

„Quacksalber-Projekt“ Teebaumöl – Eine Allroundmedizin?

Heilkräuter in Europa

In Europa beschäftigte man sich schon seit dem Mittelalter mit den Heilwirkungen verschiedener Kräuter und Gewächsen. Meist waren es ältere Frauen, die besonders viel Erfahrung in diesem Gebiet hatten. Ihre Heilpraktiken kamen den Leuten damals noch sehr unheimlich vor. Daher wurden diese Kräuterfrauen schnell als Hexen abgestempelt. Doch mit der Zeit als sich der Hexenwahn legte stieg auch das Interesse an Heilkräutern und in Klöstern beschäftigten sich Nonnen und Mönche mit der Gewinnung von Ätherischen Ölen. Aus dieser Zeit stammte auch der Satz „Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen“. *„Leider kannte man damals den Tausendsassa Teebaumöl noch nicht, sonst wäre man sicher schon früh zu der Erkenntnis gelangt, dass mit einem einzigen Kraut eine ganze Fülle von Wehwehchen kuriert werden können.“*⁽¹⁾

Die Geschichte des Teebaumöls

Der Teebaum (*griech. Melaleuca alternifolia*) wächst in Australien. Schon vor Jahrtausenden erkannten die Aborigines, die heilende Kraft des Teebaumöls. Sie zerdrückten die Blätter, oder legten sie auf heiße Steine um die freiwerdenden Öldämpfe zu inhalieren. Sogar Verbände aus einem Brei von zermalnten Zweigen und Blättern stellten sie her. Nach der Entdeckung Australiens 1770, brachte James Cook das Teebaumöl nach Europa. Der Name Teebaum könnte vermutlich daher stammen, dass Cooks Mannschaft Tee aus einer Unterart des Teebaumes nämlich *Melaleuca quinquenervia* gemacht hat.

Der Teebaum in freier Natur



Die Heimat des Teebaums

Die Vegetation Australiens und Tasmaniens besteht zu einem großen Teil aus **endemischen Arten**, (Damit ist gemeint, dass es in diesen Regionen besonders viele Arten von Lebewesen gibt, die ausschließlich dort vorkommen.) darunter auch der Teebaum, sowie der Eukalyptus welcher ebenfalls als sehr erfolgreiche Heilpflanze gilt.

Ursprünglich wuchs der Teebaum *Melaleuca alternifolia* nur an der Ostküste Australiens.



Das natürliche Vorkommen des Teebaumes

Über den Teebaum

Der Teebaum, aus dem das eigentliche Öl gewonnen wird heißt *Melaleuca alternifolia*. *Melaleuca* ist Griechisch und bedeutet: *melas* = schwarz und *leucos* = weiß. Dieser Name kommt daher, dass einige Unterarten einen Dunklen Stamm und helle Äste haben.

Insgesamt gibt es **215 verschiedene Arten** des Teebaumes. 210 davon sind endemisch in Australien. Sie alle gehören zu den **Myrtaceen** (Myrtengewächse), zu denen auch der Eukalyptus gehört. Der *Melaleuca alternifolia* wird 4 bis 7 Meter hoch und 2 bis 4 Meter breit.

Der Teebaum hat eine besondere Überlebensstrategie. Selbst wenn der Baum abgesägt wird oder ein Buschfeuer ihn zerstört, welche in Australien sehr oft vorkommen, lebt er weiter. Dies ermöglicht ihm sein mächtiges Wurzelwerk aus dem er immer neu wachsen kann. Diese Eigenschaft des Teebaumes ist auch sehr wichtig für den Anbau in Plantagen.

Ernte und Gewinnung des ätherischen Öls

Früher ernteten so genannte „Cutter“ mit Macheten die Äste der Teebäume direkt aus dem Busch. Diese Arbeit war sehr anstrengend. Und als die ersten Antibiotika und andere Medizin sich auf dem Markt breit machten, wurde das Teebaumöl verdrängt und geriet in Vergessenheit.

Erst in den Siebziger Jahren boomte das Teebaumöl wieder. In den Achtzigern wurden erstmals **Teebaum Plantagen** angelegt. Diese Monokulturen ermöglichten eine wesentlich billigere Herstellung von Teebaumöl.

Die Jahresproduktion vervielfachte sich. Heutzutage werden **ca. 4000 Hektar** bebaut und stetig erweitert. Insgesamt werden **pro Jahr 500-600 Tonnen** des kostbaren Öls gewonnen, was eigentlich sehr viel ist, verglichen damit, wie viel die Bäume an ätherischem Öl liefern.

Geerntet wird einmal pro Jahr. Die 1,5 bis 2 Meter großen Bäumchen werden Vollständig abgeschnitten. Durch schwankendes Klima (z.B. Dürreperioden oder Regenzeiten) muss manchmal bis zu 3 Monate früher oder später geerntet werden.

