

# F · · R · U · M

Schwerpunkt: Wissenschaft und Pflege



Aromapflege –  
ein wertschätzendes Argument  
in der Palliativpflege

Aromaprodukte –  
der Patient im Mittelpunkt  
der Anwendung

Aromatherapie/-pflege –  
Rechtssicherheit am Krankenbett

Aromatherapie: Ergebnisse aus der Pflegeforschung

Schweißfüße – was tun?

Pflanzenöle plus Heilpflanzen: Mazerate

# Fachzeitschrift F·O·R·U·M

Gesammeltes Fachwissen zu ätherischen Ölen von 1992 bis heute

## Die F·O·R·U·M bietet folgende Themen:

- Aromatherapie, Aromapflege und Aromakultur
- Erfahrungsberichte aus der Praxis
- Aktuelles aus der Wissenschaft
- Berichte zu Anbau und Herstellung
- Schmackhaftes aus der Aromaküche
- Interessantes aus der Presse

Insgesamt wurden 53 Titel herausgegeben, davon sind viele noch erhältlich.

Vergriffene Ausgaben erhalten Sie

- als PDF-Datei (Download).
- ausgedruckt als Spiralbindung.

## Wie und wo bekommen Sie die F·O·R·U·M?

- Als Mitglied des Vereins FORUM ESSENZIA e.V. kostenlos.
- Werden Sie Abo-Kunde!
- Für Ihre Praxis, Ihre Firma, Ihren Laden erhalten Sie Wiederverkäuferrabatte.



Titelthemen, Leseproben und die vollständige Artikelübersicht jeder Ausgabe (1992 - 2019) sowie das Direkt-Bestellformular für Zeitschrift oder eBook(-Version) finden Sie unter:

[www.forum-essenzia.org](http://www.forum-essenzia.org)

## Bestellung:

[www.forum-essenzia.org/zeitschrift](http://www.forum-essenzia.org/zeitschrift)

Vertrieb: [www.stadelmann-verlag.de](http://www.stadelmann-verlag.de)

Mitglieder können die digital verfügbaren Ausgaben (ab F·O·R·U·M 29) vergünstigt zum Selbstkostenpreis beziehen, Zugang über den Mitgliederbereich der Homepage.

F·O·R·U·M bereits ab Ausgabe 29 auch digital verfügbar!



## Fachliteratur gesucht?

Als Vertriebspartner der Zeitschrift F·O·R·U·M hilft Ihnen der Stadelmann Verlag auch bei der Suche nach internationaler Fachliteratur!

**Tipp:** Tisserand, Essential Oil Safety erhalten Sie versandkostenfrei bei [www.stadelmann-natur.de/buecher](http://www.stadelmann-natur.de/buecher)

## Liebe Leserin, lieber Leser,

die Bedeutung professioneller Pflege nimmt in Deutschland aufgrund der steigenden Lebenserwartung stetig zu. Waren 2018 rund 3,7 Mio. gesetzlich Versicherte pflegebedürftig (Quelle: BMG), so wird für das Jahr 2030 mit 4,6 Mio. Pflegebedürftigen gerechnet (2050: 5,9 Mio.).

Unter dem Motto „Aus der Pflege für die Pflege“ fand am 24. und 25. März dieses Jahres der Kongress in Würzburg statt. Die Initiative dazu ging von der Evangelischen Hochschule Ludwigsburg aus, organisiert wurde diese Veranstaltung von FORUM ESSENZIA e.V. Die Referentinnen und Referenten aus der Grundlagen-, Anwendungs- und Pflegeforschung boten ein breites Spektrum an Themen; viele dieser Vorträge haben wir für Sie als Artikel in diesem Heft zusammengefasst.

Wie wertvoll der Einsatz ätherischer Öle in der Palliativpflege ist – nicht nur für Patienten, sondern auch für Angehörige – zeigt Birgit Schneider (S. 4). Der Mensch steht im Mittelpunkt jeder aromapflegerischen Anwendung, so Ingeborg Stadelmann. Dazu ist eine professionelle interdisziplinäre

Zusammenarbeit unabdingbar (S. 7). Rechtssicherheit am Krankenbett steht zunehmend im Fokus. Näheres dazu von den Rechtsanwälten Thomas Forster, Marc Sieper und Stephanie Reinhart (S. 11). Einblicke in die Grundlagenforschung lieferte Martin Gruhlke (S. 14).

