

Aromalexikon

Bergamotte

Citrus aurantium vr. bergamia
Rutaceae (Rautengewächs)

Kreuzung aus Bitterorange und Zitrone
Kaltpressung der noch grünen Frucht

Achtung: Photosensibilisierung



Volksmedizinisch:

entzündungshemmend; entkrampfend;
baut körperliche und seelische Spannungen ab;
stark stimmungsaufhellend; verschafft Gelassenheit;
bringt Licht und Zuversicht in den Alltag;
heilungsfördernd und antibakteriell;
bei Hauterkrankungen, Erkältungen,
Husten, Schnupfen, Halsweh.

Ideal:

als Muntermacher und Energielieferant;
bei Frühjahrsmüdigkeit,
bei Herpes, Pickel, schlechter Wundheilung,
bei Verspannungen, Verkrampfungen,
Stress, nervösen Magen- Darm- Beschwerden,
zur Massage bei Cellulite;
hilfreich zur Raucherentwöhnung.