

# Aromapflege im Spital und Pflegeheim - ein Kurs des farfalla-Duftladens : Duft und Pflege

Autor(en): **Schnetzler, Rita**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Fachzeitschrift Heim**

Band (Jahr): **68 (1997)**

Heft 10

PDF erstellt am: **10.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-812382>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Aromapflege im Spital und Pflegeheim – ein Kurs des farfalla-Duftladens

# DUFT UND PFLEGE

Von Rita Schnetzler

**Wohlrriechende Düfte wirken sich positiv auf Körper, Geist und Seele aus. Das wussten die Menschen bereits im 4. Jahrtausend vor Christus. Seither ist das Wissen um die Heilkräfte von aromatischen Pflanzen nie mehr ganz in Vergessenheit geraten, wenn es auch in sehr unterschiedlichem Ausmass gepflegt und weiterentwickelt wurde. Pflegeinstitutionen können sich die wohltuende Wirkung von ätherischen Ölen zunutze machen, zum Beispiel indem sie Räume beduften oder indem sie für Patienten, die dies wünschen, dem Bade- oder Waschwasser einige Tropfen eines in Alkohol gelösten ätherischen Öles beifügen. Im Kurs «Duft und Pflege», den der Duftladen farfalla in diesem Sommer erstmals anbot, konnten sich Pflegepersonen Grundkenntnisse im Bereich Aromapflege aneignen. Zudem erhielten sie Anregungen und Materialien für die Erarbeitung eines institutionsspezifischen Aromapflege-Standards.**

«Ich war keineswegs der Erste, der sich damit beschäftigte, die Heilpflanzen zu rehabilitieren», schreibt Jean Valnet im Vorwort zu seinem Buch «Aromatherapie», das 1964 erstmals erschienen ist und als Standardwerk in seinem Bereich gilt. Der bedeutendste seiner Vorgänger in den Bemühungen um die «Rehabilitation» der aromatischen Pflanzen war R.-M. Gattefossé, Chemiker und Sohn einer Parfümeurfamilie, dem wir gemäss Valnet die Bezeichnung des Fachgebietes als «Aromatherapie» verdanken. Valnet selber ist Arzt und hat sich als solcher zu einem der «bedeutendsten Spezialisten auf dem Gebiet der Behandlung Kranker mit Hilfe von Pflanzenessenzen» entwickelt. In Frankreich ist die Aromatherapie bis heute den Ärzten vorbehalten, welche die Pflanzenessenzen als Heilmittel auch innerlich anwenden. Im Unterschied dazu haben sich die ätherischen Öle im deutschsprachigen Raum vor allem in «esoterischen Kreisen» etabliert, während sie von der Schulmedizin noch wenig beachtet werden.

Der Ausdruck «rehabilitieren» ist im Zusammenhang mit wohlrriechenden Pflanzenessenzen mehr als gerechtfertigt. Aromatische Substanzen spielten in der Medizin der frühen Hochkulturen eine grosse Rolle. So kannten zum Beispiel die Sumerer, welche das Zweistromland im 4. Jahrtausend vor Christus besiedelten, die Heilkräfte zahlreicher aromatischer Pflanzen. Bekanntere als jene der Sumerer sind die Bräuche der Ägypter, welche die aromatischen Essenzen in der Medizin und

in Liturgien, aber auch für Schönheitspflege und für die Einbalsamierung zu verwenden wussten.

Über Griechen, Römer und Araber wurde ein Teil des Wissens der alten Ägypter nach Europa und in den byzantinischen Raum übernommen. Ganz vergessen wurden die aromatischen Pflanzen nie mehr, jedoch genossen sie eine sehr unterschiedliche Anerkennung. Als Folge der Fortschritte im Bereich der Chemie, welcher es zunehmend gelang, Pflanzenwirkstoffe zu analysieren und sie synthetisch «nachzubauen», wurden die Aromapflanzen und die ätherischen Öle im Laufe des 18. und 19. Jahrhunderts im Bereich der Medizin zunehmend von antiseptischen Chemikalien verdrängt. Als im 20. Jahrhundert die Antibiotika entdeckt wurden, drohten die Pflanzenessenzen angesichts des vermeintlichen Universalmittels ganz in Vergessenheit zu geraten. Doch in einer Zeit, wo Grenzen und Schattenseiten der chemotherapeutischen Behandlung immer deutlicher und bekannter wurden, besannen sich Leute wie Gattefossé und Valnet – und dank ihnen eine immer breitere Öffentlichkeit – rechtzeitig auf die natürlichen Heilmittel zurück.

## Zusammensetzung und Wirkung ätherischer Öle

Ätherische Öle, auch Essenzen genannt, sind Stoffwechselprodukte von aromatischen Pflanzen. Ihr häufigster Bestandteil sind Terpene, welche die Pflanze aus Kohlenhydrat aufbaut. Aus

den Terpenen metabolisieren die aromatischen Pflanzen zahlreiche mehr oder weniger stark duftende verwandte Komponenten wie Terpen-Oxide, Alkohole, Aldehyde, Ester, Ketone und andere, von denen einige – zum Beispiel Ketone – in grossen Mengen toxisch wirken. Ätherische Öle werden meist mittels Wasserdampf-Destillation, seltener durch Pressung, aus Pflanzen oder Pflanzenteilen gewonnen. Im Unterschied zu ihren duftenden Verwandten, den Parfüms, enthalten sie weder tierische noch synthetische Duftstoffe. Auch «Absolues», Pflanzenduftstoffe, welche wegen ihrer Empfindlichkeit auf Wasserdampf und Wärme mittels chemischer, zum Teil giftiger Lösungsmittel aus Pflanzen oder Pflanzenteilen extrahiert werden, gelten nicht als ätherische Öle. Weil Absolues Lösungsmittelrückstände enthalten können, werden sie in der Aromatherapie nur äusserlich oder gar nicht verwendet.

Wenn Duftstoffe in ausreichender Menge auf die Härchen der Riechzellen auf der Riechschleimhaut in den Nasenhöhlen gelangen, leiten die entsprechenden Rezeptoren einen elektrischen Impuls an verschiedene Gehirnregionen. Besonders wichtig für die Verarbeitung von Geruchsreizen ist das limbische System, welches die autonomen Lebensprozesse (zum Beispiel Wach-Schlaf-Rhythmus, Instinkte, Motivation und Gedächtnisspeicherung) beeinflusst. Über den Hypothalamus, der alle vegetativen (Verdauung, Stoffwechsel...) und die meisten hormonellen Prozesse des Organismus steuert, beeinflussen die von Duftstoffen ausgelösten Nervenimpulse zudem das allgemeine Wohlbefinden und die Emotionen. Mittels Elektroenzephalogramm (EEG) konnten bereits vor mehr als dreissig Jahren erstmals Einflüsse von Gerüchen auf die Gehirnwellenqualität festgestellt werden. Unterdessen wurden die ätherischen Öle mittels EEG-Untersuchungen aufgeteilt in stimulierende, die Gehirnaktivität in Richtung Beta-Wellen (gesteigerte Aufmerksamkeit) anregende und in beruhigende, also Alpha-, Theta- oder gar Delta-Wellen (Tiefschlaf) fördernde Essenzen. Bei einer dritten Gruppe von Ölen reagierten die Probanden nicht einheitlich. Die Wirkung dieser Öle, zu denen unter ande-

rem der Baldrian gehört, scheint von anderen Faktoren wie Stimmung, mit dem Duft verknüpften Assoziationen und Konzentration des Duftstoffes abzuhängen.

Doch ätherische Öle wirken nicht nur beruhigend oder stimulierend. In einschlägigen Büchern werden bestimmten Ölen vielmehr ganze Listen von Eigenschaften zugeschrieben. Allen Ölen gemeinsam ist die desinfizierende Kraft: Sie hemmen Mikroorganismen in ihrem Wachstum oder töten sie ab. Französische Ärzte im Umkreis von Jean Valnet benutzen das «Aromatogramm», um die antibiotische Kraft verschiedener ätherischer Öle auf einen spezifischen Erreger zu messen und zu vergleichen. Um ein Aromatogramm zu erstellen, werden die Krankheitserreger «in vitro» kultiviert. Auf die entstandenen Erregerböden wird je ein Tropfen eines Öles gegeben, und in festgelegten Zeitabständen wird der Durchmesser der abgetöteten Umkreise gemessen. Das Erstellen von Aromatogrammen ist aufwendig und teuer. Es wird deshalb vor allem zu Forschungszwecken verwendet und nur selten – bei besonders komplexen Infektionen – zur Behandlung eines spezifischen Patienten herangezogen.

