren und Ängste abbauen. Die Bandbreite ihrer körperlichen Wirkungen reicht von entzündungshemmend und schmerzlindernd bis hin zu regenerierend, hautpflegend oder einfach nur wohltuend. Was sich im professionellen Umfeld bewährt hat, steht jetzt auch für die Anwendung zuhause zur Verfügung. Ab sofort sind ausgewählte Aromapflege-Produkte des Bio-Pioniers PRIMAVERA LIFE im Handel erhältlich.

„Ätherische Öle tragen die Kraft der Pflanze in sich, aus denen sie gewonnen werden. Sie wirken wohltuend, gesundheitsfördernd, pflegend, wecken Erinnerungen und geben Kraft. Was liegt näher, als sie denen an die Hand zu geben, die all das am meisten brauchen: Kranken, Pflegebedürftigen und den Menschen, die sich um sie kümmern“, so Ute Leube, Mitgründerin und Gesellschafterin von PRIMAVERA LIFE. Mit fünf neuen Aromapflege-Produkten – Entspannungsöl bio, Atem-Aktiv-Öl bio, Muskel- und Gelenkmassageöl bio, Hautstärkungsöl bio sowie einem Wegbegleitungsöl – steht die 30-jährige Aromatherapiekompetenz von PRIMAVERA LIFE jetzt auch Endverbrauchern zur Anwendung zur Verfügung.

Denn nach wie vor werden mehr als zwei Drittel der Pflegebedürftigen nicht im Heim, sondern zuhause versorgt – von Familienmitgliedern, Nachbarn oder privaten Hilfskräften, oft bis an die Grenzen der eigenen Belastbarkeit und darüber hinaus. Auch hier spielen die Vorbeugung gegen Infektionen und Folgeerscheinungen von Bettlägerigkeit (wie z. B. Dekubitus) eine wichtige Rolle. Viele Pflegeeinrichtungen haben gute Erfahrungen mit dem Einsatz ätherischer Öle gemacht, deren keimtötende Eigenschaften in Studien vielfach belegt ist. „Vor allem wenn es um resistente Keime geht, sind Aromaöle interessant“, so Ute Leube. „Jede Pflanze hat ihr eigenes Profil. Diese sogenannten Vielstoffgemische sind je nach Erntezeitpunkt, -ort und Klima immer wieder anders beschaffen. Gerade bei multiresistenten Keimen kann dies genützt werden.“ Klassische synthetische Produkte dagegen seien homogen, also immer genau gleich. Bakterien und Viren können ihre Struktur nach einer Weile erkennen und werden resistent. Auch der Medizinische Dienst der Krankenversicherung, kurz MDK, bewertet den Einsatz von Aromapflege positiv. Einrichtungen, die aromatherapeutische Ansätze aktiv in ihre Versorgung einbeziehen, erhalten vom MDK bessere Noten*.

Berührung ist Kommunikation

Doch auch auf der emotional-psychischen Ebene entfalten

naturreine ätherische Öle positive Wirkungen. „Aromapflege ist der Schlüssel, um mit den Kranken oder Pflegebedürftigen in Berührung zu kommen. Sie öffnet Türen, verschafft Zugang in die Gefühlswelt des Anderen und ist damit eine wunderbare Art der Kommunikation – selbst dann, wenn die Betroffenen selbst nicht mehr sprechen oder sich anderweitig mitteilen können“, berichtet Manuela Euringer, Krankenschwester und Seminarleiterin im Bereich Aromatherapie. Sie schätzt vor allem den ganzheitlichen Ansatz der aromatherapeutischen Arbeit. „Hier ist der Mensch keine Nummer und schon gar keine Diagnose. Er wird als Ganzes wahrgenommen, wertgeschätzt und behandelt. Das stärkt die Selbstwahrnehmung und schenkt Wohlbefinden.“

Auch die britische Pflegewissenschaftlerin Jane Buckle hebt in ihren Veröffentlichungen die Bedeutung der emotionalen Zuwendung hervor. Die Aromapflege erweist sich somit als idealer Schlüssel, um sowohl auf körperlicher als auch psychischer Ebene in Berührung zu kommen.**

