

# Teebaumöl

Die kleinste Apotheke Welt

Teebaumöl hat eine 5-fache desinfizierende Wirkung, als handelsübliche Desinfektionsmittel.

Teebaumöl wirkt entzündungshemmend, immunstärkend, fiebersenkend, insektenabweisend, schleimlösend, gewebestrainierend, hautschützend, schmerzstillend, hautregenerierend, antirheumatisch, schweisstreibend, durchblutungsfördernd, nervenstärkend, hormonell ausgleichend, und hilft bei Bronchitis, Akne, Grippale Infekte, Durchfall, rheumatische Beschwerden, Tuberkulose, Atemwegserkrankungen, Krampfadern, Venenentzündungen, Herpes, Muskelschmerzen, Verspannungen, Neuralgien und fettige Haut.

## Anwendungsbeispiele

### Abzesse

Mehrmals täglich reines Teebaumöl auftragen.

### Akne

Gesicht mit warmen Wasser reinigen. Reines Teebaumöl mit einem Wattetupfer direkt auf die befallenen Partien auftragen.

### Antiseptische

Zwei bis drei Tropfen Teebaumöl in warmen Wasser auflösen; dreimal täglich Mundspülung spülen; wirkt schmerzhemmend, antibakteriell und vertreibt Mundgeruch.

Aromatherapie 4-5 Tropfen Teebaumöl in eine Wasserschale geben und in einer Duftlampe verdunsten lassen.

### Arthritis

10% Mischung aus Teebaumöl und Schwarzkümmelöl anwärmen und vorsichtig auf die betroffene Stelle auftragen, wirkt schmerzstillend.

### Beine und Füsse

Am Abend dem Fussbad 6 Tropfen Teebaumöl beimischen; entspannt überanstrengte Beine und Füsse.

### Blasen

Blasen an Händen und Füssen behandeln Sie mit einem Teilkörperbad. 6 Tropfen Tee-

baumöl dem Hand- oder Fussbad beimischen; 20 Minuten einwirken lassen.

### Blasenkatarrh

15 minütiges Sitzbad in einer Schüssel mit warmen Wasser und 10 - 15 Tropfen Teebaumöl beimischen.

### Bronchialkatarrh

Täglich Brust und Rücken mit einigen Tropfen Teebaumöl einreiben; 6 Tropfen Teebaumöl in sehr heisses Wasser geben und inhalieren.

### Dermatitis

Betroffene Stellen mit reinem Teebaumöl einreiben; stillt den Juckreiz, wirkt antibakteriell und beschleunigt die Heilung.

### Eiter

Wird durch einige Tropfen unverdünntes Teebaumöl schnell und antiseptisch beseitigt.

### Ekzeme

Eine 10% Mischung aus Teebaumöl und Schwarzkümmelöl auf die betroffene Stelle reiben; oder einige Tropfen Teebaumöl ins Wasser geben und waschen. Bei starkem Ekzem unverdünnt

auftragen.

### Emphysem

Sechs Tropfen Teebaumöl in heisses Wasser geben und durch die Nase inhalieren.

### Erkältung

Inhalieren wie vorher beschrieben; Schläfen und Oberlippe mit Teebaumöl betupfen; Aromatherapie; Brust und Rücken mit reinem Teebaumöl einreiben.

### Flöhe

Regelmässig ins Tiershampoo 4 Tropfen Teebaumöl beimischen; oder Fell mit Wasser besprühen, in das einige Tropfen Teebaumöl gemischt wird; vorbeugend auch gegen Zecken, Flöhe und schlechtem Geruch.

### Fieber

Das Krankenzimmer mit einer Aromalampe desinfizieren. Bei nicht zu hohem Fieber ein Vollbad nehmen, dem Sie 10 - 15 Tropfen Teebaumöl beigemischt haben. 20 Minuten geniessen und anschliessend sofort zum Schwitzen ins Bett.