Eine heutige Teebaumplantage



Anders als die Aborigines **destillierten** die Europäer das kostbare Öl aus den Blättern heraus. Das ermöglichte natürlich eine viel effektivere Gewinnung. Dabei werden die Blätter mit Wasserdampf erhitzt, wodurch die Säckchen in denen das Öl enthalten ist platzen. Nun destilliert man Öl mit dem Wasser zusammen heraus. Da Öl leichter ist als Wasser und es folglich darauf schwimmt kann man beide Flüssigkeiten leicht voneinander trennen. Die Gewinnung ist dennoch sehr aufwendig, da man für 10 Liter Teebaumöl 1500 Bäume benötigt werden, was einer Anbaufläche von 500m² entspricht.

Achtung vor Billigprodukten

Ätherische Öle und besonders Teebaumöl sind aufgrund ihrer Herstellung nicht billig. Das hat zur Folge, dass manche Vertreiberfirmen „**Mogelpackungen**“ auf verkaufen. Sie enthalten nicht 100% Teebaumöl. Meist wird stattdessen ein oder mehrere andere Öle oder auch Wasser dazugemischt.

Solche Billigprodukte sollte man erkennen können, wenn man gutes Teebaumöl kaufen will.

Gutes Teebaumöl kommt aus Australien. Auf dem Etikett sollte vermerkt sein, dass der Inhalt zu 100% aus der Stammpflanze *Melaleuca alternifolia* besteht. Der, wenn auch seriös klingende, Begriff „naturrein“ sagt nichts. Es kann trotzdem ein Gemisch mit anderen naturreinen Ölen sein. Wer beim Kauf sicher gehen will sollte sich in der Apotheke erkundigen.

Das Teebaumöl

Die Farbe reinen Teebaumöls geht von klar bis leicht gelb. Es hat einen frischen würzigen mentholartigen Geruch (etwa wie Eukalyptus), der durch den Haupt- Wirkstoff von Teebaumöl **Terpinenen-4-ol** hervorgerufen wird.

Teebaumöl ist **stark lipophil**. Das heißt, dass es sich sehr leicht in Fett löst

Die besondere **Antibakterielle** und **fungizide** (pilzvernichtend) Wirkung, die durch seine **Penetrationsfähigkeit** ermöglicht wird, beruht auf dieser wichtigen Eigenschaft. Beispielsweise kann das Öl in Gewebe und Zellmembran eindringen und so den Stoffwechsel von Mikroorganismen beeinträchtigen.

Teebaumöl kann in seiner Zusammensetzung sehr verschieden sein. Unterschiede gibt es schon von Plantage zu Plantage. Klimatische Einflüsse spielen ein wichtiger Faktor, da die Ernte (siehe oben) variabel ist. Und auch die Destillationsdauer beeinflusst sie.

Reines Teebaumöl konserviert sich selbst und braucht daher keine weiteren Zusatzstoffe zur längeren Aufbewahrung. Theoretisch ist Teebaumöl empfindlich auf UV-Strahlen und Sauerstoff. Durch lichtgeschützte Aufbewahrung kann Teebaumöl bis zu 10 Jahre haltbar sein.

Nebenwirkungen von Teebaumöl

Teebaumöl hat von allen ätherischen Ölen die **geringste Nebenwirkungen**. Man kann es wegen seiner Milde sogar pur auf die Haut auftragen. Wie alle ätherischen Öle reizt auch Teebaumöl die Schleimhäute. Doch durch richtige Dosierung und Anwendungen kann man auch hier nicht viel falsch machen. Wer trotzdem auf Nummer sicher gehen will sollte einen Allergietest an einer kleinen Stelle am Körper machen. Also eine kleine Menge auftragen und einen Tag abwarten. Im Falle einer Allergischen Reaktion, meist eine Rötung sollte man die Verwendung von Teebaumöl unterlassen.

Praktische Anwendung von Teebaumöl

Teebaumöl feierte praktisch in der Siebziger Jahren sein Comeback als das Mittel für bzw. gegen Alles.

Besonders die Kosmetikindustrie entdeckte Teebaumöl und seine interessanten Eigenschaften.

Ideen für neue Produkte aus Teebaumöl schossen wie Pilze aus dem Boden.

Heute findet man eine Vielzahl solcher Produkte, die mehr oder weniger das leisten was sie versprechen, oder man sich darunter vorstellt.

