



PFLEGETEAM
KLINIK UND
KURHOTEL
PIRAWARTH

DER LAVENDEL IN DER AROMAPFLEGE

Einschlaf- und/oder Durchschlafstörungen in der rehabilitativen
Pflege neurologischer und orthopädischer Rehabilitationsgäste

1. Einleitung

Nachdem das Pflorgeteam der Klinik und des Kurhotels Pirawarth seit 2004 im Pflegekonzept „Aromapflege“ geschult wird, und bei jedem Gast der Einsatz ätherischer Öle im Rahmen der Pflegeplanung diskutiert wird, haben wir uns im Jahr 2009 entschlossen, unsere Hypothesen in einem kleinen Pflegeforschungsprojekt zu untersuchen.

Methodisch orientierten wir uns an der quantitativen Forschungsmethode.

Wir wählten dazu das ätherische Öl „Lavendel fein“ aus, welches als „... großartiger Helfer in der Kranken- und Gesundheitspflege ...“ beschrieben wird (Buchmayr, B., Deutsch, E., Fink, M. (2007) Aromapflegehandbuch, Grasl Verlag, Pflach).

2. Allgemeines zur Aromapflege in der Klinik und dem Kurhotel Pirawarth

Alle diplomierten Gesundheits- und Krankenpflegepersonen, sowie alle PflegehelferInnen sind von der Pflegeexpertin für Aromapflege DGKS Evelyn Deutsch geschult worden. Neue MitarbeiterInnen werden während ihres ersten Dienstjahres ebenfalls von Frau Deutsch geschult. Somit erreichen wir konstant eine professionelle Durchschulung der MitarbeiterInnen von über 90% und sichern ein Arbeiten auf qualitativ optimalem Niveau.

3. Organisation der Aromapflege in der Klinik und dem Kurhotel Pirawarth

Nach den ersten Schulungen vor sechs Jahren haben wir Richtlinien erstellt, in denen eine einheitliche Vorgehensweise festgelegt wurde. Diese liegen auf allen Pflegestationen und in allen Arztzimmern der Klinik und des Kurhotels auf, werden jährlich evaluiert und vom ärztlichen Direktor und der Pflegedirektorin zur Freigabe unterzeichnet.

Derzeit setzen wir, wie in den Richtlinien festgelegt, die ätherischen Öle Lavendel fein, Orange, Rosengeranie, Zitrone, Rosmarin-Cineol und Majoran auf unseren neun Pflegestationen ein.

Außerdem verwenden wir das Entspannungsöl und das Intertrigoprophyllaxenöl aus der Aromapflegeserie von Frau Deutsch.

Alle Inhaltsstoffe der verwendeten Aromaöle sind ausnahmslos aus kontrolliert biologischem Anbau oder aus kontrollierter Wildsammlung. Es sind keine synthetischen Konservierungs-, Farb- und Duftstoffe, sowie keine Rohstoffe auf Mineralölbasis enthalten.

4. Hypothese

Wir vermuteten, dass eine Raumbeduftung mit dem ätherischen Öl „Lavendel fein“, eine positive Auswirkung auf die verbreitete Problematik der Einschlaf- und/oder Durchschlafstörungen hat.

Des Weiteren vermuteten wir, dass wir unseren Gästen eine komplementäre Pflegemethode näher bringen würden, die im häuslichen Bereich weiter angewendet werden könnte.

5. Untersuchung

Die Untersuchung fand auf einer Pflegestation der Klinik und des Kurhotels Pirawarth statt. Die Klinik Pirawarth, 15 Kilometer nordöstlich von Wien gelegen, ist ein Rehabilitationszentrum, eine Sonderkrankenanstalt für Neurologie und Orthopädie mit 234 Betten. Das Kurhotel, mit dem Schwerpunkt der Prävention, hat 72 Betten.

Im Pflegeteam sind derzeit 90 Pflegepersonen auf 9 Pflegestationen beschäftigt.

5.1 Planung der Untersuchung

Wie bereits in der Einleitung beschrieben, haben wir uns entschlossen, die Wirkung von ätherischem Lavendelöl zur Verbesserung der Schlafqualität beziehungsweise des Schlafverhaltens, durch die Abendanwendung von einem Tropfen „Lavendel fein“ auf einem Aromastein zur Raumbeduftung, zu erforschen.

Buchmayr, Deutsch und Fink beschreiben in ihrem Aromapflegehandbuch die schlaffördernde körperliche Wirkung des Lavendels und die harmonisierende, beruhigende, entspannende, tröstende und ausgleichende psychische Wirkung (Buchmayr, B., Deutsch, E., Fink, M. (2007) Aromapflegehandbuch, Grasl Verlag, Pflach).

Bei der Form der Datenerhebung haben wir uns für eine mündliche Befragung anhand von drei Fragen entschieden.

Wir formulierten folgende Fragen:

1. *„Hat sich ihr Schlafverhalten seit der Raumbeduftung mit Lavendelöl verändert?“*
2. *„Wie empfinden sie den Duft des Lavendelöls?“*
3. *„Werden sie zu Hause die Raumbeduftung fortführen?“*

5.2 Datenerhebung

Während des gesamten Jahres 2009 wurden alle Gäste einer Pflegestation (n=111), die im Laufe ihres Aufenthaltes Lavendelöl zur Raumbeduftung am Abend erhielten, nach einem Tag, dann wöchentlich und vor ihrer Entlassung, befragt.

5.3 Datenauswertung - Untersuchungsergebnisse

Die Datenauswertung der beiden Fragen wurde am Jahresende mittels zuordnen und zählen der einzelnen Antworten durchgeführt.

Ergebnisse:

- 81 Gäste (= 73%) empfanden den Duft angenehm und verspürten eine Besserung ihrer Einschlaf- beziehungsweise Durchschlafstörung.
- 28 Gäste (= 25%) empfanden den Duft unangenehm oder zu intensiv und brachen die Behandlung ab.
- 45 Gäste (= 55,5%) berichteten, dass sie die Anwendung mit Lavendelöl zu Hause fortführen werden.
- 2 Gäste (= 2%) konnten aufgrund eines vorzeitigen Abbruchs des Rehabilitationsaufenthaltes nicht zur Wirkung befragt werden.

6. Diskussion der Ergebnisse und Ausblick

Zusammengefasst stellen wir fest, dass 73% unserer Gäste eine Verbesserung der Schlafqualität oder des Schlafverhaltens bei der täglichen Anwendung von Lavendelöl erfahren haben.

55,5% unserer Gäste waren am Ende ihres Rehabilitationsaufenthaltes nachhaltig beeindruckt und gaben an, die Raumbeduftung zu Hause fortzuführen.

Auffallend war für uns die Reaktion auf den Duft des Lavendelöls. Ausnahmslos alle Gäste, die den Duft angenehm erlebten, stellten auch eine Verbesserung ihrer Schlafqualität fest.

Auf der anderen Seite ließ sich kein Gast, der den Duft unangenehm oder zu intensiv empfand, auf die Raumbeduftung ein.

Die erhobenen Zahlen bestätigen und motivieren uns in unserem weiteren Tun sehr. In der Klinik und dem Kurhotel Pirawarth ist die Aromapflege eine anerkannte komplementäre Pflegemethode und ein fester Bestandteil unserer professionellen Pflege.

7. Literatur

Buchmayr, B., Deutsch, E., Fink, M. (2007) Aromapflegehandbuch, Grasl Verlag, Pflach

8. Titelbild (Lavendelblüten)

Lizenz zur Nutzung gekauft bei: www.istockphoto.com