

# Emu-Öl

Dr. med. Heinz Lüscher

Das Öl aus den Fettreserven der Emus ist bei den Aborigines in Australien seit jeher bekannt und beliebt. Es hat entzündungshemmende, antibakterielle und gar schmerzlindernde Eigenschaften und kann deshalb bei verschiedensten Hautproblemen angewendet werden.

## Der Emu

Der Emu (*Dromaius novaehollandiae*) ist ein flugunfähiger Vogel, der in freier Wildbahn nur in Australien lebt. Er sieht einem afrikanischen Strauss sehr ähnlich, obwohl die beiden nicht miteinander verwandt sind. Neben Australien wird der Emu auch noch in Nordamerika, Peru und China auf grossen Farmen gezüchtet. Sein Fleisch ist sehr fettarm und geschmackvoll, und das Unterhautfettgewebe dafür umso dicker und fettreicher. Wenn der Emu rennt, erreicht er eine Geschwindigkeit von 50 km/h, er wird bis 180 cm gross und wiegt ausgewachsen etwa 55 kg. In Australien leben noch ca. 700 000 Tiere. Die Ernährung besteht aus Gras, Samen, Beeren, Früchten, Kräutern und Insekten, Jungtiere fressen auch Fleisch.



## Wie gewinnt man Emu-Öl?

Das Öl wird aus den Fettreserven auf dem Rücken der Emus gewonnen. Anschliessend wird das Öl raffiniert und sterilisiert. Ich empfehle, natürlich raffiniertes Emu-Öl zu kaufen, auch wenn es etwas teurer ist. Auch die artgerechte Haltung der Tiere sowie deren Ernährung hat einen Einfluss auf die Qualität des Öls.

## Inhaltsstoffe von Emu-Öl

Emu-Öl besteht zu 100 Prozent aus Fett (Fettsäuren). Es ist reich an gesättigten (36%), sowie an einfach (57%) und mehrfach ungesättigten (7%) Fettsäuren. Dies sind u.a. Ölsäure, Palmitinsäure, Stearinsäure, Linolsäure, Palmitoleinsäure, Elaidinsäure, Linolensäure, Myristinsäure. Davon sind 0.6% Omega-3-Fettsäuren und 6.1% Omega-6-Fettsäuren.

## Emu-Öl und seine Eigenschaften in der Haut

Emu-Öl ist ein traditionelles Heil- und Nahrungsmittel der Aborigines in Australien. Hier wollen wir aber nur auf die äusserliche Anwendung des Öls eingehen. Die Aborigines kennen die positiven Wirkungen von Emu-Öl auf die Haut schon seit Jahrhunderten. Sie verwenden es bei allerlei Hautverletzungen, wie Wunden, Verbrennungen und Insektenstichen, aber auch bei (entzündlichen) Hauterkrankungen und Ausschlägen, sowie Muskel- oder Gelenkschmerzen. Emu-Öl ist hervorragend verträglich und dringt sehr rasch durch die oberen Schichten der Haut ein. Es könnte deshalb ein interessanter Trägerstoff für die kosmetische und

pharmazeutische Industrie werden. Es wirkt feuchtigkeitsspendend, nährend, entzündungshemmend, schmerzlindernd und wirkt dem Alterungsprozess entgegen. Emu-Öl ist nicht komedogen, was bedeutet, dass es die Poren nicht «verstopft», wie viele andere topische Produkte. Das Öl nimmt positiven Einfluss auf die Gesundheit der Epithelzellen, trägt zur Struktur der Zellwände bei und bewirkt eine Verbesserung der Zellfunktion.

### **Eigenschaften von Emu-Öl**

- Entzündungshemmend
- Antibakteriell
- Schmerzlindernd
- Feuchtigkeitsspendend
- Rasch einziehend in tiefere Hautschichten
- Epithelisierend (fördert die Wundheilung)

Durch alle diese positiven Wirkungen kann es sehr gut bei einer breiten Palette an Hautproblemen angewendet werden.

### **Bei folgenden Krankheiten oder Situationen kann Emu-Öl eingesetzt werden:**

- Muskel- und Gelenkschmerzen
- Arthritis
- Weichteil-Rheuma
- Sehnen-Entzündungen
- Sportverletzungen (Muskelzerrungen, Prellungen, Verstauchungen)
- Schürfwunden
- Leichtere Verbrennungen (1./2. Grades)
- Schnittwunden
- Kleinere, oberflächliche Wunden
- Narbenpflege
- Neurodermitis
- Psoriasis
- Sonnenbrand
- Ekzeme
- Akne
- Rosacea
- Windeldermatitis
- Insektenstiche
- Hämorrhoiden
- Dehnungsstreifen nach der Schwangerschaft (oder Vorbeugung)
- Alternde Haut
- Trockene, empfindliche Haut

### **Anwendungsempfehlung von Emu-Öl**

Das Öl wird mehrmals täglich sanft auf die betroffenen Hautstellen aufgetragen und eingerieben.