### Aromapflege

Im deutschen Sprachraum unterscheidet man im Bereich der Anwendung von ätherischen Ölen zur Verbesserung des Wohlbefindens zwischen Aromatherapie, Aromapflege und Aromaberatung. Während die Essenzen in der Aromatherapie sowohl äusserlich als auch innerlich angewendet werden, beschränken sich Aromapflege und Aromaberatung auf die äussere Anwendung. Die äussere Anwendung von ätherischen Ölen im pflegerischen Umfeld muss somit als Aromapflege (nicht als Aromatherapie) bezeichnet werden. Im Unterschied dazu steht der englische Begriff «aromatherapy» für die äussere Anwendung in der Pflege, während der Arzt, der ätherische Öle zur innerlichen Anwendung verschreibt, in England «Aromatologe» genannt wird. Dies ist insofern von Bedeutung, als die Anwendung ätherischer Öle durch professionelles Krankenpflegepersonal in England besonders verbreitet und im allgemeinen Bewusstsein verankert ist. In England gibt es zahlreiche «Schools of Aromatherapy» für Pflegepersonen, und viele Fachbücher zum Thema stammen aus dem englischen Sprachraum.

Während die medizinische Aromatherapie, wie französische Ärzte sie betreiben, in der Schweiz noch kaum praktiziert wird, beginnt die Aromapfle-



Wohltuende Düfte: Der Stand des farfalla-Duftladens an der OEKO & PARACELTUS-Messe in Zürich.

ge sich allmählich zu etablieren. Durch ihre positive Wirkung auf Körper und Psyche können Düfte die Atmosphäre in Pflegeinstitutionen aufhellen und beleben. Dies ist um so wichtiger, als der Geruchssinn in Pflegeinstitutionen häufig eher unangenehm berührt wird. Auch die wohltuende Wirkung von Massagen, Bädern, Fussbädern, Wickeln und Kompressen kann durch den Einsatz von ätherischen Ölen verstärkt werden.

Doch die Bemühungen, den Patienten oder Bewohnerinnen eine aromapflegerische Kontinuität zu bieten, scheitern oft daran, dass die Pflegenden zu wenig Zeit haben, um sich mit den ätherischen Ölen auseinanderzusetzen. Verständlicherweise fühlen sie sich von der Vielzahl der Öle und von den oft weitschweifigen Beschreibungen derselben in der einschlägigen Literatur überfordert. Auch wenn bei der Anschaffung eines Essenzen-Sortiments bereits eine erste Auswahl getroffen worden ist, sind Pflegenden, die wenig Erfahrung im Umgang mit Essenzen haben, für die Auswahl des jeweils geeigneten Öls und für die sichere Anwendung desselben auf eine klare und einfache Anleitung angewiesen. Zudem werden Essenzen-Mischungen im Vergleich zu den Einzelölen oft als harmonischer empfunden, weil die darin enthaltenen Essenzen zusammenwirken und dominante Eigenschaften durch das Mischen abgeschwächt werden können. Mit dem Mischen von Ölen sind nicht-spezialisierte Pflegepersonen nun aber oft erst recht überfordert. Weil es vielen Institutionen kaum möglich ist, ihrem gesamten Pflegepersonal ausreichende Grundkenntnisse im Umgang mit ätherischen Ölen zu vermitteln (und diesen Wissensstand trotz

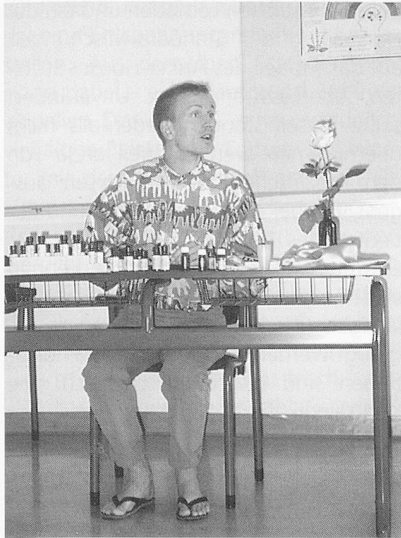
Personalfuktuation aufrechtzuerhalten), ist hier ein «praktisches, klar definiertes, einfaches Aromapflege-Modell» gefragt.