Gute Erfahrungen hat Euringer unter anderem mit dem Einsatz von Lavendelöl gemacht. Untersuchungen bestätigen sie. So wurde in einer Placebo-kontrollierten Studie mit dementen geriatrischen Patienten mit Unruhezuständen festgestellt, dass 60 Prozent der Teilnehmer durch Raumbeduftung mit Lavendelöl deutlich ruhiger wurden. In einer anderen Untersuchung hatte Lavendel 55 Prozent der Patienten mit Einschlaf- und Durchschlafproblemen zu besserem Schlaf verholfen. Einer Studie mit Senioren aus dem Jahr 1995 zufolge hat Lavendelöl sogar die gleichen Effekte wie herkömmliche Schlafmittel – nur ohne Nebenwirkungen. Gerade Lavendelöl hat sich als Universalheilmittel bewährt dank seiner beruhigend-entspannenden Wirkung auf Körper und Psyche sowie bei Schmerzen, Spasmen und kleinen Verletzungen unterschiedlichster Art. ***

Aromapflege: Balsam für Körper, Geist und Seele

Die fünf Aromapflege-Produkte von PRIMAVERA LIFE geben Angehörigen die Möglichkeit, aromatherapeutische Anwendungen aus dem Klinik- oder stationären Umfeld zuhause fortzuführen – oder diese neu auszuprobieren.

So dient das **Entspannungsöl bio** auf der Grundlage von Wildrosen-, Mandel, Jojoba- und Calendulaöl als beruhigende Hautpflege und Seelenschmeichler. Benzoe, Lavendel, Palmarosa und Mandarine pflegen, lindern Juckreiz, wirken antimykotisch und stärken das Immunsystem. Das Entspannungsöl wirkt außerdem angst- und stresslösend und fördert den Schlaf. Es kann im Rahmen der täglichen Körperpflege, als Zusatz im Waschwasser oder als stresslösende Brust- oder Bauchölauflage eingesetzt werden.

Atem-Aktiv-Öl bio ist dagegen eine vitalisierende Pflegemischung, die mit Rosmarin Cineol, Latschenkiefer, Zeder und Weihrauch körperlich und geistig belebt und kräftigt. Diese ätherischen Öle wirken durchblutungsfördernd, entzündungshemmend, aktivieren den Lymphfluss und lindern die Beschwerden bei Erkältungen und Bronchitis. ****

Das **Muskel- und Gelenkmassageöl bio** lindert akuten Schmerz, wärmt, wirkt entzündungshemmend und krampflosend und wird daher unterstützend zur Mobilisation und Bewegungsförderung eingesetzt. Dazu werden die schmerzenden Muskeln und Gelenke zwei- bis dreimal täglich mit dem Öl massiert.

Speziell für die Pflege besonders belasteter Hautareale, zur Vorbeugung von Druckschäden oder Wundreiben sowie zur Narbenpflege und Hautpilzprophylaxe wurde das **Hautstärkungsöl bio** entwickelt. Nachtkerzen-, Wildrosenöl wirken stark zellregenerierend, Aloe Vera-Öl spendet wertvolle Feuchtigkeit und Sanddornfruchtfleischöl fördert die Regeneration der Haut, besonders nach Bestrahlungszyklen im Rahmen einer Krebstherapie.*****

Begleiter in schwierigen Lebensphasen – bei schwerer Krankheit

oder in der Sterbebegleitung – ist das **Wegbegleitungsöl**. Über Vernebler, Duftlampe oder -stein in der Raumluft ausgetragen wirkt es umhüllend, angstlösend, macht Mut und unterstützt das „Loslassen“.

Mehr über die neue Aromapflege von PRIMAVERA LIFE unter

<http://www.primaveralife.com/aromatherapie/gesundheit/aromapflege/>

Quellen:

* vgl. <http://www.mdk.de/media/pdf/Grundsatzst-Demenz.pdf>

** Buckle, Jane: Clinical Aromatherapy – Essential Oils in Healthcare, Edition 3/2015, Verlag Elsevier.

*** U.a. Holmes und Hopkins, 2002, Int. Journal of Geriatric Psychiatry , ebenso ausführlich beschrieben in Wabner Dietrich/Beier Christiane (Hrsg.): Aromatherapie – Grundlagen, Wirkprinzipien, Praxis, Urban & Fischer, München 2009, Seite 204 ff.

**** Wabner, Dietrich/Beier Christiane (Hrsg.): Aromatherapie – Grundlagen, Wirkprinzipien, Praxis, Urban & Fischer, München 2009. Die Wirkkräfte der ätherischen Einzelöle sind hier ausführlich beschrieben.

***** Steflitsch W./ Wolz D./Buchbauer G. (Hrsg.): Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis, Stadelmann-Verlag, Wiggensbach 2013, Seite 765.

UNTERNEHMEN

Für PRIMAVERA LIFE sind seit 30 Jahren die Liebe zur Natur und der Respekt für Mensch und Umwelt feste Grundsätze in der Unternehmenskultur. Als führender Hersteller und Anbieter von

100 % naturreinen ätherischen Ölen und hochwertiger zertifizierter Bio- & Naturkosmetik bestimmen ökologisches Denken und nachhaltiges Handeln das durchweg „grüne“ Geschäftskonzept. So zählen internationale CSR-Projekte (= Corporate Social Responsibility) zum festen Bestandteil der Unternehmensphilosophie. Das Traditionsunternehmen mit Sitz in Oy-Mittelberg im Allgäu befolgt ethische Geschäftspraktiken, zahlt Anbaupartnern und Lieferanten faire Preise, unterhält langfristige Beziehungen zu ihnen und unterstützt die Weiterbildungsmöglichkeiten seiner Kooperationspartner mit dem Ziel, die Qualität seiner Produkte ständig zu verbessern.

PRIMAVERA LIFE stellt höchste Ansprüche an die Qualität und Reinheit aller verwendeten Inhaltsstoffe, an die Nachhaltigkeit des Anbaus und der Weiterverarbeitung. Das Unternehmen verwendet Inhaltsstoffe aus vornehmlich kontrolliert biologischem Anbau und unterstützt aktiv 12 biologische Anbauprojekte weltweit, die Artenschutz und Felderwirtschaft betreiben, chemiefreie Schädlingsbekämpfungs- und Düngemittel verwenden und keine Gentechnik einsetzen. Synthetische Zusätze und Mineralöle kommen nicht in Frage. Die naturreinen Rezepturen bestehen aus vorwiegend biologischen Inhaltsstoffen und werden in pflanzengerechten Verfahren ausschließlich mit Lebensmittel-Emulgatoren, pflanzlichen Konservierungsstoffen und natürlichen Duft- und Farbstoffen hergestellt. Alle Rezepturen werden nicht nur direkt am Firmenstandort Oy-Mittelberg entwickelt, sondern auch sämtliche Produkte dort produziert. Um die Ressourcen der Erde zu schonen, sind bei PRIMAVERA die Verpackungen auf ein Minimum reduziert. Wann immer möglich, wird auf Beipackzettel und Umkartons verzichtet.

Zu viel Duft macht Babys Stress: Bio-Öle pflegen sanft und parfümfrei

geschrieben von Anette von Loewenstern | 19. Januar 2018



Von Natur aus haben alle Menschen „den richtigen Riecher“, denn sofort nach der Geburt erkennen Babys ihre Mutter am Duft. Und schon im Mutterleib nimmt das Ungeborene fast alle Gerüche in der mütterlichen Umwelt wahr. Um das empfindliche Sinnesorgan ihrer Kleinen nicht unnötig zu strapazieren, achten immer mehr Eltern auf eine möglichst parfümfreie Umgebung. Das ist angesichts der Allgegenwärtigkeit von synthetischen Duftstoffen in unserem Alltag – von Haushaltsreinigern über Waschmittel bis hin zu Körperpflege- und Kosmetikprodukten – gar nicht einfach. Hochwertige Bio-Pflegeöle wie Mandel- oder Calendulaöl und naturreine ätherische Öle erfüllen nicht nur alle Anforderungen an eine sanft-natürliche Babypflege, sondern sind gleichzeitig eine natürliche Alternative für die ganze Familie. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag gegen die Duftüberfrachtung von

Neugeborenen und kleinen Kindern.