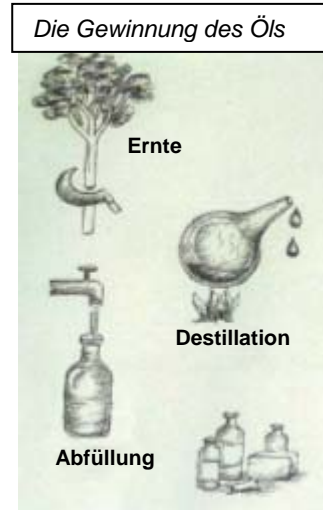
Beispiele:

- Teebaumöldrops oder Kaugummis für frischen Atem und Mundhygiene.
- Teebaumölseife für besondere Handpflege und Hygiene.
- Lippenpflegestift gegen Austrocknung der Lippen
- Gesichtswasser gegen Akne oder Hautunreinheiten.
- Zahncreme
- Shampoos und Duschgels
- Verschiedene Cremes (Gesichtscreme, Hautcreme, Bodylotions)
- Teebaumölbalsam zum einmassieren (geeignet zur direkten Behandlung bestimmter Verletzungen o.ä)

Wie man sieht, gibt es einige verschiedene spezielle Teebaumölprodukte. Die Anwendung von Teebaumöl wurde mit ihnen stark vereinfacht, sodass mehr Leute solche Produkte kaufen. Seite 3

Doch wer sich ein bisschen informiert kann Geld sparen, indem er sich auf die wesentlichen beschränkt.

Meiner Meinung nach sind diese das **Reine Teebaumöl** und das **Teebaumölbalsam** die beiden wichtigsten.



Anwendungsbeispiele von Reinem Teebaumöl und Teebaumölbalsam

Reines Teebaumöl lässt vielfältiger anwenden. Man kann es z.B. mit Gesichtscreme mischen oder mit Wasser verdünnen, und schon hat man eine Spülung, die man zur Gesichts- und Körperpflege, zur Mundhygiene, oder auch zur Haarpflege verwenden kann.

Mit Teebaumöl können sehr viele Krankheiten behandelt werden.

Z.B.: Akne, Asthma, Erkältung, Blasenentzündung, Fußpilz, Sonnenbrand, Hexenschuss, Krampfadern (Hämorrhoiden,...), Krätze, Masern und viele verschiedene Arten von Schmerzen.

Dennoch sollte man nicht nur auf Teebaumöl vertrauen, da es bei bestimmten Krankheiten heutzutage viel geeignetere Medizin gibt.

Behandlung von Akne mit Teebaumöl

Akne ist eine Entzündung der Talgdrüsen und kommt hauptsächlich bei Jugendlichen zwischen 15 und 25 Jahren vor. Es gibt viele Produkte zur Aknebehandlung, die zwar eine Antiseptische Wirkung haben, aber auch der Haut auf Dauer schaden können. Teebaumöl dagegen ist sanft zur Haut und kann durch seine Penetrationsfähigkeit (siehe oben) in die Haut eindringen und Pickelherde dort direkt auflösen. Es gibt verschiedene Behandlungsmethoden, die nach belieben eingesetzt werden können.

1. Waschung: Man gibt ein paar Tropfen Teebaumöl in warmes Wasser und wäscht sich damit das Gesicht.
2. Direkte Anwendung: Reines Teebaumöl wird direkt auf die die betroffenen Stellen aufgetragen. Dies sollte man ca.3 mal Täglich wiederholen.
3. Creme: Man gibt einige Tropfen zur normalen Gesichtscreme hinzu.

Linderung von Schmerzen mit Teebaumölbalsam

Besonders in der Pubertät leiden Jugendliche unter Wachstumsbedingten Muskelschmerzen.

Hier ist eine Behandlung mit Teebaumölbalsam besonders geeignet.

Man massiert die betroffene Stelle damit ein und der Schmerz verschwindet sofort fast gänzlich.

Teebaumöl entspannt und lockert die Muskeln auf sanfte Art. Außerdem wirkt der Geruch von Teebaumöl beruhigend.

Teebaumölbalsam kann man auch selbst herstellen. Es genügt hierzu ein Gemisch von zehn Teilen Teebaumöl mit hundert Teilen Vaseline.

Fazit

Durch die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten ist Teebaumöl sehr beliebt. Es ist zwar verhältnismäßig teuer, doch im Verbrauch sehr sparsam. Für eine Behandlungsanwendung reichen wenige Tropfen aus.

Wer auf Therapie mit Teebaumöl setzt, sollte „Mogelpackungen“, wie sie besonders in Großmärkten verkauft werden meiden. In der Apotheke oder Läden die sich auf Heilung mit Naturprodukten spezialisiert haben wird in der Regel gutes Öl angeboten. Teebaumöl ist in den meisten Fällen allergikerfreundlich und daher für fast jeden geeignet.

Quellenangaben

1. **Internetseite:** <http://www.hobbythek.de/archiv/276/>
2. **Internetseite:** <http://www.naturheilkundexikon.de/Teebaum.htm>
3. **Buch:** Natürlich Heilen und Pflegen mit Teebaumöl
Autorin: Heide Kluge
Verlag: Südwest Verlag GmbH & Co. KG
3 Auflage 1997
Seite 95f

Bildnachweis

1. **Internetseite:** <http://www.rimmek.de/jr/teatree/> und <http://www.rimmek.de/jr/teatree/plantat.jpg>

Zitat⁽¹⁾: <http://www.hobbythek.de/archiv/276/>