

# Dosiertabelle

Dosierung	10ml Pflanzenöl	20ml Pflanzenöl	50ml Pflanzenöl	100ml Pflanzenöl
<b>0,1%</b>	---	---	1Tr.	2Tr.
<b>0,25%</b>	---	1Tr.	2,5Tr. (2Tr.)	5Tr.
<b>0,5%</b>	1Tr.	2Tr.	5Tr.	10Tr.
<b>1%</b>	2Tr.	4Tr.	10Tr.	20Tr.

- **Bei Babys bis zu einem halben Jahr** sollten ätherische Öle nur äußerst sparsam oder gar nicht angewendet werden - in diesem Fall eignen sich **Hydrolate** am besten!
- **6 Monate – 1 Jahr**    **0,1% - 0,25%**
- **1-3 Jahre**                **0,25% - 0,5%**
- **3-6 Jahre**                **0,5% - 1 %**
- **ab 6 Jahre**                **max. 1%**
- **Erwachsene**             **1%-3%**



Um eine große Wirkung zu erzielen, bedarf es sanfter Reize.

**Haftungsausschluss:** Die auf dieser Website bereitgestellten Informationen, einschließlich der Dosierempfehlung für ätherische Öle, dienen ausschließlich allgemeinen Informationszwecken. Sie ersetzen weder eine fachliche Beratung noch eine individuelle Einschätzung durch einen Arzt oder erfahrenen Aromatherapeuten. Die Anwendung ätherischer Öle erfolgt auf eigene Verantwortung. Für Schäden oder gesundheitliche Beeinträchtigungen, die durch unsachgemäße Anwendung oder Missachtung der Empfehlungen entstehen, übernehme ich keine Haftung. Bitte konsultieren Sie im Zweifel einen Experten, bevor Sie ätherische Öle verwenden, insbesondere bei empfindlichen Personengruppen wie Babys, Schwangeren oder Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen.