

## Haltbarkeit – Lagerung – Verfügbarkeit

In verschlossenen, vollen Flaschen bewahren ätherische Öle ihre Vitalität für viele Jahre. Nach häufigem Öffnen (Luftzufuhr) und ab halber Füllung sollten sie jedoch nicht mehr zu lange gelagert werden. Viele Essenzen, z.B. Harze, Hölzer und schwere Blütennoten, reifen und werden mit zunehmendem Alter besser. Zitrusöle und stark flüchtige Essenzen sollten innerhalb von ein bis zwei Jahren aufgebraucht werden.

## Vorsichtsmaßnahmen im Umgang mit ätherischen Ölen

### *generell*

Ein ätherisches Öl entspricht dem Charakter der jeweiligen Pflanze und die konzentrierte Form bedingt einen bewussten Umgang.

- Farfalla garantiert beste Qualität und Reinheit der ätherischen Öle.
- Jährliche Prüfung durch unabhängige externe Kontrollstellen (Bio-Inspecta/Demeter-Bund/BDIH u.a.).
- Die Farfalla-Produktion unterliegt einer laufenden Kontrolle durch ein kompetentes Qualitätsteam: Chargensystem mit Rückverfolgbarkeit, hauseigenes Prüflabor, qualitätsbewusste Abfüllung und Lagerung, transparente Volldeklaration.

### *Schwangerschaft / Epilepsie*

Folgende Öle sollten während der Schwangerschaft gemieden werden:

Anis, Basilikum, Estragon, Fenchel, Lorbeer, Muskatellersalbei, Rosmarin, Salbei, Thymian Thymol, Wacholder, Ysop. Auch andere Öle sollten während der Schwangerschaft sehr sparsam verwendet werden. Kamille und Pfefferminze in den ersten Schwangerschaftsmonaten nicht anwenden. Bei Neigung zu Epilepsie sollten die Essenzen Fenchel, Kampfer, Rosmarin, Salbei, Thymian, Ysop und Zeder gemieden werden.

### *erhöhte Lichtempfindlichkeit der Haut*

Die Essenzen von Zitrusfrüchten, im speziellen Bergamotte, sowie Johanniskraut, Verbena und Angelikawurzel erhöhen die Lichtempfindlichkeit der Haut und dürfen am Sonnenlicht nicht verwendet werden.

### *direkter Hautkontakt*

Ätherische Öle sollten auf der Haut nicht unverdünnt angewendet werden. Speziell Haut irritierend sind Myrte, Nelke, Verbena, Zimt und Zitronengras. Bei empfindlicher Haut oder Neigung zu Allergien sollte vor Verwendung eines Öls eine Probe in der Ellbogenbeuge gemacht werden. Wir empfehlen eine sparsame Verwendung von ätherischen Ölen. Dosierung für Kinder halbieren, bei Säuglingen ganz verzichten.

### *Erste Hilfe / Notfälle*

Bei Reizungen oder Verätzungen das ätherische Öl zuerst mit pflanzlichem Öl (z.B. Sonnenblumenöl) auf einem Taschentuch lösen und anschließend die Haut mit viel Wasser spülen.

Nach Augenkontakt das Auge sofort mit reichlich fließendem Wasser spülen, am besten für ca. 10 Min. unter dem Wasserhahn.

Bei starken Reaktionen (Schmerzen, Krämpfe, Schwindel, Übelkeit) ist es ratsam, den Arzt zu verständigen oder das nächste toxikologische

Informationszentrum um Hilfe zu fragen.

### **Sicherheitshinweise**

Farfalla verkauft Produkte auch in der EU. Deshalb richtet Farfalla sich nach den EU-Richtlinien, die auch von der Schweiz übernommen wurden. Zu Ihrer Sicherheit beachten Sie bitte die Innenseite der Etikette.

## **Anwendung von ätherischen Ölen**

### **Raumbeduftung**

Duftlampen eignen sich für die Beduftung von kleinen bis mittelgroßen Wohnräumen. Anwendung: Die Schale mit Wasser füllen, einige Tropfen ätherisches Öl dazu geben und Teelicht anzünden. Darauf achten, dass immer ausreichend Wasser in der Schale ist. Kein kaltes Wasser in die heiße Glasschale giessen (Bruchgefahr)!

Duftsteine eignen sich für die Beduftung von kleinen Räumen sowie für Bad, Toilette, Bürotisch, Nachttisch, Schrank, Auto usw. Anwendung: etwa 10-15 Tropfen unverdünntes ätherisches Öl auf den Stein geben und bei Bedarf wiederholen.

Elektrische Duftverbreitungssysteme (Aroma-Stream, Aroma-Stone, Mikrozerstäuber usw.) eignen sich für Spitalzimmer, Therapieräume, Seminarräume, Hotels, SPAs, Wellness, Schulzimmer usw.

**Bad, Fußbad** - Anwendung: je nach Essenz 4-10 Tropfen pro Vollbad. Ätherische Öle sind nicht wasserlöslich und müssen vor Gebrauch mit einem natürlichen Emulgator vermischt werden (neutrale Cocos-Schaumbasis, Vollmilch, Rahm, Honig o.ä.). Für den vollen Genuss, die Essenzen erst nach Einlaufen des Badewassers zugeben.

### **Massage, Körperpflege**

Ätherische Öle sollten aufgrund ihrer konzentrierten Form nicht unverdünnt auf der Haut angewendet werden.

Dosierung: etwa 15-25 Tropfen in 50 ml fettes Öl. Als Basisöle eignen sich neutrale Pflanzenöle wie Mandelöl, Jojobaöl usw.

### **Inhalation**

Anwendung: 1-3 Tropfen, je nach Intensität des ätherischen Öls. Eher sparsam einsetzen, da sehr intensiv.

### **Reinigung**

2-3 Tropfen eines ätherischen Öls in neutrale Flüssigseife mischen und ins Putzwasser geben. Es eignen sich vor allem frische Düfte wie Litsea Cubeba, Zitronengras, Zitrusdüfte, Lavendel, Lavandin usw. kosmetik, salben, küche

Der Einsatz von ätherischen Ölen in kosmetischen Produkten sowie in der Aromaküche ist in verschiedenen Fachbüchern eingehend beschrieben.