

Die Welt der natürlichen Düfte



Düfte haben vielfältige Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele und werden auch in der Aromatherapie eingesetzt. Das Unternehmen Taoasis verwendet bei der Herstellung seiner Essenzen ausschließlich hochwertige ätherische Öle natürlicher Herkunft. Gesunde Medizin sprach mit dem Geschäftsführer Axel Meyer.

Gesunde Medizin: Herr Meyer, Sie haben in den letzten Jahren immer wieder mit kreativen Aktionen auf sich aufmerksam gemacht. Zuerst sorgte die „Oase der Düfte“ auf Messen für Aufsehen. Dann bekam die Oase Räder und ging als Taomobil, ein Bus mit Duftpflanzenlehrpfad, Riechkino und einem echten acht Meter langen Wasserfall auf Reisen. Aktuell wird die Duftkomposition „Duft Schule“ in einem Langzeit-Projekt wissenschaftlich getestet. Viel Aufwand für ein eher kleines Unternehmen, oder?

Axel Meyer: Durchaus, doch das Informationsdefizit über Düfte ist in der Bevölkerung erschreckend, einerseits bedingt durch widersprüchliche Berichterstattung, andererseits durch fragwürdige Deklarationspolitik aus Brüssel, da ist eine kreative Art der Aufklärung unerlässlich.

Gesunde Medizin: Können Sie uns da ein Beispiel nennen?

Axel Meyer: Aromatherapie hat sich seit Jahrtausenden bewährt, unser Organismus ist mit den Naturessenzen vertraut – ganz im Gegensatz zu Chemiecocktails. Fast alle synthetischen Düfte sind nicht älter als 100 Jahre und damit eigentlich fremd für unseren Körper. Sie werden in der Regel nicht so gut vertragen, die exponentiell gestiegenen Allergien sprechen da für sich.

Gesunde Medizin: Ihr neuer Slogan lautet: Global denken, regional handeln. Was bedeutet das für Ihre Arbeit?

Axel Meyer: Taoasis möchte seiner unternehmerischen Verantwortung gerecht werden und sowohl Menschen in benachteiligten Ländern helfen, indem wir beispielsweise eine Schule in Togo bauen, als auch die heimische Wirtschaft unterstützen. So wird der neue Taonano, ein innovativer Duftkubus, aus heimischem Eschenholz gefertigt und in kleinen Handwerksbetrieben in Deutschland produziert, was direkt Arbeitsplätze schafft und Ressourcen schont!

Die Walnuss – ein nahrhaftes Stärkungsmittel

Zahlreiche wissenschaftliche Studien haben den positiven Effekt des Walnuss-Konsums auf die Herzgesundheit festgestellt. Die energiereichen Nüsse enthalten vom Körper gut verwertbare Eiweißstoffe und ungesättigte Fettsäuren, welche die Cholesterinwerte senken und das Herz kräftigen. So decken schon 50 Gramm Walnüsse den Tagesbedarf eines Erwachsenen an Omega-3-Fettsäuren.



Wussten Sie schon dass Trauben die grauen Zellen fit machen?



Durch ihren hohen Gehalt an Traubenzucker versorgen Trauben den Körper mit schnell verfügbarer Energie. Besonders das Gehirn profitiert von der Glukose-Bombe. Die Beeren sind daher die idealen Muntermacher, wenn man sich schwach und ausgelaugt fühlt, der Stress am Nervenkostüm nagt und die Konzentration nachlässt. Das gilt nicht nur für frische Trauben, sondern auch für Rosinen. Hier sollten Sie aber auf ungeschwefelte Trockenbeeren achten.

Altersbedingte Makula-Degeneration – Früherkennungsinitiative „Bewahren Sie Ihr Augenlicht“

Die Altersbedingte Makula-Degeneration (AMD) führt trotz vier Millionen Betroffener in Deutschland ein Schattendasein. Allerdings kennen nur wenige die Symptome der Erkrankung, ihre Folgen und die Bedeutung der Früherkennung. Ziel der Initiative „Bewahren Sie Ihr Augenlicht“ ist es, über die AMD aufzuklären und ganzheitliche Hilfestellungen anzubieten. Betroffene und ihre Angehörigen oder ältere Menschen, die Veränderungen ihres Sehvermögens wahrnehmen, können über die Telefonnummer der Initiative „Bewahren Sie Ihr Augenlicht“ 0 18 05 / 16 11 79 (14 Cent pro Minute aus dem Festnetz der Deutschen Telekom mit Rückrufmöglichkeit) kostenloses Informationsmaterial bestellen. Fragen zur AMD beantwortet außerdem gern der Augenarzt.