

# Medizinische Aromatherapie

**DIE AROMATHERAPIE** stellt als spezieller Teil der Phytotherapie ein Bindeglied zwischen konventioneller Medizin und Komplementärmedizin dar und ist darüber hinaus eine der am schnellsten wachsenden Methoden. Im Mai 2011 beginnt der 1. Lehrgang „Medizinische Aromatherapie“.

Redaktion: Dr. Wolfgang Steflitsch

## MEDIZINISCHE AROMATHERAPIE: TRADITION UND WISSENSCHAFT

Der Begriff „Aromatherapie“ wurde 1937 von René-Maurice Gattefossé in seinem Buch „Aromatherapie“ erstmals publik gemacht. Für Gattefossé beruhte die Aromatherapie auf dem Duft von ätherischen Ölen und ihren antimikrobiellen, physiologischen und kosmetischen Eigenschaften. Das Concise Oxford Dictionary benutzte 1995 eine für die Praxis bedeutsamere Definition: Verwendung von aromatischen Pflanzenextrakten und ätherischen Ölen in der Massage und bei anderen Behandlungen.

Vom Sense of Smell Institute (SSI), USA, wird Aromatherapie als Anwendung von aromatischen Substanzen für die Behandlung von physischen und psychischen Beschwerden definiert. Shirley und Len Price, UK, definierten 1993 Aromatherapie als kontrollierte Anwendung von ätherischen Ölen, um durch ihren positiven Einfluss Gesundheit zu erhalten sowie Körper, Geist und Seele zu revitalisieren. Diese Aspekte der Gesundheitsförderung und Krankheitsbewältigung auf körperlicher, geistig-emotionaler und spiritueller Ebene werden von vielen Experten mitgetragen.

Die Aromatherapie ist medizinisch und juristisch ein Teilgebiet der standardisierbaren Phytotherapie, die ihre Medikation bzw. Medikamente in folgenden Prämissen sehen will (PD Jürgen Trottschepe, Berlin, 2002):

- Garantie der Reinheit des Öls durch biochemische Analysen
- Teilweise von Tierversuchen abgeleitete Wirkungsweisen
- Normierte Indikationstabellen
- Wirkungsbeschreibungen durch generalisierbare, statistisch relevante Versuchsreihen bei Testpersonen
- Gewissenhafte Prüfung der Toxizität
- Forschungsschwerpunkt: Pathophysiologie
- Anerkennung emotional-psychischer Wirkungen in neuro- und immunphysiologischem Zusammenhang
- Orientierung des Wirkungs- und Anwendungsspektrums am Krankheitssymptom
- Einbeziehung von erfahrungsheilkundlichen Anwendungsergebnissen

Die Indikationen sind bei fachkundiger aromatherapeutischer Arbeitsweise nicht pauschalierbar, weil die Reaktionsweisen des Menschen zu komplex sind. Deshalb begleitet die Aromatherapeutin bzw. der Aromatherapeut den Heilungsprozess individuell. Die Medizinische Aromatherapie orientiert sich an der Wirkung auf die gesamte Persönlichkeit eines Menschen in ihrem komplexen Zusammenspiel physiologischer, emotionaler, psychischer, mentaler, biographischer, sozialer, religiöser, klimatischer und anderer Faktoren.



© Aromapflege-Handbuch, Verlag Grasl, 2007

Die orale Einnahme von ätherischen Ölen erfordert von Seiten des medizinisch ausgebildeten Aromatherapeuten besondere Kenntnisse und Erfahrungen. Französische Aromatherapeuten lassen bevorzugt Kapseln mit ätherischen Ölen herstellen, die sich je nach Material im Magen, Dünndarm oder Dickdarm auflösen und ihren aromatischen Inhalt freisetzen. Eine interessante Variante ist die Verabreichung von Heilkräuter-Tees mit Honig und einigen wenigen Tropfen ätherischer Öle. Durch den Tee wirken die wässrigen Heilkräfte der Pflanze. Honig besitzt eine ausgezeichnete Eigenwirkung und fungiert in dieser Kombination als Emulgator. Die ätherischen Öle können sicher und zuverlässig zugeführt werden. Indikationen und Kontraindikationen müssen aber strikt eingehalten und Maximaldosen beachtet werden.

## WIRKUNGSEBENEN ÄTHERISCHER ÖLE (SHIRLEY UND LEN PRICE, UK):

- Symptomorientierte Anwendung: direkte und rasche Wirkung auf Organsysteme, vorwiegend bei akuten Notfällen
- Energetische Anwendung: Wirkung auf den Kräftehaushalt des Organismus, vor allem im regenerativen Bereich
- Psychisch orientierte Anwendung: Wirkung auf psychosomatische Muster, vor allem bei chronischen Erkrankungen
- Biographisch orientierte Anwendung: Unterstützung der Entwicklungsfähigkeit des Menschen

Die Aromatherapie mit ihrem Einsatz von qualitativ hochwertigen ätherischen Ölen, fetten Pflanzenölen und Hydrolaten erweist sich in erfahrenen Händen als sichere und zuverlässige komplementärmedizinische Naturheilmethode, die in allen Fachdisziplinen bei vielen Krankheitsbildern alleine oder ergänzend zur Schulmedizin oder anderen komplementärmedizinischen Methoden zur Anwendung kommen kann. Die Aromatherapie öffnet dabei den Blick für die Ganzheitsmedizin und für eine neue Qualität interdisziplinärer Zusammenarbeit mit der verbindlichen Option auf zufriedene und dankbare Patienten und Mitarbeiter in den Gesundheits- und Heilberufen.

## AUF GUTEN, QUALITATIV HOCHWERTIGEN ÄTHERISCHEN ÖLEN BEFINDEN SICH FOLGENDE INFORMATIONEN:

1. deutscher und botanischer Name des in dem Fläschchen enthaltenen Öles
2. Ursprungsland des Öles
3. Pflanzenteil, der destilliert, ausgepresst oder extrahiert wurde und sofern nötig der Chemotyp
4. Gewinnverfahren des Öles
5. bei Extraktion: das verwendete Lösungsmittel und ob das Endprodukt rückstandskontrolliert wurde
6. Anbau: kontrolliert-biologisch (k.b.A.), konventioneller Anbau, Wildsammlung oder kontrollierte Wildsammlung
7. bei zähflüssigen Extrakten (Vanille, Benzoe, Mimose, Tonka) und teuren ätherischen Ölen: die Art des Verdünnungsmittels (Weingeist oder Jojoba) und das Mischverhältnis in %. Auch bei teuren Düften, die mit ähnlichen duftenden, preiswerteren Düften vermischt sind (Rose mit Palmarosa, Melisse und Verbene mit Lemongrass), muss das Mischungsverhältnis erkenntlich sein
8. Füllmenge
9. Chargennummer (ermöglicht Kontrolle mittels Zertifikat), Abfülldatum oder Verfallsdatum
10. Vermerk: „Zur Wohnraumaromatisierung“ oder „Für die Aromapflege/-therapie“
11. Vermerk: „Kindersicher aufbewahren“
12. eventueller Vermerk: „Lichtgeschützt“ und nicht über 30 Grad lagern – feuergefährlich

## ÄTHERISCHE ÖLE WERDEN GEWONNEN AUS:

- Blüten – Lavendel, Kamille, Neroli, Rose, Ylang-Ylang, Mimose
- Fruchtschale – Bergamotte, Clementine, Grapefruit, Limette, Mandarine, Orange, Zitrone
- Früchte – Fenchel, Cardamon, Karotte, Koriander, Kreuzkümmel
- Gras – Citronella, Lemongrass, Palmarosa
- Kraut – Immortelle, Johanniskraut, Minze, Melisse, Rosmarin, Basilikum, Bohnenkraut
- Nadeln – Zeder, Wacholder, Kiefer, Tanne, Fichte
- Holz/Zweige – Rosenholz, Zeder, Sandelholz, Kiefer
- Harze – Weihrauch, Myrrhe, Benzoe
- Rinde – Zimt
- Wurzeln – Liebstöckel, Vetiver, Angelika, Baldrian

