

Ätherische Öle

aus dem Bernbiet – lokal und einzigartig



Warum auch in die Ferne schweifen ...

Wer im Sommer zwischen Langenthal und Solothurn wandern geht, findet wunderbar duftende und von Insekten wimmelnde Felder von Lavendel, Zitronenmelisse, Rosenmelisse, Pfefferminze und Muskatellersalbei rund um Wangen an der Aare, Bettenhausen, Wiedlisbach und hoch oben in Rumisberg. Die Gegend wird daher auch liebevoll und mit einem Augenzwinkern als «Provence der Schweiz» bezeichnet. Wie kam es dazu?

Hinter diesem Projekt stehen neun umtriebige Bauern, die zusammen mit einer Biologin im Jahr 2005 die Genossenschaft «suissessences» gegründet haben mit dem Ziel, aus Pflanzen natürliche «Schweizer Düfte» herzustellen, diese in Produkte zu verarbeiten und so zu verbreiten. So begannen sie, Duftpflanzen anzubauen und zu destillieren. Nadelbäume aus dem umliegenden Wald liefern weitere Rohstoffe. Die in der eigenen Wasserdampfdestillationsanlage hergestellten ätherischen Öle bilden die Duftstoffe der Pflegeprodukte und Raumdüfte von **suissessences**®.

Die Produkte der Genossenschaft **suissessences**® sind mittlerweile weitherum bekannt und beliebt und werden nun schon seit einigen Jahren von PHYTOMED AG hergestellt und vertrieben.

Die geballte Kraft aus Schweizer Natur

Die Gewinnung ätherischer Öle erfordert enorme Pflanzmengen. Pro m² Anbaufläche können beispielsweise gerade mal ca. 0.2 ml (Zitronenmelisse) bis 5 ml (Lavendel) Öl gewonnen werden. Für die Herstellung von 1 kg ätherischem Öl muss eine 1'000 lt fassende Destille ein bis dreimal voll gefüllt werden mit insgesamt ca. 200-800 kg Frischpflanzen; dies erfordert eine Anbaufläche von rund 150-300 m². Im Extremfall Zitronenmelisse sind es sogar mehr als 10'000 kg Frischpflanze und gut 5'000 m² Anbaufläche pro kg Öl.

In den ersten Jahren reichte der Ertrag der kostbaren Essenzen nur knapp für die Herstellung der eigenen Produkte. Mittlerweile wurden die kontrolliert biologisch bewirtschafteten Anbauflächen ausgeweitet und nun können die wertvollen, reinen ätherischen Öle auch einzeln angeboten werden.

Lavendelöl



Lavendel ist der Duft der Provence. Was dort in riesigen Monokulturen grossflächig angebaut, destilliert und als «Lavendelöl» verkauft wird, ist allerdings nicht der echte Lavendel (*Lavandula angustifolia*), sondern Lavandin, eine Kreuzung zwischen dem echten Lavendel und dem bezüglich Ölausbeute viel ausgiebigeren Speiklavendel. Der echte Lavendel wächst in höheren Lagen (1'000 m) wild und wird nur noch in kleineren Kulturen angebaut. Das echte Lavendelöl ist teurer, duftet aber feiner als jenes des Lavandin und ist milder in seiner Wirkung.

Seit 2007 bauen die Bauern von **suissessences**® den echten Lavendel auch im Oberaargau an und gewinnen daraus das erste Schweizer Lavendelöl. Für die Gewinnung von 1 kg Öl müssen etwa 200-400 kg frische Lavendelblütenrispen geerntet und destilliert werden.

Lavendelöl riecht wunderbar frisch und klar, aromatisch-blumig bis süsslich-balsamisch. Der Duft wirkt aufgrund seiner komplexen Zusammensetzung sowohl entspannend und beruhigend bei Stress, als auch erfrischend und anregend bei Müdigkeit und Abgeschlagenheit. Dank seinem vielschichtigen Wirkspektrum gehört Lavendelöl zu den wichtigsten Ölen der Aromatherapie.

Lavendelöl ist in folgenden Produkten von **suissessences**® enthalten: Fusscreme Lavendel, Duschgel Lavendel, Körperöl blumig, Raumspray Lavendel; in geringeren Mengen auch in Duschgel Douglasie, Körperöl herb, Raumspray Wiese

Pfefferminzöl



Die Pfefferminze (*Mentha x piperita*) ist eine Kreuzung zwischen der einheimischen, wilden Wasserminze (*Mentha aquatica*) und der Krauseminze (*Mentha viridis*, *M. spicata*). Als steriler Hybrid kann sie sich nur über Ausläufer weiterverbreiten. Sie wurde vor ca. 300 Jahren in England gezüchtet und wird heute weltweit angebaut. Neben der Krauseminze («Spearmint») liefert die Pfefferminze («Peppermint») den wichtigsten Geschmacksstoff für Kaugummis und Zahnpasten. Der Duft ist unverkennbar frisch, kühl und minzig. Die verdauungsfördernde Wirkung der Pfefferminze ist seit jeher bekannt. Der Duft wirkt zudem konzentrationsfördernd und erfrischend. Auf der Haut wirkt das Öl kühlend. Aus 400-800 kg frischem Pfefferminzkraut kann etwa 1 kg Öl gewonnen werden.

