

Aromapflege

KURZBESCHREIBUNG

Aromapflege ist eine aus der Aromatherapie abgeleitete Pflegeanwendung. Bei der Aromatherapie (Dufttherapie) werden unverfälschte ätherische Öle zu therapeutischen Zwecken eingesetzt. Ziel der Aromapflege ist es überwiegend, Stimmungsstörungen zu harmonisieren und das allgemeine Wohlbefinden der zu behandelnden Person zu verbessern. Bei der Aromapflege werden ätherische Öle aus Pflanzen gezielt bei der Kranken- oder Altenpflege eingesetzt.

Aromastoffe wurden bereits in den frühen Hochkulturen bei religiösen Zeremonien, in der Heilkunde sowie für kosmetische Zwecke angewandt. In der Neuzeit führte René-Maurice

Gattefossé (1881–1959) den Begriff der Aromatherapie ein: Er hatte während des ersten Weltkrieges Erfahrungen mit der antiseptischen Wirkung ätherischer Öle gesammelt. Im Zweiten Weltkrieg setzte der französische Arzt Jean Valnet (1920–1995) ebenfalls verschiedene ätherische Öle zur Wunddesinfektion und -heilung ein. Er veröffentlichte 1964 das Buch „Aromathérapie: Les Huiles Essentielles Hormones Végétales“. Jean Valnet war der Auffassung, dass man kein Arzt sein müsse, um die Aromatherapie anzuwenden, allerdings in der Anwendung der ätherischen Öle sehr sorgfältig geschult werden sollte.

GRUNDANNAHMEN

In der Natur übernehmen Duftstoffe wichtige Aufgaben der Kommunikation und des Schutzes wie auch der Koordination von Lebensprozessen. Als biochemische Signalstoffe sind sie verwandt mit Neurotransmittern, Hormonen und Vitaminen. Dufterlebnisse beleben, entspannen oder belasten. Insbesondere bei unangenehmen Gerüchen fungiert der Geruchssinn als Warnorgan, während angenehme Gerüche ein Gefühl von Geborgenheit und Wohlbefinden auslösen können. Der Mensch kann über 1000 Gerüche unterscheiden. Gerüche werden über die Rezeptoren in der Schleimhaut der oberen

Nasenhöhle weitergeleitet in die Hirnrinde, aber auch in das zentrale limbische System und zum Hypothalamus. Diese Verbindungen sind für die Verknüpfungen mit emotionalen, hormonellen und vegetativen Reaktionen verantwortlich. Darüber hinaus gelangen die Moleküle der ätherischen Öle über die Lunge, die Haut oder die Schleimhäute in den Blutkreislauf und wirken pharmakologisch. Zudem sollen sie eine hemmende Wirkung auf ein breites Spektrum von Mikroorganismen wie Bakterien, Viren und Pilzen haben.

ANWENDUNGSPRAXIS

Anwendung findet die Aromapflege zum Beispiel bei Unruhe, Angst, Schlafstörungen und Schmerzen in Form von

- Raumaromatisierung mithilfe von Duftlampen, Aerosolgerät, Duftkissen, Schale
- Inhalationen
- Vollbädern oder Teilbädern, z. B. Sitzbad, Hand-/Fußbad
- Ganz- oder Teilkörperwaschungen mit emulgierten Lösungen
- Auflagen mit kalten oder heißen Kompressen
- Massagen und Einreibungen auch einzelner Körperteile wie Hände, Füße, Rücken, Nacken, Schulter, Stirn.

Je nach Anwendungen werden die Aromaöle konzentriert, verdünnt oder emulgiert, einzeln oder in Kombination verwendet. Hierzu ist die genaue Kenntnis über die Anwen-

dungsvorschriften und -art unverzichtbar. Es sollten nur rückstandsfreie, 100 Prozent naturreine ätherische Öle verwendet werden.

Die Aromapflege kann in alltägliche Pflegehandlungen eingebunden werden. Dies sollte zuvor jedoch zwischen den Pflegekräften, den zu behandelnden Personen und dem Arzt abgestimmt sein und nur durch dafür geschultes Personal durchgeführt werden.

Patienten oder deren Angehörige sollten vor der Anwendung von ätherischen Ölen nach Allergien gefragt werden. Die Verträglichkeit sollte ggf. vor Anwendung an einer Hautstelle getestet werden. Eine Schulung über verschiedene Applikationsformen, Wirkungen und Nebenwirkungen wird dringend empfohlen.

Die Fachliteratur weist auf eine relativ weite und zunehmende Verbreitung der Aromapflege im deutschsprachigen Raum hin. Daten zur tatsächlichen Verbreitung der Aromapflege liegen keine vor.



Fortsetzung: **Aromapflege**

FORT- UND WEITERBILDUNG

In Deutschland dürfen nur Ärzte und Heilpraktiker aromatherapeutisch mit dem Ziel einer Heilanwendung tätig werden. Deshalb arbeiten professionell Pflegende unter der Bezeichnung „Aromapflege“ oder „Aromapraxis“, die keine medizinische, sondern eine begleitende Maßnahme ist.

Einige Pflegeschulen haben aromatherapeutische Inhalte in ihren Lehrplan aufgenommen. Darüber hinaus können sich professionell Pflegende durch Workshops, Seminare sowie mittels Literatur fortbilden.

Informationen zu Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten:

Deutscher Berufsverband für Pflegeberufe e.V. (DBfK e.V.)
www.dbfk.de

Aromapflege.com
www.aromapflege.com/Ausbildung

Aroma Forum International e.V.
www.aroma-forum-international.de

Forum Essenzia e.V.
www.forum-essenzia.org

LITERATUR

Deutsch-Grasl, E., Buchmayr, B., & Eberle, M. (2015).
Aromapflege Handbuch.

Werner, M., & von Braunschweig, R. (2014). Praxis Aromatherapie: Grundlagen – Steckbriefe – Indikationen. Stuttgart: Haug.

Price, S., & Price, L. (2009). Aromatherapie. Praxishandbuch für Pflege-, Kosmetik- und Gesundheitsberufe. Bern: Huber.

Zimmermann, E. (2011). Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe: Kursbuch für Ausbildung und Praxis. Stuttgart: Haug.

Wabner, D., & Beier, C. (2012). Aromatherapie. Grundlagen – Wirkprinzipien – Praxis. München: Elsevier.

