

# Aromapflege für zuhause: Türöffner im Umgang mit Alten und Kranken

geschrieben von Anette von Loewenstern | 1. Dezember 2016



Personalknappheit, Zeitmangel, Ökonomisierung und Effizienzdenken – die Wünsche vieler Kranker und Pflegebedürftiger nach körperlicher, vor allem aber auch menschlich-emotionaler Zuwendung bleiben unerfüllt. Immer mehr Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen versuchen seit Jahren gegenzusteuern, indem sie auf die wohltuende Wirkung ätherischer Öle setzen und diese in konventionelle medizinische Therapien und Versorgungsleistungen integrieren. Über die Nase wahrgenommen, können die naturreinen Pflanzenkräfte Empfindungen positiv beeinflussen, die Psyche stimulieren und Ängste abbauen. Die Bandbreite ihrer körperlichen Wirkungen reicht von entzündungshemmend und schmerzlindernd bis hin zu regenerierend, hautpflegend oder einfach nur wohltuend. Was sich im professionellen Umfeld bewährt hat, steht jetzt auch für die Anwendung zuhause zur Verfügung. Ab sofort sind ausgewählte Aromapflege-Produkte des Bio-Pioniers PRIMAVERA LIFE im Handel erhältlich.

„Ätherische Öle tragen die Kraft der Pflanze in sich, aus denen sie gewonnen werden. Sie wirken wohltuend,

gesundheitsfördernd, pflegend, wecken Erinnerungen und geben Kraft. Was liegt näher, als sie denen an die Hand zu geben, die all das am meisten brauchen: Kranken, Pflegebedürftigen und den Menschen, die sich um sie kümmern“, so Ute Leube, Mitgründerin und Gesellschafterin von PRIMAVERA LIFE. Mit fünf neuen Aromapflege-Produkten – Entspannungsöl bio, Atem-Aktiv-Öl bio, Muskel- und Gelenkmassageöl bio, Hautstärkungsöl bio sowie einem Wegbegleitungsöl – steht die 30-jährige Aromatherapiekompetenz von PRIMAVERA LIFE jetzt auch Endverbrauchern zur Anwendung zur Verfügung.

Denn nach wie vor werden mehr als zwei Drittel der Pflegebedürftigen nicht im Heim, sondern zuhause versorgt – von Familienmitgliedern, Nachbarn oder privaten Hilfskräften, oft bis an die Grenzen der eigenen Belastbarkeit und darüber hinaus. Auch hier spielen die Vorbeugung gegen Infektionen und Folgeerscheinungen von Bettlägerigkeit (wie z. B. Dekubitus) eine wichtige Rolle. Viele Pflegeeinrichtungen haben gute Erfahrungen mit dem Einsatz ätherischer Öle gemacht, deren keimtötende Eigenschaften in Studien vielfach belegt ist. „Vor allem wenn es um resistente Keime geht, sind Aromaöle interessant“, so Ute Leube. „Jede Pflanze hat ihr eigenes Profil. Diese sogenannten Vielstoffgemische sind je nach Erntezeitpunkt, -ort und Klima immer wieder anders beschaffen. Gerade bei multiresistenten Keimen kann dies genützt werden.“ Klassische synthetische Produkte dagegen seien homogen, also immer genau gleich. Bakterien und Viren können ihre Struktur nach einer Weile erkennen und werden resistent. Auch der Medizinische Dienst der Krankenversicherung, kurz MDK, bewertet den Einsatz von Aromapflege positiv. Einrichtungen, die aromatherapeutische Ansätze aktiv in ihre Versorgung einbeziehen, erhalten vom MDK bessere Noten\*.