Wissenschaftliche Studien und Daten können überzeugende Argumente für die Anwendung und Verbreitung von Aromatherapie und -pflege liefern. Welchen wichtigen Beitrag dazu die Pflegeforschung und -wissenschaft leisten, referierten anschaulich Sandra Bensch (S. 17), Therese-Charlotte Daumiller (S. 21) und Peter Schiffer (S. 24).

Über weitere Kongress Themen und die ebenfalls stattgefundenen Workshops, Stichwort Skilllabs, berichten wir in unserer nächsten F·O·R·U·M-Ausgabe.

Die diesjährige Heilpflanze ist das Johanniskraut. Gisela Hillert liefert einen Überblick über diese vielseitige Pflanze ab S. 26. Ein Thema, insbesondere auch in den Sommermonaten: Schweißfüße. Was dagegen hilft: ein Fußdeospray von Anne Liebetrau (S. 29).

Mazerate gewinnen wieder an Bedeutung; die gebräuchlichsten stellt Ruth von Braunschweig vor (S. 32). Duft als Teil eines Kunstprojekts? Mehr dazu von Beate Nagel ab S. 36. Duftende Grüße aus Spanien schickt uns Annette Kolbe (S. 38), Volkmar Heitmann weilt uns in die Saalbeduftung ein (S. 40) und Gabriele Fernsebner liefert Anregungen aus der Aromaküche (S. 41).

Außerdem berichten wir über die 33. Jahrestagung der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (S. 45), das Frühjahrssymposium der Österreichischen Gesellschaft für wissenschaftliche Aromatherapie und Aromapflege (S. 48) und das Dreiländersymposium (S. 50).

Eine anregende Lektüre und einen schönen Sommer wünscht Ihnen Ihre F·O·R·U·M-Redaktion



Ingeborg Stadelmann



Dr. Christina Hardt

## Inhalt

<b>Kongressbeiträge</b>	Aromapflege – ein wertschätzendes Element in der Palliativpflege, <i>Birgit Schneider</i> . . . . .	4
	Aromaprodukte – der Patient im Mittelpunkt der Anwendung, <i>Ingeborg Stadelmann</i> . . . . .	7
	Aromatherapie/-pflege – Rechtssicherheit am Krankenbett, <i>Thomas Forster, Marc Sieper und Stephanie Reinhart</i> . . . . .	11
	Komplementäre Anwendungen – von der Grundlagen- zur Anwendungsforschung, <i>Martin Gruhlke</i> . . . . .	14
	Aromatherapie: Ergebnisse aus der Pflegeforschung, <i>Sandra Bensch</i> . . . . .	17
	Aromapflege auf der Intensivstation, <i>Therese-Charlotte Daumiller</i> . . . . .	21
	Aromapflege und Forschung: Mögliche Wege zu Evidenz(en), <i>Peter Schiffer</i> . . . . .	24
<b>Aromawissenschaft</b>	Johanniskraut – Heilpflanze des Jahres 2019, <i>Gisela Hillert</i> . . . . .	26
<b>Aromatherapie</b>	Schweißfüße – was tun? <i>Anne Liebetrau</i> . . . . .	29
<b>Pflanzenöle</b>	Pflanzenöle plus Heilpflanzen: Mazerate, <i>Ruth von Braunschweig</i> . . . . .	32
<b>Aromakultur</b>	Das FRANCISCUS-Parfum: Duft als Teil eines Kunstprojekts, <i>Beate M. T. Nagel</i> . . . . .	36
	Duftende Urlaubsüberraschung an der Costa Brava, <i>Annette Kolbe</i> . . . . .	38
	So füllt man Säle – mit Duft, <i>Volkmar Heitmann</i> . . . . .	40
	Aus der molekularen Trickkiste – ein himmlisches Dufterlebnis, <i>Gabriele Fernsebner</i> . . . . .	41
<b>Recht</b>	Beratung und rechtliche Fragen, <i>FORUM ESSENZIA e.V.</i> . . . . .	42
<b>Kongressberichte</b>	Ätherische Öle und ihr therapeutisches Potential, <i>Gisela Hillert</i> . . . . .	45
	ÖGwA-Frühjahrssymposium 2019 „Dem Duft auf der Spur“, <i>Gerhard Buchbauer</i> . . . . .	48
	Von der „Urkraft der Natur“, <i>Eva Heuberger</i> . . . . .	50
<b>Duft-Splitter</b>	aufgelesen von Johanna Bauer . . . . .	52
<b>Nachruf</b>	Zum Tod von Prof. Dr. Dr. Dietrich Wabner . . . . .	53
<b>Information</b>	Neues von FORUM ESSENZIA e.V. . . . .	54

