

WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Ätherische Öle wirken.

*Aber vieles
stimmt so
nicht.*



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Ja, es gibt Wirkung.

Studien zeigen positive Effekte –
z. B. bei:



Stress & Angst



Schlafproblemen



Konzentration



Wohlbefinden

Die Wirkung entsteht oft über das limbische System – also über Emotion & Erinnerung.



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Warum so viele Tierstudien?

Sie sind oft der erste Schritt, um Wirkungen zu erforschen.

1/6

SWIPE FÜR KLARHEIT →



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

ABER: Tierstudien sind nicht gleich Menschen.

Was bei Tieren wirkt,
lässt sich nicht automatisch
auf uns übertragen.

2/6

SWIPE FÜR KLARHEIT →



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Warum es so wenige menschliche Studien gibt.

Forschung am Menschen ist komplex – und genau das ist der Grund.

3/6

SWIPE FÜR KLARHEIT →



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Was bedeutet das für dich?

Die Wirkung eines ätherischen Öls kann individuell sein – und nicht in jeder Studie sichtbar werden.

Vertrauen, Beobachtung und Erfahrung sind genauso wichtig wie Forschung. ♥

4/6

SWIPE FÜR KLARHEIT →



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Warum es so wenige Studien am Menschen gibt.



Studien am Menschen sind teuer.



Sie sind komplex in der Durchführung.



Jeder Mensch ist anders – Vergleiche sind schwer.

5/6

SWIPE FÜR KLARHEIT →



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Die Wahrheit liegt irgendwo dazwischen.



Nicht alles ist übertragbar.
Aber Tierstudien liefern wichtige
erste Erkenntnisse.



Mehr Forschung ist nötig.
Besonders am Menschen –
um echte Antworten zu finden.



Und bis dahin?
Informiert entscheiden,
achtsam beobachten, seinem
Körper vertrauen. ❤️

6/6

**SPEICHER DIR DAS AB
FÜR MEHR KLARHEIT** ❤️



WISSENSCHAFT VERSTEHEN

Wissen ist
das eine.
Verstehen
verändert alles.

Wie aus Forschung echte
Anwendung wird – und was das
für dich und deine Gesundheit
bedeutet.



Am Beispiel: Lavendelöl

Was die Forschung zeigt –
und warum es **trotzdem**
nicht immer einfach ist.



VIELVERSPRECHEND

Studien zeigen positive Effekte,
z. B. bei Angst, Schlaf oder Stress.



ABER NICHT EINFACH

Ergebnisse sind nicht immer gleich,
übertragbar oder eindeutig.



INDIVIDUELL & KOMPLEX

Jeder Mensch, jede Situation und
jede Anwendung ist einzigartig.



MEHR ALS NUR EIN ÖL

Dosierung, Qualität, Anwendung
und Kontext machen den Unterschied.



Die Herausforderungen bei ätherischen Ölen

Warum Forschung **komplex** ist –
und Ergebnisse oft **nicht eindeutig**.



VIELSEITIGE INHALTSSTOFFE

Ätherische Öle bestehen aus vielen Verbindungen, die **zusammen** wirken – nicht einzeln.



SCHWANKENDE ZUSAMMENSETZUNG

Herkunft, Erntezeit, Boden, Klima und Herstellung **beeinflussen** die Qualität und Zusammensetzung.



INDIVIDUELLE REAKTIONEN

Jeder Mensch reagiert **anders** – genetisch, körperlich und emotional.



STUDIEN HABEN GRENZEN

Oft kleine Teilnehmerzahlen, unterschiedliche Methoden und **schwer vergleichbare** Ergebnisse.



Deshalb braucht es mehr als Studien:
Erfahrung, Kontext und Verständnis.



Immer mit Blick auf den Menschen.

Ich hinterfrage, stelle Zusammenhänge her
und bringe Wissen in die Praxis –
für deine **Aromaberaterausbildung**.



MENSCH IM MITTELPUNKT

Jeder Mensch ist einzigartig – mit eigener
Geschichte, Lebenssituation und
Bedürfnissen.



ZUSAMMENHÄNGE VERSTEHEN

Ich verbinde Wissen aus verschiedenen
Bereichen und mache es verständlich
und anwendbar.



PRAXISNAH & PERSÖNLICH

Wissen, das berührt, stärkt und dich
sicher in deiner Arbeit mit ätherischen
Ölen macht.



Wissen ist das eine. Anwendung macht den Unterschied.



STUDIEN ZEIGEN MÖGLICHKEITEN.

Aber sie ersetzen nicht
den Menschen.



ÄTHERISCHE ÖLE WIRKEN
im richtigen Kontext –
für den richtigen Menschen.



Genau das lernst du in meiner
Aromaberaterausbildung.



MIT VERSTÄNDNIS.

Du verstehst, was
wirklich dahintersteckt.



MIT GEFÜHL.

Du spürst, was zu dir
und anderen passt.



MIT SYSTEM.

Du wendest sicher und
gezielt an.

