Copyright - Hinweis: Die Texte sind urheberrechtlich geschützt! © www.mensch-individuell.de - Deva Dagmar Keßlau - MENSCH individuell

Düfte - vielseitige Lebensbegleiter

Der gesunde Geruchssinn ist ein sogenannter "Nahsinn."

Eine gesunde Nase kann dann Düfte aufnehmen, wenn diese in Nasennähe sind.
Die Empfindlichkeit mit der wir auf Düfte oder Duftstoffe (= alles, was unsere Nase wahrnehmen kann) reagieren, ist sehr unterschiedlich und zudem sehr individuell. Unser Alter, unser Geschlecht, unser Anspannungs- oder Erholungszustand, die Einnahme von Medikamenten, Störungen und Erkrankungen, Schlafmangel ... so vieles kann Einfluss auf unseren Geruchssinn haben.
Ebenso individuell ist unsere Wahrnehmung von "angenehm", "unangenehm" oder auch "neutral".
Bei uns angenehmen Düften möchten wir gerne bleiben, wenn unangenehme Gerüche in unserer Nähe sind, versuchen wir auszuweichen.

Düfte können sogar etwas mit unseren Entscheidungen zu tun haben.

Sie runzeln die Stirn?
Wir (beispielhaft):

- hüllen uns in Düfte ein, die wir mögen (Parfüms, Körperlotion, Cremes, ...) und / oder die
- uns helfen, unseren eigenen Geruch zu verändern (durch z.B. den Einsatz von Deos).
- empfinden bei bestimmten Düften Geborgenheit oder Wohlgefühl (Vanilleduft mögen z.B. sehr viele Menschen).
- wählen unsere:n Partner:in - auch - nach seinem Geruch aus.
- möchten weder Mensch noch Tier in unserer Nähe haben, die wir "nicht riechen" können.
- können mit der Nase feststellen, ob ein Lebensmittel frisch oder verdorben ist (überlebenswichtig).
- verknüpfen Erinnerungen mit Düften.
- fühlen uns von Düften angezogen, die wir mögen.
- ....

Der Geruchssinn ist zudem eng mit unserem Geschmacksempfinden verbunden.

Wir können schmecken, weil wir riechen können.

Wenn unsere Nase zum Beispiel durch einen Schnupfen "verstopft" ist, scheint das Essen nach nichts zu schmecken.
Düfte wirken zudem unmittelbar, sie sind schnell.
Sofern wir uns nicht die Nase zuhalten, gehen Duftinformationen direkt in unser Gehirn.
Das hat natürlich auch die Industrie schon vor langer Zeit entdeckt und "beduftet" zahlreiche Produkte des täglichen Lebens. Es ist also wahrscheinlich kein Zufall, wenn Sie sich bei der Wahl von einigen Produkten - auch - von Ihrer Nase haben leiten lassen.
Jedoch werden industriell leider nur selten

natürliche Duftstoffe

eingesetzt, sondern es wird zumeist mit

synthetisch erzeugten Produkten (= im Labor "nachgebaut")

gearbeitet. Diese Stoffe heißen dann "naturidentisch".
Sie sind in der Regel preiswerter als Naturprodukte, länger zu lagern, immer duftgleich (anders

als Naturdüfte), können nach Bedarf erzeugt werden und - unsere Nase kann das eine vom anderen oftmals nicht oder nicht so einfach oder nicht sicher unterscheiden.
Bei der Gelegenheit:
"Das wertvolle, ätherische Bio Rosenöl (bot. Rosa damascena) aus Bulgarien .... gehört mit mehr als 500 verschiedenen Inhaltsstoffen zu den komplexesten Ölen ..."
(Quelle: primaveralife.com / 11. April 2024)
Kann ein Labor, die Industrie das wirklich nachbauen? Ich habe da Zweifel ...
Keinen Zweifel habe ich jedoch daran, dass es jetzt für gesunde Nase eine gute Zeit ist, um draußen, in der Natur auf eine "natürliche Duftreise" zu gehen.
Die Düfte der Natur sind so vielfältig - vielleicht finden Sie einen neuen, natürlichen Lieblingsduft. Ich wünsche es Ihnen.

Können Naturdüfte auch eine therapeutische Wirkung haben und / oder eine Therapie begleiten?

Nach meinen eigenen Praxiserfahrungen ist die Antwort: "Ja." Davon werde ich jedoch ein anderes Mal berichten.

"Liebe ist die Antwort"

Sie haben Fragen zu diesem Artikel?

Reden wir doch darüber im unverbindlichen, telefonischen,

kostenfreien Kennenlerngespräch.

Online-Buchung Kennenlerngespräch

"Liebe ist die Antwort"

Deva Dagmar Keßlau | Dortmund
Heilpraktikerin | Mediale Mentorin
mensch-individuell.de
Impressum
Datenschutzerklärung
Wichtiger Hinweis:
Alle meine Blogartikel dienen der Information, der Aufklärung, der Wissensvermittlung. Sie sind nicht geeignet um Selbstbehandlungen oder Selbstdiagnosen durchzuführen oder Behandlungen oder Diagnosen bei anderen Menschen vorzunehmen. Meine Blogbeiträge ersetzen auch nicht eine ärztliche, heilpraktische oder anderweitige therapeutische Beratung, Begleitung oder Behandlung.