Pfefferminzöl ist in folgenden Produkten von **suissessences**® enthalten: Fusscreme Lavendel, Raumspray Pfefferminze; in kleineren Mengen auch im Duschgel Lavendel

Rosenmelissenöl



Die Rosenmelisse (*Monarda fistulosa*), auch wilde Monarde oder Indianernessel genannt, ist eigentlich keine Melisse, sondern eine Monarde und gehört damit zur selben Gattung wie die Goldmelisse (*Monarda didyma*). Sie stammt ursprünglich aus Nordamerika, wo sie von den Indianern als Heilmittel gegen Erkältungen verwendet wurde. Heute wird sie in Amerika oft als erfrischender Tee getrunken. Die von **suissessences**® angebaute Rosenmelisse ist eine spezielle, seltene Zuchtform der Indianermelisse, deren Blätter und Blüten nach Damaszenerrosen duften und deren Ölgehalt relativ hoch ist (1 kg Öl pro 300-500 kg Frischpflanzen).

Die Analyse der Inhaltsstoffe des ätherischen Öls zeigt eine gewisse Ähnlichkeit mit dem Rosenöl, der Duft ist aber etwas leichter und weniger intensiv. Die Rosenmelisse hat die sonst eher herb-frische Duftpalette von **suissessences**® massgebend erweitert und zaubert zartblumige Nuancen in die Mischungen.

Rosenmelissenöl ist in folgenden Produkten von **suissessences**® enthalten: Pflege lotion Rosenmelisse, Raumspray Rosenmelisse; in geringeren Mengen auch in Duschgel Douglasie, Körperöl blumig, Körperöl herb, Raumspray Wiese

Zitronenmelissenöl



Die Melisse oder Zitronenmelisse ist eine 30-70 cm hohe Staude mit gezahnten Blättern und weiss-gelblichen Blüten. Die Melisse wurde seit jeher als Heilpflanze verwendet. Sie war der wichtigste Bestandteil von Karmelitergeist, welcher von Mönchen des Karmeliterordens bereits im 17. Jahrhundert erstmals hergestellt wurde und als Allheilmittel galt.

Die Melisse ist beruhigend und hilft bei Nervosität, Schlafstörungen, Hyperaktivität und Angstzuständen. Das zitronenartig-krautig duftende ätherische Öl wirkt entzündungshemmend und lindernd bei nervösem Hautjucken. Dank seiner antiviralen Wirkung wird es auch zur Bekämpfung von Fieberbläschen eingesetzt.

Melissenöl gehört, neben dem Rosenöl, zu den wertvollsten Essenzen überhaupt. Für die Gewinnung von 1kg Öl braucht **suissessences**® 10-16 Tonnen frisches Pflanzenmaterial! Sein Wert liegt bei rund CHF 10'000.-/kg. Reines Melissenöl ist eine Rarität. Es erstaunt daher nicht, dass heutzutage kaum mehr Produkte mit reinem Melissenöl hergestellt werden.

Melissenöl ist in folgenden Produkten von **suissessences**® enthalten: Handcreme Melisse, Raumspray Zitronenmelisse, Duschgel Douglasie, Körperöl sinnlich, Körperöl herb

Muskatellersalbeiöl

Der Muskatellersalbei ist eine ca. 1 m hohe Staude mit grossen, rauen, grau-grünen Blättern, die auf der Erde eine Rosette bilden; der Stängel ist kräftig mit zartrosa bis violett-blauen Blüten. Für die Gewinnung von 1 kg Muskatellersalbeiöl braucht es 600-1'200 kg frisches Kraut. Der Anbau ist aufwändig, da die Pflanze zweijährig ist, im ersten Jahr aber nur Rosetten bildet und erst im zweiten Jahr geerntet werden kann. Muskatellersalbei ist zwar botanisch mit dem gewöhnlichen (Garten-) Salbei verwandt, die entsprechenden ätherischen Öle sind aber betreffend Duft und Wirkung sehr verschieden.

Muskatellersalbeiöl wird dank seiner krampflösenden und hormonregulierenden Wirkung aromatherapeutisch bei verspannungsbedingten Kopfschmerzen, Muskelverspannungen, aber auch bei Menstruationskrämpfen und hormonell bedingten Beschwerden verwendet. Der Duft soll sogar eine leicht aphrodisierende Wirkung haben. Das würzig-warm, leicht harzig duftende Öl verleiht vielen Herren-Parfums ihre sinnliche, leicht animalische Note.

Muskatellersalbeiöl ist in kleineren Mengen in folgenden Produkten von **suissessences**® enthalten: Körperlotion Rosenmelisse, Duschgel Douglasie, Körperöl sinnlich, Körperöl herb, Raumspray Wiese



Zitronenthymianöl



Als Gewürz ist der Zitronenthymian (*Thymus x citriodorus*) kreativen Köchinnen und Köchen bestimmt längst ein Begriff. Gegenüber dem 'normalen' Thymian (*Thymus vulgaris*) ist er deutlich milder im Geschmack. Mit seinem zitronenartig-würzigen, leicht blumigem Duft verleiht er vielen Gerichten eine aromatische, spritzig-frische Note.

