



# Ätherische Öle für Körper und Seele

## Pflege- und Heilmittel selbst machen

Immer mehr Menschen wollen wissen, was ihre Pflege- und Heilprodukte enthalten. Diese gleich selbst herzustellen liegt da nahe. Ätherische Öle lassen sich anhand einfacher Rezepturen zu vielfältigen Mitteln mischen. Sie haben sowohl heilende als auch pflegende Wirkungen und eignen sich daher zur ganzheitlichen Behandlung von Geist, Körper und Seele.

Das Buch „Ätherische Öle für Körper und Seele“ bietet eine umfassende Einführung in das Thema. Grundlegende Infos erklären, aus welcher Pflanze das Öl gewonnen wird, welche Wirkung es hat und wie es angewendet werden kann. Zusätzlich werden Basisöle vorgestellt, die zur Mischung mit den ätherischen Ölen benötigt werden. Dieses Wissen kann anschließend zur Herstellung der Pflege- und Heilmittel angewendet werden. Das Buch enthält über 30 Rezepte für Pflege- und Wellnessmittel – von Aromaöl-Mischungen über Duftkerzen bis zu Bade- und Pflegeprodukten – sowie Heilmittel zur Behandlung von mehr als 20 gesundheitlichen Beschwerden wie Sodbrennen, Erkältung oder Kopfschmerzen. Ob als Massageöl, Dampfinhalation oder Raumduft – die Anwendungsmöglichkeiten sind vielfältig, der Effekt stets wunderbar ausgleichend und erholsam.



Das Buch entstand durch die Zusammenarbeit mehrerer Experten. Susan Curtis ist ausgebildete Homöopathin, leitet die Abteilung Natural Health bei *Neal's Yard Remedies* und hat bereits mehrere Bücher über Naturheilkunde und ätherische Öle veröffentlicht. Pat Thomas ist Herausgeberin der Zeitschrift *The Ecologist*, gehört zum Vorstand des *Organic Research Centre* und betreut die Website von Neal's Yard Remedies, *NYR Natural News*. Fran Johnsons gehört seit 2006 der Entwicklungsabteilung von Neal's Yard Remedies an, in der therapeutische Produkte für Gesundheit und Wohlbefinden entstehen. Darüber hinaus hat sie einige der Kurse von Neal's Yard Remedies entwickelt und geleitet, die sich mit Aromatherapie, natürlichen Düften und selbst gemachter Kosmetik beschäftigen.

## Ätherische Öle für Körper und Seele

### Pflege- und Heilmittel selbst machen

ISBN 978-3-8310-3322-5  
256 Seiten, 195 x 233 mm  
Über 600 Farbfotografien  
€ 19,95 (D) / € 20,60 (A)

**DORLING KINDERSLEY VERLAG GMBH Presse- und Öffentlichkeitsarbeit**

Natalie Knauer • Arnulfstraße 124 • 80636 München

Telefon: ++49/89/ 44 23 26-241 • Fax: ++49/89/ 44 23 26-410 • E-Mail: [presse@dk-germany.de](mailto:presse@dk-germany.de)

**Im Falle einer Besprechung bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank im Voraus.**