

TEEBAUM

Melaleuca alternifolia

weitere Bezeichnungen: Tea Tree, Paper bark tree

Pflanzenfamilie: Myrtengewächse (*Myrtaceae*)

Herkunft: Australien (ursprüngliche Heimat ist die Nordküste von New South Wales)
Heute wird Teebaum auch in Südafrika, Indien, Malaysia und Angola angepflanzt.



Geschichtliches:

New South Wales, eine flache Landschaft, in der Riesenmäntel, Papageien, und viele der australischen Buschvögel zu Hause sind, ist beherrscht von großen Sumpfgebieten. Hier wächst der Teebaum, er gedeiht nahezu wie Unkraut. Von den Farmern der Gegend ursprünglich bekämpft, da er der Landwirtschaft im Weg war, die große freie Weideflächen für ihr Vieh benötigten, wurde er im Laufe der Zeit zu einem nicht zu unterschätzenden Wirtschaftsfaktor. Aber bis dahin war es ein weiter Weg.

Die Ureinwohner Australiens, die Aborigines, wussten schon lange um die Heilkraft der Blätter des Teebaums. Sie überlieferten ihre heilkundlichen Traditionen durch erzählte Geschichten.

Die Aborigines verwendeten die Blätter des Teebaums in Form breiiger Packungen bei Hautverletzungen aller Art, seien es Schnittwunden, Abschürfungen oder Pilzbefall. Auch bei Erkältungen wurden Teebaumblätter eingesetzt.

Seinen Namen "tea-tree" erhielt der Baum durch den berühmten Captain Cook. Als er anlässlich einer seiner Expeditionen in der Nähe des heutigen Sydney landete, schlug er sich bis ins heutige New South Wales durch. Er ließ aus den Blättern des Melaleuca-Baums Tee kochen und Bier für seine Mannschaft brauen. Dabei stellte er erfreut die Wirkung auf das wunde, Skorbut-geschädigte Zahnfleisch seiner Mannschaft fest, das nach wenigen Tagen wieder verheilt war.

Bereits im Jahr 1925 wurde in den ersten Studien über Tea-Tree-Oil die starke keimtötende Wirksamkeit des ätherischen Öls hervorgehoben. Das Öl wurde bei der Behandlung von Wunden und Infektionen eingesetzt und man erkannte, dass es durch seinen hohen Terpinen-4-ol-Gehalt und seinen niedrigen Cineol-Gehalt einerseits keimtötend und andererseits aber nicht hautreizend ist.

Botanik:

Der Teebaum ist ein immergrüner Baum mit schmalen, lanzettenförmigen, hellgrünen Blättern. Er wächst sehr schnell und wird bis zu ca. 8 m hoch. Seine Blüten sind weiß und haben einen intensiven, sehr aromatischen Duft. Sie bilden einen weißlichen Flaum, der entfernt an Schnee erinnert (daher auch sein Name "snow-in-summer"). Die Rinde ist papierartig (daher auch der Name paper bark tree), silbrig-grau bis schwarz. Im Laufe der Jahre wird das Holz sehr hart.



Teebaum-Blüte

Der Name *Melaleuca* wurde der Gattung von Carl von Linné gegeben, der im heutigen Malaysia einige Arten entdeckte. (Das Wort wurde im übrigen aus zwei griechischen Bezeichnungen gebildet, nämlich "melas" für schwarz und "leukos" für weiß, vermutlich für die im unteren Teil des Baumes schwarze und im oberen Teil weiße Rinde.)

Gewinnung: Das Teebaumöl wird durch Wasserdampfdestillation der jungen Zweige und Blätter gewonnen.

Wirkstoffe: Teebaumöl hat über 40 Inhaltsstoffe. Die Qualität des Öls ist von seiner Zusammensetzung stark abhängig.

Bei einem guten ätherischen Teebaumöl finden wir folgende Komponenten:

- ca. 30 - 45 % Monoterpenole
- ca. 35 - 50 % Monoterpene
- ca. 3 - 15 % Oxide
- ca. 4,5 - 8 % Sesquiterpene
- ca. bis zu 1 % Sesquiterpenole

1.) Monoterpenole

Die im Teebaumöl enthaltenen Monoterpenole, wie vor allem Cineol und Terpinen-4-ol, zeichnen sich in erster Linie durch antivirale, antimykotische und antibakterielle Eigenschaften aus.