# Aromapflege – ein wertschätzendes Element in der Palliativpflege

**Jeder Mensch wird im Laufe seines Daseins mit gravierenden Veränderungen oder schmerzlichen Begebenheiten konfrontiert und durchlebt die Trauer, die solche Ereignisse mit sich bringen. Gerade im Palliativbereich, also am Ende des Lebens, spielen diese Themen eine besonders große Rolle, dann kann Aromapflege eine große Hilfe und Unterstützung sein.**

Palliative Care – zusammengesetzt aus dem lateinischen Wort „pallium“ für Mantel und dem englischen Wort „care“ für Pflege – steht für die umfassende Behandlung von Patienten und Patientinnen, wie sie auch das Pflegeteam der Palliativstationen I und II im Würzburger Juliusspital jeden Tag aufs Neue leistet. Diese „umhüllende“ Art der Pflege schließt die Angehörigen ebenso mit ein.

Die Menschen werden in den verschiedensten Phasen ihrer Erkrankung auf der Palliativstation aufgenommen. Im Wesentlichen werden vier Phasen unterschieden. In der *supportiven Phase* benötigen die Patienten Unterstützung während ihres Behandlungsprozesses, um beispielsweise eine Verbesserung bei Übelkeit oder bei Erbrechen zu bewirken, Verdauungsstörungen zu lindern oder eine Stabilisierung der Psyche zu erlangen. In der *rehabilitativen Phase* können die Betroffenen trotz fortschreitender Erkrankung noch ein relativ normales Leben führen. Diese Patienten stehen oftmals noch im Arbeitsleben und kommen meist zur Optimierung der Schmerzeinstellung in die Klinik. In den letzten Tagen ihres Lebens dagegen, der *Terminalphase*, leiden die Patienten unter einer hohen Symptomlast. Sie bedürfen erheblicher Unterstützung, aber auch die Angehörigen müssen eingebunden und entlastet werden. Die letzten Stunden, die *Finalphase*, ist oft von Atemnot, starken Schmerzen, motorischer Unruhe und Schlafstörungen geprägt. Hier geht es vor allem darum, ein menschenwürdiges Sterben zu ermöglichen. Die Angehörigen, die oft die Patienten zuvor zu Hause betreut haben, fühlen sich dann nicht selten am Ende ihrer Kräfte und brauchen ebenfalls Hilfe, um das Kommende mittragen zu können.



*Pflegende Hände – eine Wohltat für Körper und Seele.*

## Palliative Care im Wandel

In den letzten Jahren hat sich die Arbeit im Palliativbereich sehr stark verändert. Immer mehr entsprechend ausgebildete Allgemeinärzte und -ärztinnen versuchen zusammen mit ambulanten oder spezialisierten Teams, die Menschen zu Hause zu versorgen. Wenn dies aber aus den verschiedensten Gründen nicht möglich ist, werden die Patienten auf der Palliativstation aufgenommen. Oftmals sind es dann leider nur noch Stunden oder Tage, die ihnen geschenkt sind.

Die Sterblichkeitsrate auf den Palliativstationen des Juliusspitals liegt bei ca. 80%. Wer einen Menschen in dieser schweren Phase unterstützt hat, der weiß um die persönlichen Herausforderungen an das Team und die Angehörigen.

