

Dietrich Wabner, Stefan Theierl

Klinikhandbuch Aromatherapie

Pflege – Therapie – Prävention



Inhalt

Vorwort		VII
Einführung		IX
Teil I Grundlagen der Arbeit mit therapeutischen Ölen		1
Kapitel 1 Etherische Öle in Klinik und Praxis		3
Kapitel 2 Anwendung etherischer Öle in der Pflege		17
Kapitel 3 Patientenkommunikation		27
Kapitel 4 Therapie mit etherischen Ölen international		31
Teil II Etherische Öle in der therapeutischen Praxis		35
Kapitel 1 Die wichtigsten Öle für Aromatherapie und Aromapflege		37
Kapitel 2 Der Umgang mit etherischen Ölen		59
Kapitel 3 Applikationsformen		69
Teil III Die Rezepturen nach Indikationen		83
Kapitel 1 Chirurgie		85
Kapitel 2 Dermatologie		99
Kapitel 3 Erste Hilfe		177
Kapitel 4 Geriatrie		195
Kapitel 5 Gynäkologie und Geburtshilfe		209
Kapitel 6 Hals-Nasen-Ohrenheilkunde		237
Kapitel 7 Hygiene und Parasitologie		267
Kapitel 8 Infektionskrankheiten		279
Kapitel 9 Innere Medizin		311
Kapitel 10 Neurologie		379
Kapitel 11 Onkologie		399
Kapitel 12 Orthopädie		423
Kapitel 13 Palliativmedizin, Sterbebegleitung		449
Kapitel 14 Psychische und somatoforme Störungen		477
Kapitel 15 Schmerzbehandlung		525
Kapitel 16 Zahnheilkunde		535

Anhang	541
Klinik- und Hausapotheke etherischer Öle	543
Etherische Öle in der Bakteriologie, Virologie und Mykologie	547
Zusatzinformationen	553
Literaturnachweis	567
Indikationen von A–Z	583
Stichwortverzeichnis	589

13 Palliativmedizin, Sterbebegleitung

13.1	Hilfreiche Öle in der Palliativ- und Hospizpflege	451
13.2	Atemnot	451
13.3	Geruchsbekämpfung	454
13.4	Handmassage	457
13.5	Mundpflege	459
13.6	Schleimlösend	462
13.7	Schluckstörungen	463
13.8	Schmerzen	463
13.9	Sterbebegleitung	465
13.10	Unruhe und Angst	468
13.11	Unterstützung der Hinterbliebenen	473
13.12	Wohlfühlmischungen	474

13.1 Hilfreiche Öle in der Palliativ- und Hospizpflege

In der palliativen Pflege werden folgende Öle erfolgreich eingesetzt, und zwar sowohl als Einzelöle als auch als Mischungen:

- **Angst, Wohlfühlen, Schlafen (psychisch wirksame Öle):** Basilikum, Bergamotte, Grapefruit, Kamille römisch, Lavendel, Neroli, Rose, Zedernholz, Zypresse.
- **Immunstimulierend:** Ingwer, Koriander, Lavendel, Niaouli, Oregano, Palmarosa, Patchouli, Ravensara/Ravintsara, Sandelholz, Teebaum, Thymian rot ct. thymol, Vetiver.
- **Wunden (auch Dekubitus):** Eucalyptus citriodora, Kamille blau, Lavendel, Lavandin, Lemongrass, Manuka, Teebaum.
- **Durchblutung, Kreislauf:** Neroli, Rosmarin ct. cineol, Vetiver, Zedernholz.
- **Verdauung:** Dill, Ingwer, Kardamom, Koriander, Mandarine rot, Pfefferminze.
- **Schmerzen:** Basilikum, Lavendel, Patchouli, Pfefferminze, Rosenextrakt, Rosmarin ct. cineol, Tonka, Weihrauch, Wintergrün.
- **Atembeschwerden:** Cajeput, Eucalyptus globulus, Lavendel, Myrrhe, Niaouli, Teebaum, Thymian rot ct. thymol.
- **Geruchsverbesserung:** Eucalyptus citriodora, Geranie, Lavendel, Palmarosa, Rosmarin, Thymian ct. linalool, Weißtanne, Zitrone.