### Der «farfalla-Kurs»

Das Entwickeln eines solchen Modells für die eigene Institution war eines der Ziele des Kurses «Duft und Pflege», den der Duftladen farfalla, Zürich, in diesem Sommer erstmals anbot. Für die Leitung dieses Kurses konnte das farfalla-Team Ueli Morgenthaler gewinnen, der sich als diplomierter Krankenpfleger nicht nur ein fundiertes aromatologisches Wissen angeeignet hat (Diplom der London School of Aromatherapy, Patricia Davis, und Diplom in Aromatologie der Internationalen Schule für Aromatologie und Osmologie ISAO, Martin Henglein), sondern der dieses Wissen auch jahrelang selber in der Pflege angewandt hat.

Weil der «farfalla-Kurs» auch Pflegenden zugänglich sein sollte, die bisher weder Bücher gelesen noch Kurse zum Thema besucht hatten, wurde der insgesamt dreitägige Kurs in zwei Teile geteilt: Ein eintägiger Einführungskurs vermittelte das nötige Grundwissen für den zweitägigen Fachkurs. Themen des Einführungskurses waren «Aromatische Heilpflanzen in der Geschichte», «Substanz und Chemie» der ätherischen Öle, die menschliche Geruchswahrnehmung und die Einwirkung der ätherischen Öle auf Körper und Psyche des Menschen. In einem praktischen Teil erhielten die Teilnehmenden zudem nützliche Tipps zum Kennenlernen der einzelnen Öle und Hinweise zum Umgang mit denselben.

Der zweitägige Fachkurs richtete sich an «Pflegepersonen, die sich be-



Hat sein aromatologisches Wissen jahrelang selber in der Pflege angewandt: Kursleiter Ueli Morgenthaler.

reits ein Grundwissen über ätherische Öle erarbeitet», also zum Beispiel vorgängig den farfalla-Einführungskurs von Ueli Morgenthaler besucht hatten. Die Kursteilnehmerinnen hatten zudem bereits praktische Erfahrungen mit ätherischen Ölen gemacht, die einen privat, andere auch in Ihrer Pflegeinstitution. Durch den Kursbesuch wollten sie mehr Sicherheit im Umgang mit den Ölen gewinnen, um sie vermehrt bei der Arbeit einzusetzen. Am ersten Tag des Fachkurses zeigte Ueli Morgenthaler unter anderem auf, wie ein institutionsspezifischer Aromapflege-Standard erarbeitet werden kann. Mit Hilfe eines solchen Standards sollen auch jene Pflegenden, die keine oder nur wenig Erfahrung mit Essenzen haben, diese bei interessierten Patienten oder Bewohnerinnen anwenden können.

### Ein einfaches, praxisorientiertes Modell

Wie ein solcher Aromapflege-Standard aussehen kann, zeigte Morgenthaler anhand des Standards, welchen er fürs Anker-Huus in Zürich ausgearbeitet hat. Das Anker-Huus ist eine stationäre Pflegeeinrichtung für Menschen mit fortgeschrittener Alzheimerkrankung. Ueli Morgenthaler war dort bis im August 1995 als Pfleger tätig. Das Anker-Huus orientiert sich an den Grundsätzen der palliativen Pflege und des Hospizgedankens. 1993 regte die ärztliche Leitung der Institution die Bildung einer Arbeitsgruppe an, die sich um die «Koordination allgemein anwendbaren Wissens» zahlreicher Mitarbeitenden im Bereich der Naturheilkunde bemühte. Ziel der Bemühungen war es, den Patienten und Patientinnen im Bereich der in der Arbeitsgruppe vertretenen Methoden –

darunter auch die von Morgenthaler repräsentierte Aromapflege – in Zukunft eine kontinuierliche Betreuung zu bieten. Für jedes Gebiet wurde einerseits eine praxisorientierte Weiterbildung für das Pflegeteam vorbereitet und durchgeführt und andererseits ein Standard erstellt, der den Pflegenden im Alltag als Anleitung und Referenz dienen sollte. Der Aromapflege-Standard, den Morgenthaler seinen Kolleginnen und Kollegen im Sommer '95 vorstellen konnte, dient dem Pflegepersonal im Anker-Huus seither als Grundlage und Anleitung für den pflegerischen Einsatz ätherischer Öle.