Bereits in den ersten Lebensminuten orientieren sich Neugeborene ausschließlich am Duft der Mutter und machen dadurch frühe emotionale Erfahrungen. Ihr sensibles Näschen hilft ihnen, sich in der Familie geborgen zu fühlen. „Babys registrieren Düfte sehr sensibel, viel besser und schneller als größere Kinder. Wenn das kleinkindliche Sinneszentrum überfordert wird, kann dies sehr schnell zu Irritationen führen“, so Manuela Euringer, Krankenschwester in einer Kindernotfallpraxis, Seminarleiterin und ausgebildete Aromaexpertin. „In der direkten Umgebung von Säuglingen und Kleinkindern sollte man mit stark parfümierten Produkten unbedingt vorsichtig sein“, rät daher auch Maria von Känel, Produktmanagerin Aromatherapie bei PRIMAVERA LIFE.

Gerade wenn die Familie aus mehreren Bezugspersonen besteht, kann es beim Stillen, Kuscheln und Herumreichen schnell zu einer Duftüberfrachtung der Kleinen kommen. Ein Eindruck, den Manuela Euringer bestätigt: „Viele Schrei-Unruhen bei Säuglingen haben ihre Wurzeln in sinnlicher Reizüberflutung. Die Babys wehren sich damit auf ihre Weise und zeigen uns, dass sie zu vielen fremden oder zu intensiven Gerüchen ausgesetzt sind.“ Dabei sei zwischen natürlichen und synthetischen Duftstoffen unbedingt zu unterscheiden: „Ich bin der Meinung, weniger ist mehr und Duftstoff ist nicht gleich Duftstoff.“ Wichtig sei vor allem der bewusste Umgang mit allem, womit das Baby in Kontakt kommt.

Natürliche Babypflege: so naturrein wie möglich

Weil auch die Haut von Babys noch dünn ist und ihre Widerstandsfähigkeit erst aufbauen muss, sollte sie nicht überpflegt werden. Es gilt das Motto: So wenig wie nötig, so naturrein wie möglich. Bio-Pflegeöle von PRIMAVERA aus kontrolliert biologischem Anbau pflegen die gesamte Familie sanft, natürlich und garantiert parfümfrei. So ist etwa Mandelöl ein sehr verträgliches und vielseitig einsetzbares

Basisöl für jeden Hauttyp, auch für empfindliche und Babyhaut. Es zieht besonders tief in die oberste Hautschicht ein, wirkt hautstärkend und aufbauend. Seine hohe Verträglichkeit bietet gerade sensibler Haut milde Pflege und hilft, sie wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Die erfahrene Hebamme Roschanak Tabari ist freiberuflich in der Geburtsvor- und -nachsorge im Berliner Raum tätig und schätzt die wertvollen Pflegeöle: „Die Hautpflege fängt schon bei der Geburt des Kindes an und sollte behutsam mit natürlichen Präparaten erfolgen. Besonders beim Stillen ist es wichtig, dass das Baby seine Mutter am Duft erkennt. Mandel- und Calendulaöl sind nicht so geruchsintensiv und irritieren das Kind nicht. Babyhaut ist noch dünn und empfindsam, so kann man mit Mandelöl die Hautfalten reinigen und pflegen. Im Windelbereich eignet sich sehr gut Calendulaöl. Die Windel lässt sich problemlos von der Haut lösen, was bei mineralöhlhaltigen Produkten nicht immer der Fall ist.“

Die Deutsche Haut- und Allergiehilfe (DHA) empfiehlt Cremes und Pflegelotionen auf Basis hochwertiger Pflanzenöle, die – im Gegensatz zu Paraffinölen – in die Haut eindringen und die Barrierefunktion verbessern (vgl. Bettina Salis: Sicher gut gepflegt. In: Hebammenforum 2016; 17: 726-730).