### **Berührung ist Kommunikation**

Doch auch auf der emotional-psychischen Ebene entfalten naturreine ätherische Öle positive Wirkungen. „Aromapflege ist der Schlüssel, um mit den Kranken oder Pflegebedürftigen in

Berührung zu kommen. Sie öffnet Türen, verschafft Zugang in die Gefühlswelt des Anderen und ist damit eine wunderbare Art der Kommunikation – selbst dann, wenn die Betroffenen selbst nicht mehr sprechen oder sich anderweitig mitteilen können“, berichtet Manuela Euringer, Krankenschwester und Seminarleiterin im Bereich Aromatherapie. Sie schätzt vor allem den ganzheitlichen Ansatz der aromatherapeutischen Arbeit. „Hier ist der Mensch keine Nummer und schon gar keine Diagnose. Er wird als Ganzes wahrgenommen, wertgeschätzt und behandelt. Das stärkt die Selbstwahrnehmung und schenkt Wohlbefinden.“

Auch die britische Pflegewissenschaftlerin Jane Buckle hebt in ihren Veröffentlichungen die Bedeutung der emotionalen Zuwendung hervor. Die Aromapflege erweist sich somit als idealer Schlüssel, um sowohl auf körperlicher als auch psychischer Ebene in Berührung zu kommen.\*\*

Gute Erfahrungen hat Euringer unter anderem mit dem Einsatz von Lavendelöl gemacht. Untersuchungen bestätigen sie. So wurde in einer Placebo-kontrollierten Studie mit dementen geriatrischen Patienten mit Unruhezuständen festgestellt, dass 60 Prozent der Teilnehmer durch Raumbeduftung mit Lavendelöl deutlich ruhiger wurden. In einer anderen Untersuchung hatte Lavendel 55 Prozent der Patienten mit Einschlaf- und Durchschlafproblemen zu besserem Schlaf verholfen. Einer Studie mit Senioren aus dem Jahr 1995 zufolge hat Lavendelöl sogar die gleichen Effekte wie herkömmliche Schlafmittel – nur ohne Nebenwirkungen. Gerade Lavendelöl hat sich als Universalheilmittel bewährt dank seiner beruhigend-entspannenden Wirkung auf Körper und Psyche sowie bei Schmerzen, Spasmen und kleinen Verletzungen unterschiedlichster Art. \*\*\*

### **Aromapflege: Balsam für Körper, Geist und Seele**

Die fünf Aromapflege-Produkte von PRIMAVERA LIFE geben Angehörigen die Möglichkeit, aromatherapeutische Anwendungen

aus dem Klinik- oder stationären Umfeld zuhause fortzuführen – oder diese neu auszuprobieren.

So dient das **Entspannungsöl bio** auf der Grundlage von Wildrosen-, Mandel, Jojoba- und Calendulaöl als beruhigende Hautpflege und Seelenschmeichler. Benzoe, Lavendel, Palmarosa und Mandarine pflegen, lindern Juckreiz, wirken antimykotisch und stärken das Immunsystem. Das Entspannungsöl wirkt außerdem angst- und stresslösend und fördert den Schlaf. Es kann im Rahmen der täglichen Körperpflege, als Zusatz im Waschwasser oder als stresslösende Brust- oder Bauchölaufilage eingesetzt werden.

**Atem-Aktiv-Öl bio** ist dagegen eine vitalisierende Pflegemischung, die mit Rosmarin Cineol, Latschenkiefer, Zeder und Weihrauch körperlich und geistig belebt und kräftigt. Diese ätherischen Öle wirken durchblutungsfördernd, entzündungshemmend, aktivieren den Lymphfluss und lindern die Beschwerden bei Erkältungen und Bronchitis. \*\*\*\*

Das **Muskel- und Gelenkmassageöl bio** lindert akuten Schmerz, wärmt, wirkt entzündungshemmend und krampflosend und wird daher unterstützend zur Mobilisation und Bewegungsförderung eingesetzt. Dazu werden die schmerzenden Muskeln und Gelenke zwei- bis dreimal täglich mit dem Öl massiert.

