

## Angelikawurzelöl (Angelica archangelica)

Im Mittelalter fand man die Angelika in jedem Garten, da sie als Heilpflanze sehr bekannt und geschätzt war.

Laut einer Sage soll der Name der Angelika auf den Erzengel Gabriel zurück gehen, der, als in Europa im 14. und 15. Jahrhundert die Pest wütete, sehr vielen Menschen im Traum erschienen sein soll und der ihnen die Angelika zur Heilung empfohlen haben soll. Die Menschen setzten den Rat des Erzengels natürlich um, da sie damals noch sehr sehr gläubig waren, und tatsächlich schien das Angelika-Öl auch geholfen zu haben, wie man an einem Beispiel aus Mailand im Jahre 1510 sehen kann: Die Menschen griffen dort überwiegend auf Arzneien und Mittel aus Angelika zurück und sie scheinen damit sehr erfolgreich gewesen zu sein, wie der allseits bekannte Arzt Paracelsus überliefert hat. Angeblich soll die Angelika während der Pestepedemien im Mittelalter von den Menschen gekauft worden sein, damit sie sich nicht ansteckten. Zudem wurde Angelika verräuchert, um die Luft zu desinfizieren, also Krankheitserreger abzutöten.

In einigen Kulturen nennt man das Öl auch das "Heilige Geist Öl" oder "Öl der Engel".

Die Angelika ist eine sehr stark wachsende und überwuchernde Pflanze, die zu der Familie der Doldenblüter gehört. Die Angelika mag feuchte Standorte, wie zum Beispiel die Ufer von Flüssen, Bächen und Seen.

Zudem mag sie es gerne, wenn es schattig und kühl um sie herum ist.

Die Angelika wird bis zu 2 m hoch und hat auffallend große Blätter und besonders auffällige weiße bis grünliche Blütendolden, die sich zwischen Juli und August öffnen und durch ihre Größe auffallen. Man findet die Angelika in ganz Europa. Sie war sogar eines der wenigen Kräuter, das man im Mittelalter von uns in den Orient exportierte, normalerweise lief das ja überwiegend in die andere Richtung. Die Angelika entstammt jedoch eigentlich aus Ländern der kälteren Klimazonen, so zum Beispiel Russland, Litauen, Island oder auch Norwegen.

Das farblose Öl der Angelika gewinnt man durch eine Destillation mit Wasserdampf. Dabei verwendet man nur die Wurzeln der Angelika.

Das Öl duftet sehr aromatisch und würzig, es erinnert mich ein wenig an Moschus, und es hat etwas balsamisches an sich.

### Wirkung von Angelika-Öl

Das Angelika-Öl hilft uns, festen Boden unter den Füßen zu behalten bzw. wieder zu bekommen. Man bezeichnet es auch als erdend, d.h. es bringt uns wieder zurück in die Realität. Es schenkt uns Mut, wenn wir Angst haben und psychisch instabil sind oder auch wenn wir unter einer depressiven Stimmung leiden.

Das Öl der Angelika hat eine beruhigende und stabilisierende Wirkung auf uns, wenn der Stress uns übermannt und wir uns überfordert fühlen. Zudem soll es die Libido anregen.

Das ätherische Angelika-Öl reinigt den Körper, es löst den Schleim, es treibt den Schweiß, es fördert die Verdauung und hat eine leicht abführende Wirkung.

Angelika-Öl ist sehr magenfreundlich, es erhöht die körpereigene Abwehrkraft und tötet sowohl Pilze als auch Bakterien ab.

Das Angelikaöl ist bei uns bekannt für seine lindernde Wirkung bei Gelenkschmerzen, bei Verdauungsproblemen, bei Blähungen, bei Bronchitis, bei Muskelschmerzen, bei rheumatischer Arthritis, bei Magenschmerzen. Das Angelikaöl löst Krämpfe, es treibt den Schweiß, es ist schleimlösend, harntreibend und entschlackend.

Der Duft des Angelika-Öles erzeugt ein Gefühl der Behaglichkeit, er vertreibt negative Emotionen und Gefühle, besonders wenn diese von traumatischen Ereignissen herrühren. Angelikaöl wird eingesetzt, um das körperliche Bewusstsein mit dem spirituellen Bewusstsein zu verbinden.