Einer der Gründe für diese hohe Rate ist die demografische Entwicklung. Die Patienten und Patientinnen werden immer älter. Diagnosen mit Zweit- oder Drittmalignomen sind keine Seltenheit, neurologische, gerontopsychiatrische Erkrankungen oder Altersgebrechen sind dabei oft nur Nebenbefunde. Auch haben sich die Familienkonstellationen stark verändert. Es gibt keine Großfamilien mehr, stattdessen nimmt die Zahl der Einzelhaushalte und mit ihnen die Vereinsamung ständig zu. All diese Faktoren ergeben in der Summe einen erhöhten Zeitbedarf, um die Patienten

professionell zu versorgen. Allerdings richtet sich der Stellenbedarfsplan nur nach der Anzahl der Betten. Somit ist es eine der größten Herausforderungen für jedes Palliativteam, zum einen den Ansprüchen einer umfassenden Pflege gerecht zu werden und zum anderen dabei selbst gesund zu bleiben.

## Ein ganzheitliches Konzept

Um herauszufinden, was die Patienten und Patientinnen wünschen oder was sie bedrückt, welche körperlichen oder psychischen Probleme sie haben, findet auf der Palliativstation im Juliusspital immer ein Aufnahmegespräch statt. Dazu gehören auch die Fragen: „Was erhoffen Sie sich von der Aufnahme auf unserer Palliativstation? Was erwarten Sie von uns? Was können wir zur Verbesserung Ihrer Situation und Ihrer Lebensqualität beitragen?“ Die Patienten, die in den Kliniken oder Arztpraxen in der Regel nur immer nach Symptomen befragt werden, reagieren zunächst meist mit Erstaunen und dann brechen sich die Emotionen Bahn. Tränen, Zorn, Trauer entladen sich in Äußerungen wie z.B.: „Ich bin wütend. Ich wünsche mir mehr Ehrlichkeit!“ – vor allem, wenn die Patienten gerade frisch von der onkologischen Station kommen. Oder: „Ich empfinde alles nur noch als Schmerz und Leid und will, dass das aufhört!“, „Ich möchte meine Familie nicht belasten.“, „Ich möchte in Würde gehen

# Ätherische Öle und ihr therapeutisches Potential

Die 33. Jahrestagung der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP/SSPM) fand am 22. November 2018 statt. Zum Thema „Ätherische Öle und ihr therapeutisches Potential“ berichteten viele namhafte Referenten in spannenden Vorträgen aus Praxis und Forschung ihrer unterschiedlichen Fachgebiete.

Zum Auftakt berichtete Prof. Dr. Dr. Hanns Hatt neben seinen bereits vielfältig publizierten Arbeiten zur Entschlüsselung nasaler menschlicher Riechrezeptoren insbesondere von neuesten Forschungsergebnissen zu extranasalen Riechrezeptoren. In allen menschlichen Geweben wurde inzwischen das Vorkommen von Riechrezeptoren mit gewebespezifischem Verteilungsmuster nachgewiesen. Durch neu entwickelte Techniken, wie dem Next Generation Sequencing (NGS), und mithilfe spezifischer Antikörper gegen einzelne Rezeptoren lassen sich immer differenziertere Erkenntnisse zu extranasalen olfaktorischen Rezeptoren und deren biochemischen Aktivitäten gewinnen. Für ca. 30 verschiedene menschliche Gewebe konnten für einzelne Riechrezeptoren bereits physiologische Funktionen gezeigt werden. So führt z.B. die Aktivierung des Sandelholzrezeptors in Keratinozyten zu einer Wachstums- und Migrationssteigerung und einer Beschleunigung der Wundheilung. Die Aktivierung des Rezeptors für Amylbutyrat, einem fruchtigen Duft, führt in den glatten Muskelzellen der Bronchien zu einer kompletten Erschlaffung. Besonders interessant ist die Erkenntnis, dass häufig einzelne dieser Riechrezeptorproteine hoch exprimiert in Krebsgewebe gefunden werden. Sie können damit als frühe diagnostische Marker dienen, wie z.B. der im Prostatakarzinom hoch exprimierte Rezeptor PSGR (OR51-E1).

Es konnte bei allen untersuchten Tumorarten (Prostata, Darm, Blase, Leber, Lunge) durch Aktivierung der Riechrezeptoren mit dem entsprechenden Duft eine Proliferationshemmung und meist auch eine Migrationshemmung nachgewiesen werden. Dies eröffnet neben innovativen Diagnosemöglichkeiten auch eine gezielte therapeutische Anwendung.



Tagungsleiter Beat Meier mit den Referenten Gerda Dorfinger aus Wien und Matthias Melzig aus Berlin (v. l. n. r.).

