

Script „Die Kraft der Düfte“ Aromatherapie in der palliativen Begleitung

Manuela Krug
Palliativ Care Pflegefachkraft
Lehrerin f. Pflegeberufe
Aromatherapeutin



Manuela Krug

Inhalte des Tages



Ätherische Öle

Geruchswahrnehmung

Fette Öle,
Hydrolate

Anwendungs-
möglichkeiten

Beispiele:
Palliative Pflege



Manuela Krug

Was ist Aromatherapie



- Anwendung unverfälschter ätherischer Öle als Duftstoffe zur Beeinflussung von Gesundheit und Wohlbefinden



Manuela Krug

Geruchssinn: Emotionale Beteiligung



- „ich kann nicht riechen“
- „sich verduften“
- „mir stinkt’s“
- „hier ist aber dicke Luft“
- „es liegt etwas in der Luft“
- Kinder werden als „Naseweis“ bezeichnet



Manuela Krug

Achecht.de

Bedeutung Geruchssinn



- Orientierungssinn (Tieren)
- Gefahren
- Erinnerungen
- Wecken Emotionen



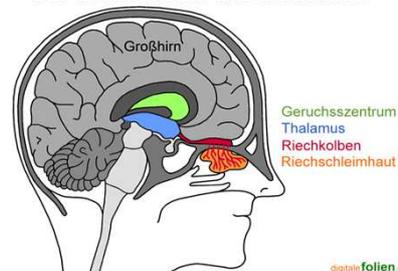
Manuela Krug

Welpen-wissen.de

Der Geruchssinn



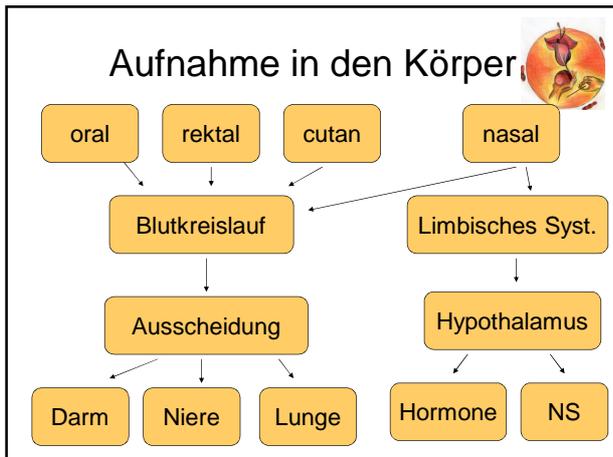
Der Geruchssinn des Menschen



digitalefolien.de



Manuela Krug



- ### Wirkungen:
- Hypothalamus = zentraler Regler für Hormone und zentralen Nervensystem
 - o Grapefruitöl -> Enkephaline -> Schmerzstillung, Wohlgefühl, Euphorie
 - o Jasmin -> Endomorphine -> Schmerzstillend, Euphorie
 - o Rosmarin -> Noradrenalin -> Anregung
 - o Lavendel -> Serotonin -> Wohlbefinden, Schmerzlindernd
- Manuela Krug

- ### Ätherische Öle
- Aus Pflanzendestillation gewonnene ätherische Öle = Seele der Pflanze
 - zur Destillation werden verschiedene Pflanzenteile verwendet
 - o Z.B. Blüten, Samen, Blätter, Wurzeln, Harze,
-
- Manuela Krug

- ### Kostbarkeiten
- Rosenöl
 - 5000 – 8000 kg -> 1 l Öl
 - 30 – 50 Blüten -> 1 Tropfen Öl
 - Melissenöl
 - 7-10 t -> 1 l Öl
-
- Manuela Krug

- ### Qualitätskriterien
- 100 % reines ätherisches Öl
 - lateinische botanische Bezeichnung der Herkunftspflanze
 - Ursprungsland (eindeutiger Staat)
 - Angabe des Pflanzenteils aus dem das Öl gewonnen wurde
 - Exakte Füllmenge in ml oder g
 - Angaben über den Anbau
 - Gewinnungsverfahren
 - Genaue Angaben des Zusatzes und des Mischungsverhältnisses in Prozent bei zähflüssigen Ölen
 - Gegebenenfalls ein Trägeröl in Prozent
 - Die Chargennummer (Kontrollnummer)
- Manuela Krug

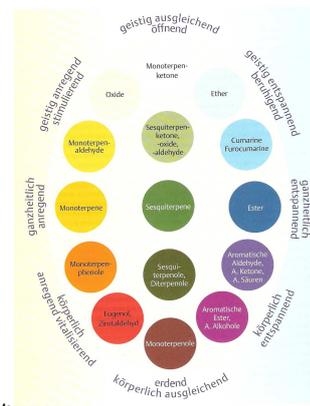
- ### Haltbarkeit von ätherischen Ölen
- Aufbewahrung:
 - Dunkel
 - kühl (ca. 18 Grad C)
 - Angebrochene Flaschen zügig aufbrauchen
 - Zitrusöl -> max. 1 Jahre bei guter Lagerung
 - Kräuteröl -> ca. 2 Jahre bei guter Lagerung
- Manuela Krug

Was können die Öle?