Nicht alle Pflegeinstitutionen begegnen naturheilkundlichen Methoden so positiv wie das Anker-Huus. Vielmehr müssen Pflegenden, welche bei ihrer Arbeit ätherische Öle anwenden möchten, in vielen Institutionen mit Widerstand von Seiten der Ärzteschaft und/oder ihrer Berufskolleginnen und -kollegen rechnen. Dies obwohl Aromapflege gemäss den fünf vom SRK definierten Funktionen der Pflege eindeutig als pflegerische Handlung verstanden werden muss. Sie kann zum Beispiel der Funktion 1, der Unterstützung in Aktivitäten des täglichen Lebens (Sinnfindung, Atmen, Schlafen...) zugeordnet werden. Auch die Funktion 4 bietet sich an, weil Aromapflege nachweislich zur «Verbesserung der Qualität und Wirksamkeit der Pflege» beiträgt. Pflegepersonen, welche in der Pflege ergänzende Heilmethoden wie die Aromapflege anwenden möchten, müssen sich in der Schweiz mit dieser allgemeinen Legitimation zufriedengeben. Der Schweizerische Berufsverband für Krankenpflegerinnen und Krankenpfleger bietet zwar selber Fortbildungs-

kurse über einzelne ergänzende Heilmethoden – unter anderem auch über Aromapflege – an. Gemäss Morgenthaler hat er jedoch keine spezifischen Richtlinien für die Anwendung solcher Heilmethoden in der Pflege erarbeitet. Dies im Unterschied zu seinem englischen Pendant, das seinen Mitgliedern in einem «Statement of Beliefs» konkrete Anhaltspunkte zur Anwendung ergänzender Heilverfahren liefert.

### Institutionsspezifische Problemkreise

Die Überlegungen, welche Morgenthaler vor der Ausarbeitung des Aromapflege-Standards für das Anker-Huus anstellte, dürften für zahlreiche Pflegeinstitutionen zutreffen: Morgenthaler hielt es für unwahrscheinlich, dass die Pflegenden über genügend Zeit und Grundlagenwissen verfügten, um das ätherische Mischen mehrerer Öle zu trainieren. In Bezug auf die Ölauswahl entschloss er sich deshalb für die einfachste und klarste Variante. In einem Katalog fasste er die häufigsten Leiden der Patienten und Patientinnen im Anker-Huus zusammen, um danach für jeden Problemkreis zwei bis drei Ölmischungen zu produzieren. Bei der Auswahl der Inhaltsstoffe für die zukünftigen Standard-Essenzenmischungen berücksichtigte Morgenthaler neben der Wirkung und dem Duft der Essenzen auch die Anwendungsarten, welche für den jeweiligen Problemkreis in Frage kamen. Als innerlichste aller im Anker-Huus möglichen Anwendungen erwies sich die Inhalation, welche beim Problemkreis «Atemwege» angezeigt war. Die entsprechende Mischung durfte nicht zu stark schleim-



Einladender Tisch im Kurszimmer: Einschlägige Bücher, aromatische Pflanzen, Aromastream (links hinten), Duftkissen...  
Fotos Rita Schnetzler

hautreizend wirken. Morgenthaler milderte deshalb die Schärfe des Eukalyptus mit balsamischen und beruhigenden Essenzen. Es galt auch abzuschätzen, welche Mischungen voraussichtlich als Badeöle verwendet würden. Sie durften keine hautirritierende Wirkung haben.

Von den zwei bis drei vorgeschlagenen Mischungen pro Problembereich wurde mittels Riechtests je die harmonischste eruiert, so dass schliesslich für jeden Problembereich nur noch eine Mischung zur Verfügung stand. Von den ausgewählten Mischungen produzierte Morgenthaler jeweils grössere Mengen und füllte sie unverdünnt in Fläschchen ab. Die Haltbarkeit der Mischungen richtet sich im Wesentlichen nach deren Hauptbestandteil und ist bei unverdünnten Mischungen jedenfalls um einiges höher als bei solchen, die bereits mit einem Basisöl (z.B. Jojobaöl) vermischt sind. Um Fehlgriffe zu verhindern, bezeichnete Morgenthaler die Mischungen jeweils direkt mit dem Problembereich, für welchen sie angewandt werden können.

