



# EM in der Anwendung hochwertiger ätherischer Pflanzenöle

Für EM-Nutzer/-innen stellt sich die Frage: Ist es möglich, natürliche ätherische Öle, wie sie in der Aromatherapie verwendet werden, mit den segensreichen Wirkungen von EM zu verbinden? Darauf hat Willy Küttel, Gründer der Phytodor AG in der Schweiz, folgende Antwort:

Ja, es ist möglich und sehr sinnvoll, naturreine ätherische Öle mit den Vorzügen von EM zu kombinieren. Dafür sollten die Wirkungsweisen dieser beiden, natürlichen Therapien verstanden und deren Eigenheiten beachtet werden.

In der EM-Technologie werden Produkte, die aus einer Fermentation entstehen und keine lebenden Mikroben enthalten – wie EM-Keramikpulver, Antioxidantien wie beispielsweise EM-X Gold oder auch EM-Salz – unterschieden von EM-Erzeugnissen, die lebende natürliche Mikroorganismen enthalten. Erstere können mit reinen, natürlichen, ätherischen Ölen (Duftessenzen) beduftet werden. Dabei verbinden sich die ätherischen Öle mit ihren aktivierenden, harmonisierenden oder beruhigenden Wirkungen mit dem antioxidativen, regenerativen und aktivierenden Potenzial der EM-Produkte.

Synergien entstehen und unterstützen sich gegenseitig. Sehr wichtig dabei ist die Beachtung der Vorsichtsmaßnahmen bei der Verwendung ätherischer Öle. Sie sind konzentrierte Pflanzenkraft und sollten nur äußerlich, immer verdünnt und sehr sparsam angewendet werden.

## Ätherische Öle und lebende Mikroorganismen

Ätherische Öle wirken antibakteriell und hemmen oder unterbinden das Wachstum von Mikroorganismen je nach verwendeter Menge mehr oder weniger stark. Daher empfiehlt es sich, EM-Produkte mit lebenden Mikroorganismen separat anzuwenden. Dafür könnte EM pur oder verdünnt mit Wasser in einer Sprühflasche bereitstehen und erst im Anschluss an eine Behandlung mit ätherischen Ölen versprüht werden.

← Hochwertige Pflanzenöle sind nicht nur wichtig für eine ausgewogene Ernährung, sondern können auch die natürliche Pflege der Haut unterstützen.



 **Autor:** Willy Küttel

Willy Küttel ist Autor des Buches *Heilende Blütenessenzen*, das im AT-Verlag erschienen ist. Etliche Jahre gestaltete er im Vorstand des EM Vereines Schweiz dessen Geschicke mit. In dieser Zeit begann er EM für Kosmetik und Körperpflege einzusetzen.

 **Kontakt:**  
Willy Küttel,  
Phytodor AG, Schweiz

[www.phytodor.ch](http://www.phytodor.ch)  
[willy.kuettel@phytodor.ch](mailto:willy.kuettel@phytodor.ch)



## Rezepte für eine Anwendung mit EM sowie ätherischen Ölen

### Aufklärungspflicht:

Die Nutzung der hier genannten Informationen geschieht auf eigene Verantwortung.

Der EM e.V. übernimmt keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen.

### Wohltuender Umschlag mit Lavendelöl und EM-Salz

Für einen entspannenden und kühlenden Umschlag werden zehn Tropfen Lavendelöl mit einem Teelöffel EM-Salz vermischt und in einem halben Liter kaltem Wasser aufgelöst. Darin wird ein Baumwolltuch eingetaucht, ausgewrungen und auf die betroffene Stelle gelegt oder gewickelt. Nach dem Entfernen des Umschlages kann die betroffene Stelle mit EM eingesprüht werden.

### Gesichtsmaske mit Heilerde, EM-Keramikpulver, Antioxidantien, Lavendel- und Mandelöl

3 TL Heilerde, 1 gestrichener TL (helles) EM-Keramikpulver, 2 TL Antioxidantien wie EM-X Gold, 1 TL Mandel- sowie 10 Tropfen Lavendelöl gut miteinander vermengen bis ein sämiger Brei entsteht.

Auf die gereinigte Gesichtshaut auftragen und 15 Minuten einwirken lassen. Danach mit Wasser abspülen und bei Bedarf die Haut mit EM einsprühen sowie mit einer Gesichtspflege leicht eincremen.

### Halswohl mit EM, EM-Salz, Antioxidantien und ätherischen Ölen

1 TL EM-Salz mit je 2 Tropfen Zitronen-, Salbei- und Cajepüt-Öl verreiben und in einem halben Glas warmem Wasser auflösen. Kurz vor dem Gurgeln 10 Tropfen Antioxidantien wie EM-X Gold sowie EM dazugeben.

### EM-Dusch-Salzpeeling

Eine halbe Tasse EM-Salz mit 1 EL Puderzucker in eine kleine Schüssel geben und gerade so viel Bio-Sonnenblumenöl zugeben, dass eine für das Peeling geeignete Konsistenz entsteht. Dann je 4 Tropfen Zitronen- und Lavendel-Öl zugeben und gut vermengen. In der Dusche das Salzpeeling auf die Hand geben und die feuchte Haut damit abreiben. Danach - wenn möglich - kalt duschen. Überschüssiges Öl mit den Händen abstreifen, den Körper nur leicht abtrocknen und anschließend mit EM einsprühen. Anwender berichten von einem einzigartigen Körpergefühl nach dieser Behandlung.

### Waschung mit EM-Salz und ätherischen Ölen

4 Tropfen Zitronen- und Lavendel-Öl in 1 EL EM-Urmeersalz verreiben und in warmes Wasser geben. Den Körper nach der Waschung mit dieser Lösung mit EM einsprühen.

### Kissen- / Maskenspray mit EM-Antioxidantien und ätherischen Ölen

Eine 100 ml Sprühflasche wird gefüllt mit 80 ml Wodka, je 20 Tropfen Zitronen- und Lavendelöl sowie 10 ml EM-Antioxidantien wie EM-X Gold. Kissen oder Maske damit kurz, dafür häufig besprühen. Halt- und Anwendbarkeit etwa drei bis vier Wochen.

### Raumspray mit EM, EM-Antioxidantien und ätherischen Ölen

In eine 100 ml Sprühflasche 30 ml Weingeist (96 % Alkohol), je 20 Tropfen Zitronen-, Lavendel- und Thymianöl (Linalool) sowie 20 ml Antioxidantien wie EM-X Gold hineingeben und mit Wasser auffüllen. Vor dem Versprühen schütteln. Nicht in die Augen oder auf Heiz- oder Glühkörper sprühen. Halt- und Anwendbarkeit etwa drei bis vier Wochen.



Qualitäts-Management-System  
EQM ZERT®  
DIN ISO 9001 • 13485

**Carat**   
Zahntechnik GmbH

Homöopathischer ganzheitlicher EM-Zahnersatz



Veredelung aus  
reinsten Natur  
Zertifiziert

**EM-Zahntechnik**®

Carat Zahntechnik GmbH  
Blumenstr. 20 • 22885 Barsbüttel  
Telefon: +49 (0) 40 711 99 41

[www.carat-zahntechnik.de](http://www.carat-zahntechnik.de)