Im alten China verwendete man, und man macht das auch heute noch, das Angelikaöl zur Förderung der Fruchtbarkeit, zudem als Mittel gegen Bronchitis und als kreislaufanregendes Mittel. Studien ergaben, dass dieses Öl positiv auf die Nebennieren einwirkt, es kräftigt das Verdauungssystem und den ganzen Organismus.

Dieses ätherische Öl wird außerdem in Lotionen, Parfüms und Seifen eingesetzt, jedoch eben auch in der Aromatherapie.

### Zusammenfassung

Angelikaöl hilft bei einem nervösen Magen und bei Verdauungsbeschwerden.

Emotional kann Angelikaöl erdend auf Menschen mit Angstproblemen wirken, das heißt, es kann ihnen einen gewissen Halt geben. Es hat eine beruhigende und ausgleichende Wirkung auf das Nervensystem und kann eine unterstützende Wirkung auf die Nebennieren haben.

Angelikaöl ist u.a. beruhigend, krampflösend, verdauungsfördernd, harntreibend, schleimlösend, schweißtreibend, reinigend, verdauungsfördernd, fiebersenkend, emmenagogue, stärkend und stimulierend.



### Anwendungsgebiete

Mögliche Anwendungsgebiete sind zum Beispiel Nervosität, Angst, Depression, depressive Stimmungen, Stress, Schwächezustände, Schnupfen, Grippe, Erkältungen, Magen-Darm-Störungen, durch Nervosität verursachte Blähungen und Gastritis, ein schwacher Magen.

## Steckbrief von Angelikawurzelöl

## Herstellung von Angelikawurzelöl

Herstellung durch eine Wasserdampf-Destillation. 250-330 kg ergeben 1 l Öl.

## Angelikawurzelöl Inaltsstoffe

U.a. Angelicin, Limonene, Pinen, Cymol, Linalool, Osthol, Pentansäure

## **Duftrichtung von Angelikawurzelöl**

Erdig  
Würzig  
Leicht pfeffrig

## Harmonie mit anderen Düften

Eukalyptus, Manuka, Minzöl, Muskatellersalbeiöl, Ysopöl, Zitronenöl, Bergamotte, Grapefruit, Lemongras, Limette, Muskatellersalbei, Meer- und Zirbelkiefer, Wacholderbeere, Teebaumöl unterstützt seine Wirkung zusätzlich

## Eigenschaften von Angelika-Öl

-  Abwehrsteigernd
  -  Antiseptisch
  -  Aufbauend
  -  Beruhigend
  -  Blähungswidrig
  -  Blutbildend
  -  Blutreinigend
  -  Durchblutungsfördernd
  -  Entzündungshemmend
  -  Harmonisierend
  -  Herzstärkend
  -  Krampflösend
  -  Lymphflußanregend
  -  Stabilisierend
  -  Stärkend
  -  Verdauungsanregend

## Element und Sternzeichen

Die Angelikawurzel wird dem Element Erde und dem Sternzeichen Steinbock zugeordnet.

Ihre Energie unterstützt die positiven Eigenschaften dieses Tierkreiszeichens: Erdverbundenheit, Zähigkeit und Durchhaltevermögen.

## Anwendungsarten von Angelikawurzelöl

- Für Bäder
  - Als Balsam
  - Für Cremes
  - Für Kompressen
  - Als Massageöl
  - Als Parfüm
  - In der Duftlampe
  - Zur Inhalation

## Wirkung von Angelikawurzelöl auf die Seele

Wirkt positiv auf ängstliche, zurückhaltende und mutlose Menschen.

Ist aufbauend, stabilisierend und beruhigend.