### Anwendungsarten

Wenn vorgefertigte Mischungen zur Verfügung stehen, wird die Aromapflege auch für jene Pflegepersonen anwendbar, welche damit kaum Erfahrung haben. Im Unterschied zum Mischen kann das Verdünnen und die Anwendung der Öle nicht vereinfacht werden. Deshalb enthält der schriftliche Standard zu diesen beiden Punkten genaue Anweisungen, während die allgemeinen Informationen über Aromapflege und über die Wirkungsweise aromatischer Öle relativ kurz gehalten sind. Dem Abschnitt «Anwendungsarten» ist zu entnehmen, dass ätherische Öle nicht wasserlöslich sind und deshalb zum Beispiel vor der Verwendung als Badeöl in 70%-igem Alkohol, in einer möglichst duftneutralen Schaumbasis oder in unparfümiertem Badeöl gelöst werden müssen. Als Anwendungsarten werden zudem das Verdünnen in Bodylotions, Duschgels oder Shampoos, aber auch die Verwendung für Massagen und Wickel oder ganz einfach das Beduften von Räumen mit Duftlampen, Aromastream (einem Duftventilator) oder – gegen schlechte Gerüche – mit Sprays vorgeschlagen und je genau beschrieben.

Der Aromapflege-Standard des Anker-Huus äussert sich auch zu Situationen und Befunden, bei denen bestimmte Mischungen nicht angewandt werden sollten. So enthält zum Beispiel die Essenzenmischung «Schmerz» Rosmarinöl, das bei Epilepsie kontraindiziert

ist. Weiter schlägt Morgenthaler im «Anker-Huus-Standard» vier Einzelöle vor, welche zum Standard-Sortiment des Hauses gehören und für die Anpassung der Mischungen an die individuellen Bedürfnisse des Patienten (bzgl. Duft oder bzgl. Wirkung) geeignet sind. Neben dem Problembereich ist für Morgenthaler der Geschmack des Patienten das wichtigste Kriterium bei der Auswahl der geeigneten Mischung. Wichtig sind ihm auch ethische Überlegungen. Solange er ansprechbar ist, soll der Patient über die Möglichkeiten (und Grenzen) der Aromapflege informiert werden und sich selber entscheiden, ob er den pflegerischen Einsatz ätherischer Öle wünscht oder nicht. Morgenthaler findet es wichtig, zwischen den eigenen Bedürfnissen und jenen des Patienten zu unterscheiden, besonders wenn der Patient sich nicht mehr verbal äussern kann.

Für Ueli Morgenthaler war es ein wichtiges Ziel des Fachkurses, den Teilnehmerinnen die Kenntnisse und Erfahrungen zu vermitteln, welche sie befähigen, einen eigenen, ihrer Institution angepassten Aromapflege-Standard zu erarbeiten. Ob und wie weit sie sich

beim schriftlichen Leitfaden und bei der Herstellung der Standard-Mischungen auf das Modell des Anker-Huuses stützen, überliess er ihnen. Unverändert sollte dieser Standard jedenfalls nicht übernommen werden, weil er ja von den spezifischen Problembereichen ausgeht, die bei den Patientinnen und Patienten des Anker-Huus immer wieder auftreten. Je nach Institution können einzelne dieser Problembereiche vernachlässigt und/oder es müssen andere angefügt werden. Auch die Kontraindikationen sind institutionsspezifisch. Die Kontraindikation «Schwangerschaft» zum Beispiel muss im Standard eines Altersheimes nicht erwähnt werden. Dagegen ist es wichtig, diese Kontraindikation im Standard einer Frauenklinik aufzuführen und detailliert zu erläutern.