Das ätherische Öl hingegen ist noch wenig bekannt und eine echte Rarität. **suissessences**® destilliert den Zitronenthymian erstmals 2021. Die immergrüne Pflanze wird nur 10 bis 30 cm hoch und ist winterhart. Betreffend Öl-Ausbeute gibt es noch wenig Erfahrungswerte und auch über die Wirkung ist kaum etwas beschrieben. Aufgrund der chemischen Zusammensetzung des Öls (Geraniol, Citral und Carvacol als Hauptkomponenten) darf aber erwartet werden, dass es deutlich milder ist wie das 'normale' Thymianöl und vermutlich eine gute antivirale Wirkung aufweist. Der Duft hat eine mental belebende und erfrischende Wirkung und hilft bei geistiger Müdigkeit und Erschöpfung.

Rotfichtenöl



Mit einem Anteil von rund 60 Prozent am Baumbestand ist die schnell wachsende Rotfichte (*Picea abies*), auch Fichte oder Rottanne genannt, heute der wichtigste Baum in der Forstwirtschaft. Das Rotfichtenöl von **suissessences**[®] wird aus den Ästen gewonnen, welche bei der Pflege der umliegenden Waldbestände anfallen. Für 1 kg ätherisches Öl braucht es etwa 400-800 kg Nadeln und Zweige, welche vor der Destillation zerkleinert werden müssen. Rotfichtenöl riecht waldig, herb, balsamisch-holzig. Der Duft ist anregend, klärend und stärkend. Er hilft bei Schwächezuständen, geistiger Erschöpfung und Konzentrationschwäche oder zum Wachwerden am Morgen. Dank seiner antiseptischen Wirkung eignet sich Fichtennadelöl gut zur Raumreinigung oder zur Inhalation bei Erkältungskrankheiten. Äusserlich angewendet wirkt es durchblutungsfördernd, schmerzlindernd und hilft bei ungenügender Blutzirkulation, Muskel- und Rückenschmerzen.

Fichtennadelöl ist in folgenden Produkten von **suissessences**[®] enthalten: Duschgel Fichte, Raumspray Wald

Douglasienöl



Die Douglasie oder Douglastanne (*Pseudotsuga menziesii*) ist in Europa im Verlauf der Eiszeit ausgestorben. Der schottische Botaniker David Douglas brachte sie im 18. Jahrhundert von Nordamerika wieder nach Europa zurück und seither wächst sie in unseren Wäldern, aber auch in Parks und Gärten. Sie sticht hervor durch ihre Grösse (bis 100 m hoch), ihren kegelförmigen, mächtigen Stamm und ihre glänzend-hellgrünen Nadeln, die viel weicher sind als bei anderen Tannen und beim Zerreiben einen für Nadelbäume ungewöhnlichen, wunderbar harzig-aromatischen, zitrusartigen Duft verströmen.

Das ätherische Öl der Douglasie ist milder und weniger stark anregend wie das der Rotfichte und Weisstanne. Dank seiner leicht krampflösenden Wirkung vermag es stressbedingte Verspannungen zu lösen und gleichzeitig zu erfrischen. Die ideale «Anti-Stress-Mischung»! Für 1 kg ätherisches Douglasöl müssen etwa 300-700 kg zerkleinerte Nadeln und Zweige destilliert werden. Je geringer der Holzanteil, desto feiner wird das daraus gewonnene Öl.

Douglasnadelöl ist in folgenden Produkt von **suissessences**[®] enthalten: Duschgel Douglasie, Körperöl herb, Raumspray Wald

Weisstannenöl



Die Weisstanne (*Abies alba*) wurde in unseren Wäldern an vielen Orten von der Rotfichte verdrängt. Wegen dem Klimawandel gewinnt sie jedoch wieder an Bedeutung, weil sie resistenter ist gegenüber Trockenheit. Die Weisstanne wächst auch gerne an schattigeren Orten und wird bis zu 65 m hoch. Ihr Ölgehalt ist für ein Nadelholz relativ hoch: 300-600 kg zerkleinerte Nadeln und Zweige ergeben 1 kg ätherisches Öl. Sie wird seit jeher als Heilpflanze genutzt und gilt als Symbol für Kraft und Vitalität.

Als Weihnachtsbaum gibt sie uns jedes Jahr vielfach die Ehre und geniesst unsere Bewunderung. Weisstannenöl erinnert unverkennbar an Weihnachten. Es riecht waldig-herb, harzig-balsamisch und etwas frischer und kühler wie andere Nadelholzöle. Der Duft wirkt belebend, erfrischend und stärkend sowie stimmungsaufhellend und Gedanken klärend, hilft bei Antriebslosigkeit und Unentschlossenheit.

Weisstannenöl ist in folgenden Produkten von **suissessences**[®] enthalten: Duschgel Lavendel, Raumspray Wald