### Frostbeulen

Baden Sie die Füsse mehrmals

in einem warmen Fussbad mit Teebaumöl und setzten Sie das Öl auch direkt auf den Beulen ein.

### Furunkel

Reines, unverdünntes Teebaumöl mehrmals täglich mit einem Wattestäbchen auftragen.

### Fussschweiss

Ein allabendliches Fussbad mit 6 Tropfen Teebaumöl heilt die Schweissfüsse auf Dauer.

### Genitalbereich

Hier wirken regelmässige 15-minütige Sitzbäder wahre Wunder. 6 - 10 Tropfen Teebaumöl einer Schüssel mit warmen Wasser beimischen.

### Gerstenkorn

Ein Gesichtsdampfbad kann helfen. Vorsicht: Augenkontakt vermeiden. 6 Tropfen reines Teebaumöl in sehr heisses Wasser geben und inhalieren.

### Gürtelrose

Teebaumöl pur auftragen; eine 10% Mischung aus Teebaumöl und Schwarzkümmelöl anwärmen und vorsichtig auf die betroffene Stelle reiben.

### Haarpflege

30 - 60 Tropfen reines Teebaumöl in 100 ml Haarshampoo geben.

### Halsschmerzen

6 bis 10 Tropfen Teebaumöl in ein Glas warmes Wasser geben und dreimal täglich kräftig gurgeln.

### Hämatom

Zweimal täglich die betroffene Stelle mit unverdünntem Teebaumöl einreiben.

### Hämorrhoiden

Eine Mischung aus Teebaumöl und Schwarzkümmelöl herstellen und damit die betroffenen Stellen einreiben.

### Haushaltreinigung

30 bis 40 Tropfen Teebaumöl ins Wischwasser mit dem man Böden, Bad und WC reinigt; desinfizierend; Ersatz für scharfe Chemikalien.

### Hautausschlag

Reines, unverdünntes Teebaumöl mit einem Wattetupfer auftragen.

### Hautentzündungen

Eine zehnprozentige Mischung

aus Teebaumöl (oder pur) und Schwarzkümmelöl anwärmen und vorsichtig mit einem Wattetupfer auf die betroffene Stelle auftragen.

### Hautflechte

Reines, unverdünntes Teebaumöl mit einem Wattetupfer auftragen.

### Herpes

Dreimal täglich unverdünntes Teebaumöl auftragen.

**Hornhaut** Hornhautstellen in warmem Wasserbad, welchem Sie einige Tropfen Teebaumöl beimischen, einweichen, anschliessend reines, unverdünntes Teebaumöl mit einem Wattetupfer auftragen.

### Huffäule

Mit Teebaumöl pur behandeln.

### Hufverletzung bei Pferden

Teebaumöl pur auftragen; eine fünfprozentige Lösung aus Teebaum- und Schwarzkümmelöl anrühren und das Huf damit einpinseln; einen feuchten Umschlag anlegen.

### Hühneraugen

Teebaumöl pur auftragen. Fussbäder helfen unterstützend. Mehrwöchige Behandlung!

### Husten

Hals-, Brust- und Rückenbereich mit reinem Teebaumöl einreiben und inhalieren.

**Insekten** Abwehrmittel Aromalampe oder Duftstein aufstellen.

### Insektenstiche

(Juckreiz, Geschwulst) reines, unverdünntes Teebaumöl mit einem Wattetupfer auftragen.

### Ischias

Betroffene Stelle mit unverdünntem Teebaumöl einreiben.

### Juckreiz

Reines, unverdünntes Teebaumöl mit einem Wattetupfer auftragen.

### Körperlotion

mit zehnprozentigem Teebaumölanteil herstellen und die Haut damit eincremen.

### Karbunkel

Reines unverdünntes Teebaumöl mit einem Wattetupfer auftragen.

### **Kehlkopf- und Stimmband Entzündungen**

6 bis 10 Tropfen Teebaumöl in ein kleines Glas mit warmen Wasser geben und dreimal täglich kräftig gurgeln.