13.2 Atemnot

Siehe auch Kapitel 9.5 (Lungenerkrankungen).

Wirksame Öle Ackerminze, Cajeput, Eucalyptus globulus, Fichte, Grapefruit, Lavendel, Myrrhe, Myrte grün, Neroli, Niaouli, Ravensara/Ravintsara, Teebaum, Thymian rot ct. thymol, Weißtanne, Zedernholz.

Fette Trägeröle Jojobaöl, Olivenöl.

Atemnot 1

Kompresse oder Badeanwendung

Zusammensetzung

Cajeput	2 ml
Weißtanne	2 ml
Zedernholz	1 ml

Verabreichung

Trockene Inhalation über Taschentuch/Kompresse oder als Badeanwendung.

Therapeutische Wirkung

- Entspannend
- Atemerleichternd
- Lungenweitend

Klinische Befunde und Symptome

Atemnot in einer palliativen Situation ist ein häufiges Symptom, auch wenn kein Lungenleiden vorliegt. Alle möglichen auslösenden Faktoren sind noch nicht bekannt. Sie ist für den instabilen Patienten bedrohlich und verursacht große Angst. Ein Teufelskreis beginnt.

Klinische Anwendungen

Von dieser Mischung werden ein oder zwei Tropfen auf ein Taschentuch oder eine Kompresse gegeben. Damit kann der Betroffene dann inhalieren, wobei er selbst die Dauer und den Abstand der Kompresse zur Nase wählt (► Teil II, Kap. 3.3.1).

Erläuterung

Hat ein Patient Atemnot, ist es besonders wichtig, dass die helfende Person Souveränität vermittelt und handlungsfähig bleibt. Begleitend zur Anwendung gängiger Medikamente, wie z. B. Morphin, geben aromapflegerische Maßnahmen dem Patienten Sicherheit und lenken vom Symptom ab. Zudem lindern die etherischen Mischungen oft sehr schnell die Atemnot.

Modifikation

Von dieser Mischung 10 bis 20 Tropfen in 20 ml Milch geben und in einem Gefäß verschütteln. Dies kann für ein Vollbad verwendet werden. Es wirkt lindernd auf das Vegetativum und auch auf die Atemsituation. Der Betroffene muss stabil genug für ein Bad sein und darf keine akute Atemnot haben.

Kommentar der Autoren

Ein Vollbad ist angenehm und wirkungsvoll, aber pflegerisch nicht immer leicht durchführbar. Ein Fußbad ist dagegen leicht anzubieten und hat ähnlich gute Wirkungen.

Atemnot 2

Atemaktivierende Einreibung

Zusammensetzung

Grapefruit	6 Tr.
Niaouli	4 Tr.
Ravensara/Ravintsara	6 Tr.
Rosmarin ct. cineol	4 Tr.
Jojobaöl	50 ml

Verabreichung

Einreibung von Brust und Rücken.

Therapeutische Wirkung

- Atemerleichternd
- Erfrischend und tonisierend
- Schleimlösend und weitend

Klinische Befunde und Symptome

Atemnot mit Schleim- und Sekretbildung.

Klinische Anwendungen

Die Einreibung erfolgt am besten mehrfach täglich in Absprache mit dem Betroffenen. Es können Brust und Rücken, aber auch Hände und Füße eingerieben werden.

Sicherheitshinweise und Kontraindikationen

Der Betroffene muss noch in der Lage sein, den Schleim abzuhusten.

Atemnot 3

Kompressenanwendung

Zusammensetzung

Lavendel	5 Tr.
Olivenöl	ca. 20 ml

Verabreichung

Kompresse zum Auflegen auf die Brust.

Therapeutische Wirkung

- Atemnot lindernd
- Stark entspannend und beruhigend
- Angstlösend
- Schlafanstoßend

Klinische Befunde und Symptome

Atemnot jeder Genese. Häufig sehr wirksam in palliativen Situationen.