- Terpinen-4-ol

Dieser wichtigste Inhaltsstoff soll nach den Richtlinien der australischen Gesundheitsbehörde mit einem Anteil von mindestens 35 % vertreten sein. Je höher der Anteil an Terpinen-4-ol ist, umso höher ist die Sicherheit eines Heilungseffektes. Terpinen-4-ol wirkt außerdem harntreibend und entgiftend.

- 1,8-Cineol

Es wird empfohlen, dass der Anteil an 1,8-Cineol, das verschiedentlich auch als Eukalyptol bezeichnet wird, im Teebaumöl einen Anteil von 3 - 3,5 % nicht überschreiten sollte. Ist der 1,8-Cineol-Gehalt höher, so ist eine reizlose Anwendung direkt auf der Haut nicht mehr unbedingt gewährleistet.

2.) Monoterpene

Die Monoterpene, vor allem -Pinen und -Terpinen, bilden mit bis zu 50 % den zweiten wichtigen Hauptanteil im australischen Teebaumöl.

- Terpinene

wirken schmerzlindernd, entzündungshemmend, schleimregulierend und antiallergisch.

3.) Sesquiterpene

- Cadinen

Cadinen, das im Teebaumöl mit einem Anteil von etwa 1 - 3 % vorhanden ist, gilt als ausgesprochen hautfreundlich. Allergische, entzündliche Prozesse der Haut, sowie Juckreiz, werden durch diesen Wirkstoff gelindert. Bei der Wundheilung zählt Cadinen zu den wirkungsvollsten Mitteln.

- Viridifloren

Im Teebaumöl finden wir auch Viridifloren, je nach Herkunftsort ist es bis zu 4 %ig vertreten. Auch Viridifloren ist - ebenso wie Cadinen - ein sehr hilfreiches Mittel bei der Wundheilung.

4.) Sesquiterpenole

- Viridiflorol

ist im Teebaumöl nur in einem geringen Anteilen von unter 1 % enthalten. Es unterstützt ebenfalls die Wundheilung und belebt den gesamten Organismus, stärkt das Bindegewebe und wirkt ausgleichend auf den Muskelstoffwechsel.

Mischt sich gut mit: Lavendel fein, Bergamotte, Blutorange, Zitrone, Orange süß, Mandarine, Petit Grain, Rosmarin, Thymian, Rosengeranie, Pfefferminze, Myrte, Myrrhe, Niaouli, Litsea Cubeba, Manuka, Kanuka, Cajeput, Lemongrass, Verbena, Zirbelkiefer u.v.a.

Wichtige Eigenschaften:

Physisch: Teebaumöl kann bei vielen Krankheitsbildern und Beschwerden eingesetzt werden. Es wirkt

- antibakteriell
- antiviral

- antimykotisch
- antiseptisch
- entzündungshemmend
- abwehrsteigernd
- schmerzlindernd
- durchblutungsfördernd
- entwässernd (aquaretisch)
- hautregenerierend
- juckreizstillend
- insektenabweisend

Bei Anwendung in 1%iger Lösung sind keine Nebenwirkungen bekannt.

Psychisch: Teebaumöl stärkt Menschen mit sehr empfindlichem vegetativem Nervensystem und eignet sich dadurch auch zur Behandlung psychosomatischer Beschwerden, die auf Stress und innere Instabilität zurückzuführen sind. Es bietet Schutz und Stabilität in Zeiten der Hektik und Überforderung.

Einsatzbereiche in der Pflege:

- *Abszesse und Furunkel:*
Direkte Anwendung, Vollbad, Kompresse, Packung
- *Akne:*
Waschung, direkte Anwendung, Kopfdampfbad, Gesichtswasser
- *Allergien:*
Vollbad, direkte Anwendung, Salbe, Aromalampe
- *Arthritis:*
Vollbad, Massage, Kompressen Packung
- *Herpes:*
Direkte Anwendung, Lotion, Bad
- *Lippenherpes:*
Direkte Anwendung, TT-Lippenbalsam oder -Lippenstift
- *Genitaler Herpes:*
Vollbad, Sitzbad, Spülung, Lotion, Tampon
- *Bronchitis:*
Inhalation, Vollbad, Einreibung, Aromalampe
- *Erkältungen:*
Vollbad, Inhalation, Einreibung, Aromalampe, Gurgellösung
- *Fuß-, Nagel-, Kopfhautpilz:*
Fußbad, direkte Anwendung, Salbe, Spülung
- *Grippe:*
Inhalation, Vollbad, Gurgellösung, Aromalampe, Einreibung