### Selber Düfte mischen

Im Laufe des Kurses hatten die Teilnehmerinnen mehrmals Gelegenheit, eigene Duft- und Duftmischerfahrungen zu machen. Am ersten Kurstag des Fachkurses erhielten sie zum Beispiel den Auftrag, aus Kamille, Petitgrain, Neroli

## farfalla

farfalla ist eine Kollektivgesellschaft, die seit 1985 besteht. Im Gründungsjahr eröffnete das damals vierköpfige Team in Zürich den ersten Duftladen der Schweiz, wo neben natürlichen Düften aller Art (ätherische Öle, Essenzenmischungen, Räucherstoffe...) auch Steine und Kristalle zum Verkauf angeboten wurden. Heute haben auch die Städte Basel, Aarau und Lugano einen eigenen farfalla-Duftladen. farfalla bemüht sich, möglichst viele Produkte in kontrollierter Bioqualität anzubieten (kbA = kontrolliert biologischer Anbau, wkbA = kontrollierte Wildsammlung). Wo das nicht möglich ist, wird dies entsprechend deklariert (Sel. = jeweils die beste erhältliche Qualität aus konventionellem Anbau). Zudem pflegt farfalla einen intensiven Kontakt mit seinen Lieferanten. Die Mitarbeitenden informieren sich regelmässig vor Ort über die Anbau- und Herstellungsbedingungen. Die Hersteller werden für ihre Leistungen fair bezahlt.

### Der Kurs

Zu den Kunden des farfalla-Duftladens gehören in erster Linie Privatpersonen. In jüngster Zeit interessieren sich aber zunehmend auch Institutionen für die Welt der Düfte. Unterdessen zählen bereits einige Spitäler und Heime zur farfalla-Kundschaft. Weil diese Institutionen über ausgesprochen positive Reaktionen von Patienten/Bewohnerinnen, Angehörigen und Fachpersonal berichteten, fühlte sich das farfalla-Team «verpflichtet, diese Erfahrungen weiterzugeben». Es entschloss sich deshalb, einen Kurs zum Thema «Duft und Pflege – Aromapflege im Spital und Pflegeheim» anzubieten. In Ueli Morgenthaler fand sich ein kompetenter Leiter für diesen Kurs.

Kontaktadressen: Infos, Beratung und Anregungen für Pflegeinstitutionen: Ueli Morgenthaler, Seftigenstrasse 235, 3084 Wabern. Tel. 031 961 77 06

Die Daten für den nächsten Kurs «Duft und Pflege – Aromapflege im Spital und Pflegeheim» sind bereits festgelegt:

Einführung: 20. Februar 1998, Teil 1: 6. März 1998, Teil 2: 27. März 1998.

Informationen und Anmeldung: farfalla, Seefeldstrasse 18, 8008 Zürich.

Tel. 01 261 77 01 (Fax 01 262 25 13)

(Orangenblütenöl), Cistrose und Lavendel eine Entspannungsmischung herzustellen. Aus denselben Essenzen entstand dabei – einzig aufgrund der individuellen Dosierung – eine erstaunlich vielfältige Palette von Düften. Die Worte, mit denen die Teilnehmerinnen ihr eigenes Produkt beschrieben, mögen den Leserinnen und Lesern über den Geruch der Druckerschwärze hinweg einen Eindruck von den Düften geben, die hier kreierte wurden: «warm, wohlig, frisch – nicht süß und nicht schwer», «warm und tief, aber nicht frisch – geeignet für einen Winterschlaf», «hell, erleuchtend», «warm, aber nicht beengend, einlullend in die Höhle des Tiefschlafes» und «vermittelt Geborgenheit, ist aber frisch und luftig».

Der praktische Teil des Fachkurses sollte die Kursteilnehmerinnen dazu motivieren, für ihre Institution eigene, den Bedürfnissen der Klienten angepasste Mischungen zu kreieren. Am zweiten Kurstag des Fachkurses, der einen knappen Monat nach dem ersten stattfand, erhielten die Teilnehmerinnen denn auch Gelegenheit, ihre Kreationen vorzuführen und allfällige Schwierigkeiten, die beim Mischen aufgetaucht waren, zu besprechen. Zudem wurde am zweiten Kurstag noch einmal nach Indikationen und Kontraindikatio-

nen gefragt – dieses Mal aufgrund eigener Erfahrungen, und es wurden Möglichkeiten der Dokumentation der Aromapflege in der Krankengeschichte erörtert.