- Immunstimulierend
- Beruhigend
- Entspannend
- Schleimlösend
- Antibakteriell
- Antiviral
- Fungizid
- Entzündungshemmend
- anregend
- Schmerzstillend
- Entkrampfend
- Angstlösend
- Hustenstillend
- Ausgleichend
- Fiebersenkend
- Antidepressiv
- Erheiternd
- hautpflegend

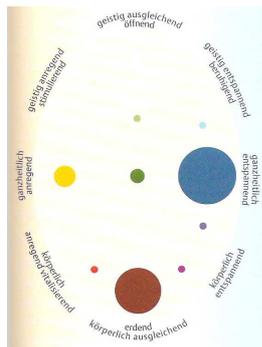
Manuela Krug



Manuela Krug

- Praxis Aromatherapie (M.Werner, R. Braunschweig)

Lavendel fein



- Praxis Aromatherapie (M.Werner, R. Braunschweig)

Anwendungsmöglichkeiten



- Inhalation
 - o Schüssel-Methode 1-2 Tropf in 1/2 l Wasser
- Taschentuch
 - o 1-2 Tropf.
- Feuchte Tücher
 - o 3-5 Tropf.
- Raumspray
- Duftlampen
 - o Erw.: 5-15 Tropf.
 - o Kinder: 1-5 Tropf.



Manuela Krug

Anwendungsmöglichkeiten



- Einreibung
 - o Fertige Körperöle oder Mischungen herstellen lassen
- Bäder
 - o Vollbad 7-12 Tropf. (Erw.)
 - o Kinder 3-7 Tropf.
 - o Teilbad 3-10 Tropf (Erw.)
 - o Emulgatoren (50-100 ml Sahne, Milch, Honig, Salz)
- Waschungen
- Wickel & Auflagen



Manuela Krug

Auswahl der Düfte



- Anamnese
- Symptome, Beschwerden
- Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen
- Die Nase hat immer Recht



Manuela Krug

Personengruppen – Vorsichtig!



- Kinder
- Allergiker
- „Sonnenanbeter“
- Schwangere
- Asthmatiker
- Epileptiker
- Hypertoniker
- Homöopathie



Manuela Krug

Vorsichtig!



- Angelika
- Eisenkraut
- Eukalyptus
- Fenchel (Epileptiker, RR)
- Melisse (SSW)
- Nelkenknospe (SSW, Haut)
- Pfefferminze
- Rosmarin
- Salbei
- Scharfgarbe
- Thymian
- Zimtrinde
-



Manuela Krug

9 Goldene Regeln der Aromatherapie



- Für die zu behandelnde **Person** gilt
 - Je jünger – desto sparsamer
 - Je leichter – desto weniger
 - Je sensibler – desto geringer
 - Je älter – desto häufiger
- Für die **Befindlichkeit** gilt
 - Je größer die Schmerzen – desto mehr Öl
 - Je chronischer die Schmerzen – desto länger die Behandlung
- Für die **Menge** eines ätherischen Öls gilt
 - Je frischer die Note – desto mehr
 - Je kostbarer der Duft – desto sparsamer
 - Je schwerer das Öl – desto weniger

Manuela Krug

I. Stadelmann,
Bewährte Aromamischungen

Palliative Begleitung



Manuela Krug

Was braucht der Mensch?



Beschwerden lindern

- Atemnot
- Übelkeit
- Obstipation
- Schmerzen
-

Liebe,
Geborgenheit,
Aufmerksamkeit
Berührung
Zeit

Manuela Krug

Fall:



- Ein Kind stationäre Chemotherapie
- Entlassung erst nach erfolgreichen abführen
- Seit 1 Woche trotz abführende Maßnahmen kein Stuhlgang.
- Medikamente wie z.B. Opiate, Analgetika, Chemotherapeutika begünstigen Obstipation

Manuela Krug

Möglichkeiten: Obstipation

- „4-Winde“ (Anis, Fenchel, Kardamon, Koriander)
- Weitere Öle sind: Pfefferminze, Basilikum, Ingwer, Pfeffer schwarz, Bitterorange, ...
- Wickel, Bauchmassage, Akupressur

Manuela Krug

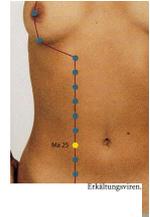
Akupressur - Obstipation

Ma 25 – Torangel des Himmels

- **Wirkung:**
reguliert den Dickdarm, Diarrhoe, Obstipation, Blähungen

Di 4 – Tal des Zusammenschlusses

- **Wirkung:**
reguliert Dickdarm schmerzlindernd,



Bildatlas der Akupunktur
(H.P. Ogal, W. Stör)