## Ätherische Öle und Antibiotika

Prof. Dr. habil. Matthias F. Melzig stellte in seinem Vortrag unter dem Motto „Zusammen geht es besser“ die Synergie ätherischer Öle und Antibiotika in der antimikrobiellen Therapie heraus. Dabei unterstrich er besonders den Beitrag zur Lösung der Resistenz-Problematik. Ätherische Öle beeinflussen als Multi-Target-Wirkstoffe unspezifisch eine Vielzahl an Stoffwechselfvorgängen und biologischen Strukturen von Mikroorganismen. Diese Breitspektrum-Wirkung macht die Entwicklung von Resistenzen gegenüber ätherischen Ölen als Naturstoffen unwahrscheinlich. Zudem, so Melzig, kann man solche antiinfektiven Naturstoffe unter evolutionär-ökologischen Aspekten als „biologisch geprüfte und optimierte Substanzen“ ansehen, deren Potential das Ergebnis einer langen Entwicklungszeit ist. Ein zusätzlicher bedenkenswerter Aspekt ist die biologische Abbaubarkeit von Naturstoffen gegenüber chemisch-synthetischen Antiinfektiva. Ein 0,5%iger Oreganoöl-Zusatz zu einer Seifenbasis weist laut Untersuchungen die gleiche Effizienz gegenüber *Salmonella typhi*, *Escherichia coli*, *Staphylococcus aureus* sowie *Listeria monocytogenes* auf wie das umweltproblematische Triclosan. Die Anwendung ätherischer Öle kann extern oder intern erfolgen, ihre Bioverfügbarkeit ist aufgrund der hohen Lipophilie auch in Kör-

perhöhlen sehr gut. Dabei schneiden viele ätherische Öle im Vergleich mit chemischen Antiinfektiva in Bezug auf ihre geringere Toxizität und weniger unerwünschte Begleiterscheinungen günstig ab, wozu eine Reihe klinischer Untersuchungen auch zu multiresistenten Erregern vorliegt. Besonders die Biofilmbildung lässt sich wirksam beeinflussen, z. B. durch Thymian-, Rosmarin- oder Korianderöl. Experimentelle und klinische Untersuchungen weisen einen therapeutisch relevanten Synergismus von Antibiotika und ätherischen Ölen nach und bestätigen seine Effizienz. Dieser Synergismus hilft nicht nur in der Therapie Antibiotika einzusparen und die Ausbildung von Resistenzen zu verhindern, sondern kann auch zur Reduktion von chemischen Konservierungsmitteln in Kosmetika und Lebensmitteln beitragen.

## Mikrobiologische Diagnostik

Dr. Gerda Dorfinger, Fachärztin für Medizinische und Chemische Labordiagnostik und Zytodiagnostik und Präsidentin der ÖGwA, erläuterte in ihrem Vortrag „Mikrobiologische Diagnostik in der Aromatherapie“ die Testmethoden Aromatogramm (Agardiffusionstest) und Reihenverdünnungstest (Bouillon Dilutionsmethode) mit deren jeweiligen Möglichkeiten und Grenzen. Die Wirksamkeit ätherischer Öle ist nicht nur von der Keimart, sondern auch

# Leitfaden

Aromatherapie · Aromapflege · Aromakultur

## Der Leitfaden

- erklärt in prägnanter Form die verschiedenen Anwendungsbereiche,
- stellt die rechtlichen Rahmenbedingungen vor,
- liefert Definitionen zum ätherischen Öl, fetten Pflanzenöl, Mazerat und Hydrolat,
- ermöglicht einen schnellen Überblick, worauf beim Einkauf zu achten ist,
- zeigt die rechtliche Zuordnung von ätherischen Ölen als Arzneimittel, Medizinprodukt, Kosmetikum, Bedarfsgegenstand und Lebensmittel,
- beinhaltet auf vier übersichtlichen Seiten Musteretiketten, die beim Einkauf von Aromaprodukten eine klare Zuordnung ermöglichen, um welches Produkt es sich handelt.