- *Hautentzündungen:*
Vollbad, Lotion, Creme, Teebaumseife
- *Hühneraugen:*
Fußbad, direkte Anwendungen, Teebaumölpflaster
- *Insektenstiche:*
Direkte Anwendung, vorbeugend: Lotion
- *Nagelbettentzündung:*
Direkte Anwendung, Nagelbad
- *Sonnenbrand:*
Vollbad, Lotion, direkte Anwendung, Creme
- *Warzen:*
Direkte Anwendung
- *Windeldermatitis:*
Lotion, Teebaumcreme ohne chemische Inhaltsstoffe
- *Wunden:*
Waschung, Verband, direkte Anwendung

Besonderheiten / Nebenwirkungen:

Wichtig ist der Hinweis, dass die Heilwirkung der genannten Anwendungen nur mit Ölen einwandfreier Qualität erreicht werden kann, die aus verständlichen Gründen keinerlei Rückstände von Dünge- oder Pflanzenschutzmitteln enthalten dürfen (also unbedingt nur Öle aus kontrolliert biologischem Anbau (kbA oder Demeter-Qualität) verwenden)!

Ein solcher Qualitätsnachweis ist nur durch eine gaschromatographische Untersuchung zu gewährleisten. Wird neben der richtigen Zusammensetzung auch eine effektive Dosierung beachtet, kann sich die antiseptische und heilende Wirkung des Teebaumöls voll entfalten.

Allerdings ist unbedingt darauf zu achten, dass sich nach etwa 6 - 8 Monaten im Fläschchen bereits Peroxid (ätzend!) bilden kann. Die Bildung von Peroxid setzt bereits nach mehrmaligem Öffnen des Fläschchens mit dem ätherischen Teebaumöl ein. Zur Zeit laufen Studien, wie diese Peroxid-Bildung unterbunden werden kann.

Eine weitere Studie zur oxidativen Empfindlichkeit von Teebaumöl wurde von G.Hübner-Engelhardt und D. Wolz in Zusammenarbeit mit der Bahnhof-Apotheke Kempten durchgeführt. Diese hat ergeben, dass Teebaumöl oxidativ gefährdet ist, dass bei normaler Handhabung allerdings keine extrem gefährdenden chemischen Verbindungen entstehen.

Allerdings wird in diesem Zusammenhang empfohlen, möglichst kleine Gefäße zur Lagerung zu verwenden und nach Anbruch des Fläschchens das ätherische Öl raschest zu verbrauchen.

Außerdem wird eine Lagerung bei Zimmertemperatur und in Braunglasflaschen angeraten, da bei zu kalter Lagerung - ebenso wie bei Lagerung in Klarglasflaschen - das ätherische Teebaumöl rascher zu oxidieren beginnt.

Quellennachweis:

- Feeling "Zeitschrift für Aromapraxis", Heft 2/2004 "Teebaumöle"
- Forum Essenzia (Heft 7/1995, Heft 30/2007)
- Katrin Geier, "Aktivitäten und Erkenntnisse auf dem Gebiet der Etherischen Öle und ihrer Sicherheit", Doktor-Arbeit, TU-München
- Ingrid Kleindienst, Skriptum zur Ausbildung "Ärztl. geprüfte/r Aromatologe/in", 3. überarbeitete Auflage, 2007
- Shirley Price/Len Price, "Aromatherapie", Verlag Hans Huber 2003
- Primavera Life, Jubiläumskongress 2006, Workshop "1,8-Cineol"
- Lothar Raschke, "Teebaumöl - Das Wundermittel vom 5. Kontinent", Verlag Simon & Wahl, 1996
- Peter Rausch, "Entwicklung bei den Verbots-Bestrebungen von Teebaumöl", Verein Ringelblume, 2006 (Internetinformation)
- Ingeborg Stadelmann, "Bewährte Aromamischungen", Verlag Stadelmann
- Monika Werner/Ruth von Braunschweig, "Praxis Aromatherapie", Verlag Haug, 2006
- Eliane Zimmermann, "Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe", Verlag Sonntag, 2001
- Eliane Zimmermann, "Aromapraxis Newsletter", Ausgabe 17, Frühling 2006

Autor: Ingrid Kleindienst, August 2007