### **Konzentrationschwäche**

Vitalisierend wirkt Teebaumöl in der Aromalampe.

### **Kopfläuse**

Reines Teebaumöl auf die Kopfhaut auftragen und 10 bis 15 Minuten einwirken lassen.

### **Kopfhautjucken**

Mischen Sie 100 ml 50%tiger Alkohol mit 5 ml (= 100 Tropfen) Teebaumöl und reiben dieses Gemisch zweimal täglich in die Kopfhaut ein. Hilft auch gegen Schuppen.

### **Krampfadern - und Geschwüre**

Reines Teebaumöl direkt einreiben; 10% Mischung aus Teebaumöl mit Schwarzkümmelöl geschwüre herstellen und in der Nacht auftragen; Vollbad mit 20 Tropfen Teebaumöl nehmen.

### **Lippen**

Lippenstift mit Teebaumöl ver-

mischen und auftragen.

### **Lunge**

Bei Lugenentzündungen kein Vollbad nehmen, sondern nur Waschungen mit Teebaumöl vornehmen (Kreislaufbelastung). Reiben Sie die Brust und den Rücken mit Teebaumöl ein. Ein paar Tropfen Teebaumöl aufs Kissen erleichtern die Atmung über Nacht. Aromalampe hilft ebenfalls.

### **Massage**

Massageöl herstellen; 5 ml Teebaumöl mit 100 ml Schwarzkümmelöl mischen und kräftig einmassieren.

### **Milchschorf**

5 bis 7 Tropfen Teebaumöl mit einem Esslöffel Schwarzkümmelöl anwärmen, vorsichtig auf die betroffene Stelle reiben und den Schorf anschliessend mit einem weichen Tuch entfernen. Vorsicht mit den Augen.

### **Mundgeschwüre**

Reines Teebaumöl unverdünnt auf die einzelnen Stellen tupfen; 6 Tropfen in ein Glas warmes Wasser geben und mehrmals täglich gurgeln.

### **Mundspülung**

12 Tropfen Teebaumöl in ein Glas warmes Wasser geben und mehrmals täglich gurgeln.

### **Mundgeruch**

Vier Tropfen reines Teebaumöl direkt auf die Zahnbürste geben und die Zähne damit putzen oder 10 Tropfen Teebaumöl in ein Glas warmes Wasser geben und den Mund gründlich spülen.

### **Muskelschmerzen**

Teebaumöl pur einreiben; eine 10% Mischung aus Teebaumöl und Schwarzkümmelöl anwärmen und sanft auf die betroffene Stelle reiben.

### **Nagelbad**

10 bis 15 Tropfen reines Teebaumöl in eine Seifenlösung geben und baden.

### **Nagelpflege**

Alter Nagellack entfernen. Hände und Nägel gründlich reinigen. Massageöl auf den Nägeln und ins Nagelbett einreiben. 10 Minuten und mehr ziehen lassen; überschüssiges Öl mit einem Kosmetiktuch entfernen; die Nägel bekommen

Glanz und Festigkeit.

### **Nagelentzündungen- und Geschwüre**

Reines, unverdünntes Teebaumöl mit einem Wattetupfer grosszügig unter und um den Nagel auftragen. Über Nacht einwirken lassen.

### **Nebenhöhlenentzündung**

10 Tropfen reines Teebaumöl in heisses Wasser geben oder Inhalationsgerät geben und durch die Nase inhalieren; Teebaumöl pur an die Schläfen, der Nase und den Wangen einreiben.

### **Nesselfieber**

Teebaumöl pur oder als Massageöl an den Stellen aufgetragen, die sich durch unangenehmes Jucken bemerkbar machen.

### **Ohrenentzündung**

Erwärmen Sie im Wasser (nicht kochen) einen Esslöffel Avocado-, oder Schwarzkümmelöl und vermischen ihn mit 5 Tropfen Teebaumöl. Mit einer Pipette geben Sie ein paar Tropfen der Flüssigkeit ins Ohr und verschlissen das Hörorgan mit einem Wattebausch. Über Nacht einwirken lassen.