## Wichtig!

Andere Etikettierungen von ätherischen Ölen oder Mischungen daraus, deren Deklaration also nicht übereinstimmt mit den Abbildungen und dennoch angeboten werden, entsprechen nicht der EU-Deklarationsvorschrift und sind somit weder für den Therapeuten noch den Anwender rechtlich zuzuordnen. Es besteht die Gefahr einer falschen Anwendung aufgrund ungenügender Deklaration, wenn z. B. ein Kosmetikum als Arzneimittel verwendet wird. Im Haftungsfall bieten solche Produkte keine Sicherheit! Machen Sie regen Gebrauch von dieser Broschüre und werden Sie damit zum Verteiler von Wissen. So können alle dazu beitragen, Kollegen, Kunden, Seminarteilnehmer, Nachbarn, Schüler und Studenten darüber aufzuklären, was Aromatherapie, Aromapflege und Aromakultur darstellen und welche Produkte wie und wann gesetzlich konform angewendet werden können.



Bestellungen gegen Spende:  
post@forum-essenzia.org

Kostenloser Download:  
www.forum-essenzia.org

➔ [www.forum-essenzia.org](http://www.forum-essenzia.org)

*Diese Informationsschrift ist ein Gemeinschaftsprojekt, das von Forum Essenzia e.V., der ÖGwA, der Akademie der Düfte sowie PsychAroma herausgegeben wird und entsprechende Hinweise für Österreich enthält.*

## F·O·R·U·M

### Aromatherapie · Aromapflege ·

**Aromakultur** ist offizielles Mitteilungsorgan des Vereins FORUM ESSENZIA e.V., gemeinnütziger Verein für Förderung, Schutz und Verbreitung der Aromatherapie, Aromapflege und Aromakultur.

**Auflage:** 3000 Stück

**Preis:** 15,- Euro

**ISSN:** 1863-656X

### FORUM ESSENZIA e.V.

Nesso 8 · 87487 Wiggensbach

Telefon +49 83 70/4 23 99 91

E-Mail: post@forum-essenzia.org

Bankverbindung:

Raiffeisenbank Kempten - Oberallgäu eG

IBAN: DE 71 7336 9920 0000 6066 42

BIC: GENODEF1SFO

### Redaktion

Ingeborg Stadelmann, Wiggensbach

Dr. Christina Hardt, Stuttgart

Johanna Bauer, Raubling

E-Mail: redaktion@forum-essenzia.org

### Anzeigen

Thomas Stadelmann

E-Mail: anzeigenservice@forum-essenzia.org

### Gestaltung und Satz

Druckerei X. Diet, Altusried

[www.druckerei-xdiet.de](http://www.druckerei-xdiet.de)

### Druck

Uhl-Media GmbH, Bad Grönenbach

Diese Ausgabe wurde mit mineralölfreien Druckfarben auf chlorfrei gebleichtem Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft gedruckt.

### Bildnachweis

Volkmar Heitmann: Titelbild, S. 40

Birgit Schneider: S. 4

Stadelmann Verlag: S. 6-9, 14, 21 oben,

26 unten, 29, 30, 34, 35, 39 re. oben und

Mitte unten

Thomas Forster: S. 12

Gabriele Fernsebner: S. 15, 32, 41

Therese-Charlotte Daumiller:

S. 21 unten

Johanna Köppl: S. 22, 33, 37

Monkey Business - stock.adobe.com:  
S. 24

Gisela Hillert: S. 26 oben, 27, S. 39 li. oben

Beate Nagel: S. 36

Annette Kolbe: S. 38, 39 li. und re. unten

SMGP: S. 45

ÖGwA: S. 49

WADI: S. 53

Das Titelbild stammt vom Pflegekongress, der im März in Würzburg stattgefunden hat. Zu sehen sind Ingeborg Stadelmann, Simone Ries und Peter Schiffer (v.l.n.r.) im gut besetzten Vortragssaal.

**ERRATUM:** In der F·O·R·U·M-Ausgabe 52/2018 wurde das Bild auf S. 35 fälschlicherweise dem Stadelmann Verlag zugeordnet. Tatsächlich ist der Urheber des Fotos die **Wickel & Co. GmbH**. Wir bitten das Versehen zu entschuldigen.



# F·O·R·U·M ESSENZIA

VEREIN  
FÜR FÖRDERUNG, SCHUTZ UND  
VERBREITUNG DER AROMATHERAPIE,  
AROMAPFLEGE, AROMAKULTUR  
e.V.