Jenen Teilnehmerinnen, die an ihrem Arbeitsplatz zu wenig Zeit haben, um selber Standardmischungen herzustellen, konnte Morgenthaler eine Alternative bieten: Seit kurzem beliefert der Duftladen farfalla das Anker-Huus mit den von Morgenthaler kreierte Mischungen. Diese Mischungen werden zwar im Laden selber nicht angeboten, Pflegeinstitutionen können sie aber beziehen, sofern sie sich bereits mit Aromapflege auseinandergesetzt und einen entsprechenden Standard ausgearbeitet haben.

Als Ausgangsstoffe für seine Standardmischungen verwendete Morgenthaler soweit möglich naturbelassene Öle von Bioqualität. Natürliche ätherische Öle unterliegen in ihrer Zusammensetzung, ebenso wie die unter natürlichen Bedingungen gewachsenen Pflanzen selber, gewissen Schwankungen. Entsprechend dem Bedürfnis der Parfümerie nach Ölen mit konstanter Farbe und konstantem Duft sind heute neben den naturbelassenen auch «standardisierte» Öle auf dem Markt. Oft werden den Ölen bei der Standardi-

sierung die Terpene entzogen, die ihnen das gewisse «feurige Etwas» geben. Die Diskrepanz zwischen der Menge der weltweit gewonnenen Öle und jener der als «naturrein» verkauften Essenzen ist ein Hinweis darauf, dass der Etikettenschwindel in diesem Bereich weit verbreitet ist. Oft werden «gestreckte», wenn nicht sogar synthetische Produkte als «rein» deklariert. Eine chemische Analyse gepanschter Öle ist aufwendig und teuer. Gemäss Morgenthaler fällt jedoch «sogar einer ungeübten, anspruchlosen Nase im direkten Riechvergleich auf, dass synthetische Blütenöle das gewisse Etwas der Naturessenzen nicht haben». – Von der Richtigkeit dieser Behauptung konnten sich die Nasen der Teilnehmerinnen im Kurs selber überzeugen.

#### Quellen:

Dokumentation zum Kurs «Duft und Pflege», verfasst von Ueli Morgenthaler

Aromatherapie – Gesundheit und Wohlbefinden durch pflanzliche Essenzen, Jean Valnet. Deutsche Ausgabe der 5., überarbeiteten Auflage: Wilhelm Heyne Verlag, München, 1989.

Handbuch der Aromatherapie – Heilende Öle und pflanzliche Essenzen für Gesundheit und Wohlbefinden, Danièle Ryman. Deutsche Erstausgabe: Wilhelm Heyne Verlag, München, 1990.

Düfte bewusst erfahren und nutzen – Grundlagen, praktische Anwendungen, Beispiele. Erich Keller, Scherz Verlag, Bern, München, Wien, 1995. ■

# farfalla

## DUFT UND PFLEGE

Der Spezialist für

### Aromatherapie- und Aromapflege-Produkte

aus kontrolliert biologischem Anbau

Wir beliefern Spitäler, Kranken- u. Altersheime und Ärzte

#### “Das duftende Spital”

Aromapflege-Seminare für den professionellen Einsatz von ätherischen Ölen

#### Essenzen-Mischungen

abgestimmt für den Einsatz in Spital, Heim und Praxis

**Interessiert? Wir senden gerne Unterlagen und Preislisten!**

Name: .....Vorname: .....

Strasse: .....

PLZ/Ort: .....

farfalla · Seefeldstr. 18 · 8008 Zürich · 01/261 77 01

## Bestelltalon für die E.D.E. 1997 Nachkongressdokumentation

### ...Expl. E.D.E. Nachkongressdokumentation

Versandpreis à CHF 35.–/DM 38.–/ÖS 290.–  
plus Versandkosten

Institution  
Name/Vorname  
Adresse/Strasse  
PLZ/Ort  
Datum  
VISA Card Nr.  
– Verfall  
Unterschrift

Der Versand erfolgt nach dem Kongress  
auf feste Rechnung oder VISA Card-Belastung

Bitte senden/faxen an:

### Institut Human Resources

Albert Urban Hug und Partner

CH-6002 Luzern, Postfach 3201

Fax CH 041/260 52 23

Personal-, Organisations- und  
Qualitäts-Entwicklungsberatung  
mit Partnernetzwerken in

Deutschland, Österreich und Schweiz

Tel. CH 041/260 52 13