Speziell für die Pflege besonders belasteter Hautareale, zur Vorbeugung von Druckschäden oder Wundreiben sowie zur Narbenpflege und Hautpilzprophylaxe wurde das **Hautstärkungsöl bio** entwickelt. Nachtkerzen-, Wildrosenöl wirken stark zellregenerierend, Aloe Vera-Öl spendet wertvolle Feuchtigkeit und Sanddornfruchtfleischöl fördert die Regeneration der Haut, besonders nach Bestrahlungszyklen im Rahmen einer Krebstherapie.\*\*\*\*\*

Begleiter in schwierigen Lebensphasen – bei schwerer Krankheit oder in der Sterbebegleitung – ist das **Wegbegleitungsöl**. Über Vernebler, Duftlampe oder -stein in der Raumluft ausgetragen

wirkt es umhüllend, angstlösend, macht Mut und unterstützt das „Loslassen“.

Mehr über die neue Aromapflege von PRIMAVERA LIFE unter

<http://www.primaveralife.com/aromatherapie/gesundheit/aromapflege/>

## **Quellen:**

\* vgl. <http://www.mdk.de/media/pdf/Grundsatzst-Demenz.pdf>

\*\* Buckle, Jane: Clinical Aromatherapy – Essential Oils in Healthcare, Edition 3/2015, Verlag Elsevier.

\*\*\* U.a. Holmes und Hopkins, 2002, Int. Journal of Geriatric Psychiatry , ebenso ausführlich beschrieben in Wabner Dietrich/Beier Christiane (Hrsg.): Aromatherapie – Grundlagen, Wirkprinzipien, Praxis, Urban & Fischer, München 2009, Seite 204 ff.

\*\*\*\* Wabner, Dietrich/Beier Christiane (Hrsg.): Aromatherapie – Grundlagen, Wirkprinzipien, Praxis, Urban & Fischer, München 2009. Die Wirkkräfte der ätherischen Einzelöle sind hier ausführlich beschrieben.

\*\*\*\*\* Steflitsch W./ Wolz D./Buchbauer G. (Hrsg.): Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis, Stadelmann-Verlag, Wiggensbach 2013, Seite 765.

## **UNTERNEHMEN**

Für PRIMAVERA LIFE sind seit 30 Jahren die Liebe zur Natur und der Respekt für Mensch und Umwelt feste Grundsätze in der Unternehmenskultur. Als führender Hersteller und Anbieter von 100 % naturreinen ätherischen Ölen und hochwertiger zertifizierter Bio- & Naturkosmetik bestimmen ökologisches

Denken und nachhaltiges Handeln das durchweg „grüne“ Geschäftskonzept. So zählen internationale CSR-Projekte (= Corporate Social Responsibility) zum festen Bestandteil der Unternehmensphilosophie. Das Traditionsunternehmen mit Sitz in Oy-Mittelberg im Allgäu befolgt ethische Geschäftspraktiken, zahlt Anbaupartnern und Lieferanten faire Preise, unterhält langfristige Beziehungen zu ihnen und unterstützt die Weiterbildungsmöglichkeiten seiner Kooperationspartner mit dem Ziel, die Qualität seiner Produkte ständig zu verbessern.

PRIMAVERA LIFE stellt höchste Ansprüche an die Qualität und Reinheit aller verwendeten Inhaltsstoffe, an die Nachhaltigkeit des Anbaus und der Weiterverarbeitung. Das Unternehmen verwendet Inhaltsstoffe aus vornehmlich kontrolliert biologischem Anbau und unterstützt aktiv 12 biologische Anbauprojekte weltweit, die Artenschutz und Felderwirtschaft betreiben, chemiefreie Schädlingsbekämpfungs- und Düngemittel verwenden und keine Gentechnik einsetzen. Synthetische Zusätze und Mineralöle kommen nicht in Frage. Die naturreinen Rezepturen bestehen aus vorwiegend biologischen Inhaltsstoffen und werden in pflanzengerechten Verfahren ausschließlich mit Lebensmittel-Emulgatoren, pflanzlichen Konservierungsstoffen und natürlichen Duft- und Farbstoffen hergestellt. Alle Rezepturen werden nicht nur direkt am Firmenstandort Oy-Mittelberg entwickelt, sondern auch sämtliche Produkte dort produziert. Um die Ressourcen der Erde zu schonen, sind bei PRIMAVERA die Verpackungen auf ein Minimum reduziert. Wann immer möglich, wird auf Beipackzettel und Umkartons verzichtet.