Auch Maria von Känel kennt viele Anwendungsmöglichkeiten für das kalt aus Mandeln kontrolliert biologischen Anbaus hergestellte Öl. So kann ein mit Mandelöl getränkter Stoff z.B. auf einem feuchten Waschlappen oder Einwegtuch als natürliche Alternative zum Feuchttuch aus dem Plastikbehältnis dienen. Nach dem Baden und zur Beruhigung am Abend kann auch eine entspannende Babymassage hilfreich sein – eine besonders kindgerechte und beliebte Mischung aus Hautpflege und liebevoller Zuwendung. Dazu mischt man einen Tropfen Lavendel fein bio* in 100 ml Mandelöl* bio und streicht das Öl, am Oberkörper beginnend, vom Herzen weg nach außen. Die Füße werden am Schluss für kurze Zeit wärmend gehalten. Als Badezusatz pflegt und schützt 1 EL Mandelöl im Badewasser.

Der Allrounder gegen wunde Babypopos und Milchschorf: Calendula

Auch Calendulaöl aus kontrolliert biologischem Anbau ist bestens zur Pflege von Neugeborenen, Babys und Kleinkindern geeignet. Vor allem bei wundem Babypopo, aber auch bei gereizter Haut bei größeren Kindern oder zum Aufweichen von Milchschorf hat es sich bewährt. Calendulaöl beruhigt, stärkt die Widerstandskraft der Haut und schenkt ihr eine schützende Hülle.

Für eine Anwendung als Pflegeöl bei gereiztem Po und Windeldermatitis werden die betroffenen Hautstellen mit Wasser und Calendulaöl gereinigt und an der Luft getrocknet. Anschließend wird das Öl noch einmal aufgetragen. Bei Milchschorf wirkt Calendula auf der Kopfhaut oder an anderen betroffenen Stellen ein, am besten über Nacht unter einem Baumwollkäppchen. Am nächsten Tag kann der Schorf sanft abgerieben werden. Auch gereizte Brustwarzen erholen sich schneller, wenn sie nach dem Stillen sanft mit Calendulaöl eingerieben werden. Hebamme Roschanak Tabari ergänzt: „Als tägliche Brustwarzenpflege ist Calendulaöl besonders gut geeignet. Sie hält geschmeidig und beugt schmerzhaften Rissen vor.“

Eine selbstgemachte Calendulacreme für Mutter und Kind stellt Maria von Känel aus 20 g Sheabutter her, die sie im Wasserbad langsam erwärmt (nicht erhitzt), bis sie schmilzt. Dann werden 10 g Calendulaöl hinzugegeben und gut eingerührt. Beim Abkühlen wird die Mischung zu einer weichen Creme, die sich gut zur Pflege von Baby-Po, Brustwarzen und entzündeten Hautstellen bei Mutter und Kind eignet. Die selbstgemachte Calendulacreme hält sich kühl und dunkel aufbewahrt rund acht Monate.

Auch der Fachverband Deutscher Hebammen befürwortet in seinem Verbandsorgan „Hebammenforum“ die Verwendung von natürlichen Pflegeölen, da diese Wirkstoffe enthalten, die positiv auf die Haut wirken können, so etwa entzündungshemmende Linolsäure und

Vitamin E (vgl. auch dazu Bettina Salis: Sicher gut gepflegt. In: Hebammenforum 2016; 17: 726-730).

Links:

Informationen zur Fachausbildung zur Aromaexpertin in der PRIMAVERA Akademie erhalten Sie hier:

<http://akademie.primaveralife.com/aromatherapie/seminare/aerztlich-gepruefte-primavera-aromaexpertIn>

Weitere Informationen zu den Bio-Pflegeölen von PRIMAVERA LIFE finden Sie unter

<http://www.primaveralife.com/aromatherapie/gesundheit/bio-pflegeoele/>

Lesetipp zum Thema Säuglingspflege:

Claudia Dachs, [Ulla Busmann](#), [Hans F. Merk](#): Evidenzbasierte Pflege der Säuglingshaut. Thieme 2016.

Presse PRIMAVERA LIFE GMBH • Marion Keller-Hanischdörfer •
Tel: 08366-8966-931 • marion.keller@primaveralife.com