Klinische Anwendungen

Zwei Wärmflaschen werden mit heißem Wasser gefüllt. Fünf unsterile Kompressen werden als Stapel mit dem Olivenöl getränkt und in einen Gefrierbeutel gelegt oder in Zelophanfolie gewickelt. Dieses Paket wird zwischen die Wärmflaschen gelegt und für wenige Minuten dort belassen. Dann entnimmt man die Kompressen aus der Folie/dem Beutel und prüft die Wärme. Der ölgetränkte Kompressenstapel sollte sehr warm, aber für die Haut nicht zu heiß sein. Es werden nun fünf Tropfen Lavendelöl daraufgetropft und der Stapel mit dieser Seite auf das Sternum des Patienten gelegt. Abschließend wird die Kompresse mit einem Handtuch abgedeckt. Die Kompresse kann beliebig lange liegen bleiben, da Öl nicht wie Wasser auskühlend wirkt.

Erläuterung

Tatsächlich schlafen viele Patienten nach dieser Kompressenanwendung ein. In der aufkommenden inneren Ruhe führt die Erschöpfung zu einem erholsamen Schlaf. Die Wirkung dieser Kompresse tritt erfahrungsgemäß erstaunlich schnell ein.

Atemnot 4

Beruhigend und angstlösend

Zusammensetzung

Cajeput	3 Tr.
Fichte	5 Tr.
Lavendel	4 Tr.
Neroli	2 Tr.
Rosenextrakt	3 Tr.
Jojobaöl	50 ml

Verabreichung

Einreibung von Brust und Rücken.

Therapeutische Wirkung

- ZNS beruhigend
- Entspannend
- Angstlösend

Klinische Befunde und Symptome

Atemnot mit Angst und Unruhe.

Klinische Anwendungen

Bei Atemnot wird diese Mischung auf Brust oder Rücken einmassiert. Dies hängt auch davon ab, an welcher Stelle man den Patienten am besten erreicht. Auch Einreibungen an Schultern oder Füßen werden als angenehm empfunden und zeigen eine gute Wirkung.

Erläuterung

Gerade bei Atemnot ist es für die helfende Person wichtig, immer handlungsfähig zu bleiben und Sicherheit und Ruhe zu vermitteln. Wenn ein Medikament zur Linderung verabreicht wurde (z. B. Morphin oder Benzodiazepine), kann die Zeit bis zum Wirkungseintritt mit dieser Mischung überbrückt und gelindert werden.

Modifikation

Wenn diese Mischung zu stark duften sollte, kann das Cajeputöl weggelassen und das Fichtenöl um zwei Tropfen reduziert werden.

Atemnot 5

Belebend und weitend

Zusammensetzung

Ackerminze	3 Tr.
Grapefruit	5 Tr.
Myrte grün	4 Tr.
Weißtanne	2 Tr.
Jajobaöl	50 ml

Verabreichung

Einreibung von Brust und Rücken.

Therapeutische Wirkung

- Lungenpflegend
- Schleimlösend
- Krampflindernd
- Weitend

Klinische Befunde und Symptome

Atemnot mit Verschleimung und Husten.

Klinische Anwendungen

Bei aufkommender Atemnot oder präventiv werden Brust und Rücken zwei- bis mehrmals täglich mit dieser Mischung eingerieben.

13.3 Geruchsbekämpfung

Siehe auch Kapitel 10.1.3 (Raumhygiene).

Wirksame Öle Eucalyptus citriodora, Geranie, Lavandin, Lavendel, Lemongrass, Palmarosa, Pfefferminze, Rosmarin (ct. cineol und ct. campher), Thymian ct. linalool, Weißtanne, Zitrone.

Geruchsbekämpfung 1

Stark wirksame Mischung

Zusammensetzung

Lavendel fein	3 Tr.
Rosmarin ct. campher	3 Tr.

Verabreichung

Raumbeduftung über Kompresse.

Therapeutische Wirkung

- Geruchsüberdeckend
- Raumerfrischend
- Desinfizierend

Klinische Befunde und Symptome

Üble Gerüche von Fäkalien, Körpergeruch oder Malodor bei Tumorerkrankungen.

Klinische Anwendungen

Die etherischen Öle werden auf die Kompresse getropft und die Kompresse aufgefaltet im Raum aufgehängt. Je nach Raumgröße können auch zwei bis drei Kompressen verwendet werden. Zuvor und abschließend kann gründlich gelüftet werden.