

# Inhalt – Aromatherapie – Der Duft der Heilpflanze

---

Das Aroma der Natur als Heilmittel .....	4
Das richtige Öl zur Aromatherapie.....	5
Ätherische Öle für die Aromatherapie.....	6
Ätherische Öle .....	8
Aromatherapie als entspannende Behandlung.....	10
Aromatherapie für Anfänger: 10 Tipps.....	11
Aromatherapie mehr als nur heiße Luft? .....	13
Anwendung eines Aromatherapie-Diffusors .....	14
Was sind die Vorzüge der Aromatherapie mit ätherischen Ölen? .....	15
Aromatherapie und Männer .....	16
Aromatherapie und Rückenschmerzen.....	18
Aromatherapie-Kerzen – Die hellere Seite der Kerze .....	19
Einkaufen für Ihre alternativen medizinischen Bedürfnisse .....	21
Aromatherapie-Massageöl – Verleihen Sie Ihrem Leben Leichtigkeit .....	22
Die Mischungen – Ein besonderes Geschenk aus dem Schoß der Natur .....	24
Beleben Sie Ihre Sinne .....	25
Der Duft für Ihre Haut .....	26
Ist Aromatherapie Mythos oder Realität?.....	27
Massageöle für die Aromatherapie .....	28
New Age-Marotte oder altes Heilmittel? .....	29
Sieben Dinge, die Sie über ätherische Öle wissen sollten.....	31
Vorsichtsmaßnahmen.....	32
Eigenschaften der Öle .....	32