## DAS DUALE WIRKPRINZIP DER ÄTHERISCHEN ÖLE

Die meist durch Wasserdampfdestillation gewonnenen ätherischen Öle besitzen einzigartige Eigenschaften, aus denen sich ihre duale Wirkungsweise und die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten ergeben. Durch ihre unmittelbare Wirkung auf Zentren im Gehirn und von dort aus auf Steuermechanismen regulieren sie psychische und physische Vorgänge, wie zum Beispiel einerseits Erinnerungen, Gedächtnis, Motivation, Stimmungen, Kreativität und andererseits über das unwillkürliche vegetative Nervensystem vielfältige Organ- und Stoffwechselfunktionen. Ergänzend zu diesem Wirkprinzip über das Riechen der Duftstoffe entfaltet das „Vielstoffgemisch“ des ätherischen Öles durch seine reichhaltigen Inhaltsstoffe, die rasch in den Körper aufgenommen werden können, auch pharmakologisch seine starken, aber ausgewogenen Wirkungen.

Die in vieler Hinsicht wirksamen ätherischen Öle – entspannend, aktivierend, angstlösend, entzündungshemmend, antimikrobiell, analgetisch, bronchodilatativ, durchblutungsfördernd, pflegend, immunstärkend und vieles mehr – können im Krankenhaus wie auch im niedergelassenen Bereich sehr kosteneffizient verwendet werden, weil unabhängig von der Applikationsart – und da gibt es eine bemerkenswerte Vielfalt, wie zum Beispiel Raumbeduftung, Einreibung, sanfte Massage, Bäder, Wickel, Auflagen, Inhalationen, Balsam, Cremes – jeweils nur wenige Tropfen in einem geeigneten Trägermedium benötigt werden.

In „Medizinischer Aromatherapie“ ausgebildete Ärzte bringen die besten fachlichen Voraussetzungen für eine optimale ganzheitsmedizinische Betreuung und Behandlung mit.

## I. LEHRGANG „MEDIZINISCHE AROMATHERAPIE“

Umfassende Informationen über Grundlagenforschung, klinische Studien und Fallberichte sowie praktische Anwendungen von ätherischen Ölen in den verschiedenen Fachdisziplinen und Spezialgebieten bietet der I. Lehrgang „Medizinische Aromatherapie“, der mit einer Intensivwoche vom 14. bis 21. Mai 2011 im Kloster Laab im Walde in der Nähe Wiens beginnt. Die Österreichische Gesellschaft für wissenschaftliche Aromatherapie und Aromapflege (ÖGWA) übernimmt gemeinsam mit der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPhyt) die Schirmherrschaft über diesen neuen Lehrgang, der speziell für MedizinerInnen konzipiert wurde. Weitere Informationen: <http://www.aroma-med.at> bzw. <http://www.aroma-med.info>.

Zuvor findet am Samstag, den 29. 1. 2011 im Sky-7-Dachgeschoß-Vortragsraum von Astra Zeneca am Schwarzenbergplatz 7 in Wien III ein ganztägiges Symposium der Österreichischen Gesellschaft für wissenschaftliche Aromatherapie und Aromapflege (ÖGWA) über „Neues, Bewährtes und Widersprüchliches aus der Welt der ätherischen Öle“ statt (Information: [www.oegwa.at](http://www.oegwa.at)).

### Informative Links:

Österreichische Gesellschaft für wissenschaftliche Aromatherapie und Aromapflege (ÖGWA): [www.oegwa.at](http://www.oegwa.at)  
Dachverband Österreichischer Ärztinnen und Ärzte für Ganzheitsmedizin: [www.ganzheitsmed.at](http://www.ganzheitsmed.at)  
Wiener Internationale Akademie für Ganzheitsmedizin (GAMED): [www.gamed.or.at](http://www.gamed.or.at)



Dr. WOLFGANG STEFLITSCH  
ÖGWA-Präsident  
[wolfgang.steflitsch@chello.at](mailto:wolfgang.steflitsch@chello.at)

DGKS EVELYN DEUTSCH  
ÖGWA-Vizepräsidentin  
[e.deutsch@aromapflege.at](mailto:e.deutsch@aromapflege.at)



Prof. Dr.  
GERHARD BUCHBAUER  
ÖGWA Vizepräsident  
[gerhard.buchbauer@meduniwien.ac.at](mailto:gerhard.buchbauer@meduniwien.ac.at)