### **Offene Beine**

Teebaumöl auftragen, Tuch mit kaltem Wasser auswinden, auflegen, 1 Stunde einwirken lassen.

### **Parasitenbefall**

Reines, unverdünntes Teebaumöl auf die betroffenen Stellen auftragen.

### **Paradentose**

Reines, unverdünntes Teebaumöl auf die Zahnbürste geben und die Zähne reinigen.

### **Prellungen/Quetschungen**

Teebaumöl pur auf geprellte Stellen auftragen.

### **Psoriasis (Schuppenflechte)**

Eine zehnpromtente Mischung (oder evt. pur) Teebaumöl und Schwarzkümmelöl mit einem Wattetupfer auf die betroffene Stelle reiben.

### **Quetschungen**

Teebaumöl pur auf geprellte Stellen auftragen.

### **Rasurbrand**

3 Tropfen Teebaumöl mit dem Aftershave auftragen.

### **Rheuma**

Teebaumöl pur auftragen oder eine 10% Mischung mit Schwarzkümmelöl anwärmen und sanft auf die betroffene Stelle reiben.

### **Sarboid bei Pferden**

Zwei- bis dreimal täglich Geschwulst mit reinem Teebaumöl einreiben. Satteldruckstellen regelmässig den Pferden reines Teebaumöl einreiben.

### **Scheide**

Teebaumöl in Milch auflösen und ins warme Wasser geben; auf einen Tampon geben; hilft auch bei Scheidenpilzen.

### **Schnitt-/Schürfwunden**

Teebaumöl pur direkt auf die Wunden auftragen.

### **Schnupfen**

5 Tropfen Teebaumöl in heisses Wasser geben und durch die Nase inhalieren; ein wenig Teebaumöl unter die Nase reiben; Teebaumöl in Ihrer Aromalampe über Nacht eingeatmet, hilft Ihrem Immunsystem, die Erkältung ganz schnell niederzuschlagen.

### **Schuppen**

5 Tropfen reines Teebaumöl zur üblichen Menge Shampoo geben und einmassieren.

### **Sonnenbrand**

3ml Teebaumöl in 100ml Sonnenschutz-Lotion geben. Teebaumöl kann auch pur aufgetragen werden.

### **Stress**

Nehmen Sie zuerst ein warmes Bad dem Sie 10 Tropfen Teebaumöl beimischen. Nachher aufs Sofa und via Aromalampe das Teebaumöl auf sich wirken lassen, dies bei leiser Musik. Kein Fernseher!

### **Verbrennungen**

Teebaumöl direkt auf die Brandwunde. Bei schweren Verbrennungen sofort zum Arzt!

### **Warzen**

Mehrmals täglich reines Teebaumöl auftragen.

### **Windelausschlag**

Generell ist Teebaumöl in der Säuglingspflege nur verdünnt einzusetzen, 1 Tropfen Teebaumöl auf einen Teelöffel Schwarzkümmel-, oder Jojobaöl

(oder Babypflegecreme) geben und einreiben.

### **Windleinigung**

In der Waschmaschine zum Waschmittel einen Esslöffel Teebaumöl geben; desinfiziert.

### **Wunden**

Reines unverdünntes Teebaumöl mit Wattetupfer auftragen.

### **Zahnfleischentzündung**

Reines Teebaumöl mit gereinigtem Finger auf das infizierte Zahnfleisch auftragen.

### **Zahnschmerzen**

Reines Teebaumöl auftragen.

### **Zecken**

Reines Teebaumöl mit einem Wattetupfer auf den Parasiten auftragen, diesen entfernen und anschliessend die Wunde nochmals mit Teebaumöl betupfen.

*Bernhard Dura  
Juliwerweg 5  
7000 Chur 081 284 16 60  
[www.fitundheil.ch](http://www.fitundheil.ch)  
[info@fitundheil.ch](mailto:info@fitundheil.ch)*