Manuela Krug

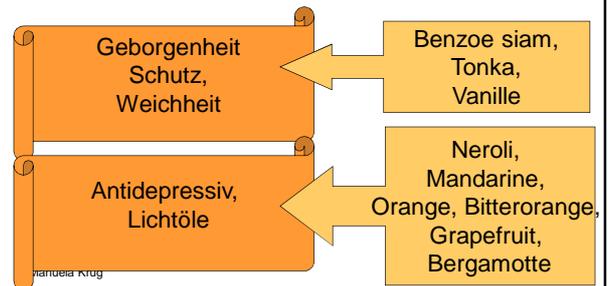
Fall - Angst

- Eine ältere Dame hatte jedes Mal auf den Weg zu einer Untersuchung große Angst vor dem Fortschreiten der Erkrankung.
- Ängste „fressen Seele“
- Die Nähe des Todes ruft häufig Angst, Unsicherheit und Hilflosigkeit hervor

Manuela Krug

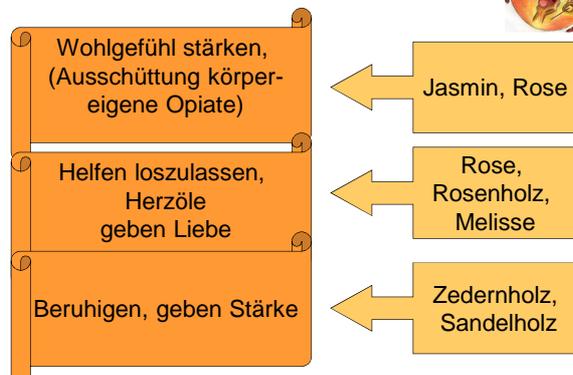
Bewährte Öle

Alle Düfte die jemand liebt,
sollten bevorzugt werden!



Manuela Krug

Bewährte Öle



Manuela Krug

Hautpflege Strahlentherapie

Englische Mischung

- 10% Immortelle, 50% Lavendel, 5% Kamille blau, 5% Scharfgarbe, 10% Weihrauch, 20% Callophyllum
-> 3%iges Badeöl
-> 1%iges Körperöl
- Nach Bestrahlung (Wabner)
 - o 80 ml Johanniskrautmazerat, 20 ml Aloe vera, 20 Tr. Sanddornöl, 35 Tr. Lavendel extra, 25 Tr. Niaouli

Manuela Krug

Hautpflege Strahlentherapie



- Rosalin®
- Strahlenpflegeöl IS
- Sanddornöl (kann auf Schleimhäute pur aufgetragen werden!)
- Aloe vera Ursaft



Fruchtstand des Sanddorns

Manuela Krug

Stinkende Wunden



- Älterer alleinstehender Mann hatte eine stark riechende, nässende Wunde in der Leiste. Er traute sich nicht mehr in sein Stammlokal.

Manuela Krug

Geruchsbinder



- Walddüfte (z.B. Douglasie, Latschenkiefer, Zeder, ...)
- Fertige Mischungen (Waldspaziergang IS)
- Selbst herstellen -> 50 ml Wodka / Korn auf 40 Tropf. Öl in eine Sprühflasche
- Hydrolate (Rose, Lavendel, Pfefferminze, Orangenblüten, ...)
- Honigmischung als Deodorant für Wunden (15 ml steriler Honig, 1 ml Cajeput, 1 ml Zimtrinde, 2 ml Teebaum) Dr. Wabner
- Kielmix®

Manuela Krug

- „Mein Leben, das nun bald sein Ende finden wird, war so interessant und spannend. Ich durchstriefte die Jahre, genoss Regen und Sonne, konnte Kontinente bereisen, träumte von Liebe und Leidenschaft und durfte Glück und Freude erfahren. **Dieser Duft schenkt mir diese Gedanken.**“

- Frau C. im Dezember 2006

Forum Aromatherapie – Pflege – Kultur 30/2007

Manuela Krug



Manuela Krug

Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit



Dosierung:



- 0,5 – 1%ig -> Kindern, Ältere Menschen, Palliative Begleitung, -> tägl. Anwendungen
- 3 – 5%ig -> akute Beschwerden, -> Lokale Anwendungen

Manuela Krug

Literaturangaben:

- Das Maiglöckchen-Phänomen, Hanns Hatt, Piper Verlag
- Die heilende Energie der ätherischen Öle, G. Samel, B. Krähmer, Südwest Verlag
- Praxis Aromatherapie, M. Werner, R. Braunschweig, Haug Verlag
- Pflanzenöle, R. Braunschweig, Stadelmann Verlag
- Aromatherapie für Sie, Eliane Zimmermann, Trias Verlag
- Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe, Eliane Zimmermann, Sonntag Verlag
- Aromatherapie, D. Wabner, C. Beier, Urban & Fischer Verlag
- Aromatherapie, Shirley Price, Hans-Huber Verlag

Manuela Krug