

Informationen zu ätherischen Ölen und Verwendung bei/mit Kindern

Heidi Meyer vom Bundesinstitut für Risikobewertung in Berlin betont: "Die ätherischen Öle haben meistens einen schleimhautreizenden Effekt und dass führt dazu, dass es stark scharf ist und brennt und bei kleinen Kindern aufgrund der anatomischen engen Verhältnisse schnell zu einer Schwellung im Schleimhautbereich kommen kann."

Aus diesem Grund sollten Kleinkinder unter zwei Jahren nicht mit ätherischen Ölen eingerieben werden - vor allem im Gesicht. Kinderärzte warnen besonders vor Kampfer-, Eukalyptus-, Thymian- und Pfefferminzöl. Es sollten nur Erkältungsmittel verwendet werden, die ausdrücklich auch für Babys und Kleinkinder geeignet sind. Da die Wirkung ätherischer Öle bei Babys aber inzwischen umstritten ist, empfehlen Kinderärzte diese nicht mehr uneingeschränkt. Stattdessen raten sie zu Hausmitteln wie Luftbefeuchtung und viel Trinken.

Kinder über zwei Jahre dagegen vertragen ätherische Öle besser. Beachten Sie jedoch immer den Beipackzettel! Aroma-Öle mit den hochpotenten Essenzen Kampfer oder Thymian vertragen auch viele Erwachsene schlecht.

Quelle: <http://www.br-online.de>

Es gibt allerdings auch Öle, die allergieauslösend wirken oder zu Unverträglichkeiten führen können. Das trifft besonders zu für: Nelken-, Zimt-, Thymian-, Oregano- oder Bohnenkrautöl. Aber auch andere Öle wie Inula graveolens, Kamille-, Lorbeer-, Niaouli- oder Citrus- und Nadelöle.

Die Verträglichkeit lässt sich prüfen, indem ein Tropfen des Öls auf der sehr empfindlichen Innenfläche des Unterarms verrieben wird. Wenn sich keine allergische Reaktion zeigt, kann das Öl angewendet werden.

Kinder sollten nur mit großer Vorsicht ätherische Öle verabreicht bekommen. Kleine Kinder reagieren zum Beispiel auf Kampfer-, Eukalyptus-, Pfefferminz- und Teebaumöl besonders empfindlich. Wenige Tropfen, die aus einem Erkältungsbad oder einem Einreibemittel in Mund oder Nase geraten, können zu gereizten Schleimhäuten, Erbrechen oder sogar Bewegungsstörungen führen. Im schlimmsten Fall verschließt sich die Luftröhre durch einen krampfhaften Reflex, und es kann zum Atemstillstand kommen.

Ätherische Öle ersetzen im Krankheitsfall keine Medikamente, haben sich aber im Bereich der gesundheitlichen Selbsthilfe sehr bewährt. Im Wellnessbereich sind viele Öle zur Entspannung einsetzbar.

Quelle: <http://www.wellnessverband.de>

"Schon kleinste Mengen (zum Beispiel wenige Tropfen), die in Mund oder Nase geraten, können bei Säuglingen und Kleinkindern zu lebensbedrohlichen Verkrampfungen des Kehlkopfs und zu Atemstillstand führen", heißt es.

Quelle: <http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,601029,00.html>