

# **Aromapraxis in der Gerontopsychiatrie**

Sonja Schock-van Os, Fachkraft für Gerontopsychiatrie,  
Aromatherapeutin

# Ursprung der Aromapraxis

- Aromatische Pflanzen und Öle als Räucherwerk und Kosmetika werden bereits seit Jahrtausenden zu medizinischen Heilzwecken eingesetzt.
- 6. Jahrhundert n.Chr. Klostermedizin der Benediktinermönche
- Hildegard von Bingen schrieb zu ihren Lebzeiten die Physika der Aromapflanzen

# Gründe für den Einsatz heute

- Alternative Methoden gewinnen immer mehr an Bedeutung
- Neue wissenschaftliche Erkenntnisse und Studien
- „Alte“ Methoden und Kenntnisse werden wieder aktiviert
- Pflegekräfte wollen selbst aktiver mitwirken

# Wie wirken ätherische Öle

- Zwei Wege, zwei Wirkweisen
- Über die Haut → Einreibungen, Auflagen, Massagen,...
- Über die Schleimhaut → Raumbeduftung, Inhalation,...
- Wirkung direkt über den Kreislauf und die Zellen
- Gelangen bis ins limbische System
- Regulieren verschiedene Körperfunktionen wie Körpertemperatur, Hormonproduktion, Durchblutung, Wasserhaushalt,...

# Einsatzmöglichkeiten

- Raumbeduftung
- Aktivierung
- Entspannung
- Bei der Grundpflege
- Prävention
- ...

# Voraussetzungen

- Absprache mit dem behandelnden Arzt (nur bei Mischungen in der körperlichen Anwendung)
- Mischungen unterliegen der Apotheker- und Kosmetikverordnung
- Ausreichendes Fachwissen, optimal Weiterbildung in Aromapflege

# Vorteile

- Einzelne ätherische Öle können ohne Absprache angewendet werden
- Raumbeduftung (auch Duftmischungen bedürfen keiner Absprache mit dem behandelndem Arzt)
- Gut im Alltag einsetzbar
- Kein erhöhter Zeitaufwand