



Helichrysum – Strohblume



Botanischer Name: Helichrysum italicum

Herkunftsland: Frankreich

Anwendung: innerlich, äußerlich, aromatisch

Helichrysum ist ein kleines mehrjähriges Kraut mit schmalen, silbernen Blättern, das eine Gruppe von goldgelben, kugelförmigen Blüten bildet. Der Name „Helichrysum“ stammt aus dem griechischen „helios“, das bedeutet Sonne und „chrysos“, was Gold bedeutet. Das bezieht sich auf die Farbe der Blüten, die strahlend gelb sind.

Helichrysum wurde in pflanzlichen Gesundheitspraktiken seit dem antiken Griechenland verwendet und das das reine ätherische Helichrysum-Öl ist hoch geschätzt auf Grund seiner vielen gesundheitlichen Vorteile. Das Helichrysum-Öl ist bekannt für seine regenerierende Wirkung auf die Haut. Auch als die ewige oder unsterbliche Blume bezeichnet (unsterblich = immortell), wird Helichrysum in Anti-Aging-Produkten für die Haut verwendet.

Die Helichrysum italicum Pflanze wird auch allgemein mit anderen Namen bezeichnet, wie z.B. Currypflanze, Immortelle oder italienische Strohblume.

Körper-Systeme: Herz-Kreislauf, Muskeln & Knochen, Immunsystem, Haut, Endokrines System

Seelische & Emotionale Wirkung

- Strohblumenöl stärkt die Nerven, wärmt die Seele und bringt den Sonnenschein des Mittelmeers. Das Öl hat eine starke Wirkung auf unsere Psyche. Es bringt uns auf den Boden der Tatsachen zurück, ohne jedoch zu sehr an ihn zu binden. So kann man es wunderbar verwenden, wenn man zu leichtsinnig durchs Leben wandert, damit man wieder etwas in die Realität zurückkommt, somit erdet die Strohblume solche Menschen, die den Boden unter den Füßen verloren haben und die zu sehr in ihren Gedanken leben.
- Ausgleichend
- Beruhigend
- Entspannend
- Nervöse Erschöpfung
- Schwächezustände
- Seelische Traumata



Anwendung & Rezepte Allgemein

- Ein weiterer gebräuchlicher Name für Helichrysum ist Strohblume
- Sie wird als "ewige" oder "unsterbliche Blume" bezeichnet.
- Es kann helfen, einen gesunden Stoffwechsel zu fördern indem man es innerlich zu sich nimmt.
- Es kann helfen, die Gesundheit des Verdauungs-, Immun-, Nerven- und Herz-Kreislauf-Systems zu unterstützen.
- Dieses ätherische Öl hilft, eine gesunde Lungen- und Atemfunktion zu unterstützen.
- Helichrysum hilft, das Zahnfleisch, die Zähne und den Mund sauber und gesund zu halten.
- Es kann das Nervensystem beruhigen und die Funktion des gesunden Nervensystems unterstützen.
- Es hilft, das Gefühl der mentalen Müdigkeit zu reduzieren.
- Helichrysum kann helfen, die Gesundheit der Leber zu unterstützen.
- Es kann helfen, eine gesunde Zellfunktion und die allgemeine Zellgesundheit aufrechtzuerhalten, ganz zu schweigen von der gesunden Immunfunktion und -antwort.
- Helichrysum besitzt eine innere Reinigungswirkung.
- Verwende Helichrysum in Verbindung mit einer Ganzkörpermassage, um Vitalität und Energie zu fördern.
- Massiere dieses ätherische Öl in die Schläfen und den Nacken für ein beruhigendes Gefühl.
- Haut
- Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse belegen, dass Helichrysum die Haut jung und gesund aussehen lässt.
- Helichrysum topisch auftragen, um das Auftreten von Unreinheiten zu reduzieren.
- Trage es auf das Gesicht auf, um das Auftreten von Falten zu reduzieren und einen strahlenden, jugendlichen Teint zu fördern.

Helichrysum mischt sich gut mit Bergamotte, Römischer Kamille, Muskatellersalbei, Gewürznelke, Zypresse, Geranie, Grapefruit, Lavendel, Zitrone, Limette, Melaleuca, Wildorange, Oregano, Rosmarin, Mandarine, Vetiver und Ylang Ylang ätherischen Ölen.