### Note

## Herznote

## Anwendungsgebiete von Angelikawurzelöl

## Äußere Anwendung von Angelikawurzelöl

- Angina
  - Angst
  - Arteriosklerose
  - Bei Hautentzündung als Komresse
  - Bei Rheuma als Einreibung
  - Blähungen
  - Durchblutungsstörungen
  - Dyspepsie
  - Einschlafstörungen

## Innere Anwendung von Angelikawurzelöl

- Antibakteriell
  - Antiseptisch
  - Auswurffördernd
  - Blutarmut
  - Blutarmut
  - Entblähend
  - Entkrampfend
  - Grippe
  - Immunsystemstärkend

- Erbrechen
  - Erschöpfung
  - Frühjahrsmüdigkeit
  - Gastritis
  - Grippaler Infekt
  - Grippe
  - Hautentzündungen
  - Herzmuskelschwäche
  - Infektionskrankheiten
  - körperlicher Schwächezustand
  - Kräftigung
  - Lähmungen
  - zur Stärkung nach Krankheit
  - Magendrücken
  - Magengeschwür
  - Grippe
  - Magenschwäche
  - Muskelkrämpfe
  - Mutlosigkeit
  - Nervenstärkend
  - nervöse Blähungen
  - nervöse Magenbeschwerden
  - nervöse Unruhe
  - Nervosität
  - Rekonvaleszenz
  - Herzschwäche
  - Übelkeit auf Reisen
  - Durchblutungsstörungen
  - Rheuma
  - Schlaflosigkeit
  - Schlafstörungen
  - Sinusitis
  - Stressbeschwerden
  - Übelkeit
  - Verdauungsbeschwerden
  - Verdauungsschwäche
  - verdorbener Magen
  - Verrenkungen
  - Verstauchungen
  - Völlegefühl

- Kräftigend
  - Nervosität
  - Psychische und körperliche Schwäche
  - Reiseübelkeit
  - Schleimlösend
  - Schnupfen
  - Verdauung

Dreimal täglich bis zu fünf Tropfen in einem Glas lauwarmen Wasser oder Kräutertee auflösen und trinken.

## Duftlampe

## Allgemeine Stärkung Infektionsabwehr

## Massageöl

In einem Massageöl bei Rheuma und bei Lähmungen.

**Bei Reiseübelkeit** einen Tropfen auf die Hand geben und einatmen.

## Duftlampe

Bei nervösen Verspannungen, Angstzuständen, Depression und Unentschlossenheit sowie während winterlicher Grippezeiten in Räumen, in denen viele Menschen zusammenkommen.

Zutaten:  
4 Tr. Angelikawurzel und 4 Tr. Bergamotte.

**Ein geeigneter Raumduft** ist Angelikaessenz auch für Menschen, die in einer seelischen Krise stecken und den Boden unter den Füßen verloren haben.

Zutaten:  
4 Tr. Angelikawurzel, 3 Tr. Douglasie.

## Riechöl

**Kinder**  
Wenn Sie sich körperlich oder seelisch schwach fühlen oder unter Reiseübelkeit leiden, geben Sie ein bis zwei Tropfen der unverdünnten Essenz entweder auf ein Taschentuch oder verreiben sie zwischen den Händen und inhalieren den Duft. Die stärkende Wirkung tritt sofort ein.

## Inhalation

Angelikaessenz ist ein altbewährtes Heilmittel bei Stirnhöhlenerkrankungen, Schnupfen und Katarrhen.

Zutaten:  
3 Tr. Angelikawurzel und 2 Tr. Cajeput auf eine Schüssel mit heißem Wasser geben.

## **Badezusatz**

Mischung für ein sehr heilsames Vollbad bei Erschöpfung und drohender Erkältungsgefahr.

Zutaten:  
4 Tr. Angelikawurzel, 3 Tr. Zitrone und 2 Tr. Ingwer auf 1/2 Becher Sahne oder Milch.

## Salbe und Massageöl

Zum Einreiben der Brust bei Erkältungen und zur Massage bei rheumatischen Beschwerden.  
Frisch 15-20 g. 100 g. 100 g. 100 g. 100 g.

Zutaten: 4-5 Tr. auf 20 ml Salbengrundlage oder 1 EL Jojobaöl.

## Vorsicht

## **Vorsicht bei Sonne**

Nach einer Einreibung oder Massage mit Angelikawurzelöl oder -salbe sollten Sie sich nicht der Sonne aussetzen, denn die Essenz erhöht die Lichtempfindlichkeit der Haut.

Nicht in der Schwangerschaft verwenden.

Die innerliche Nutzung von Engelwurzöl kann die Wirkung von gerinnungshemmenden Medikamenten beeinflussen.