

## Unterstützung der Magen- und Darmtätigkeit

Die glatte Bauchmuskulatur entspannt sich durch das Auftragen der „Vier-Winde-Mischung“ aus Anis, Fenchel, Lavendel fein und Kreuzkümmel. Eine sanfte Baueinreibung wirkt entkrampfend bei Verstopfung, Durchfall oder Blähungen.

## Zur Linderung von Schmerzen und zur Entspannung

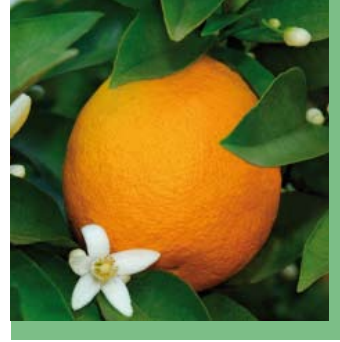
In der Tagesklinik Schmerz und in den Abteilungen für Geriatrie und Unfallchirurgie wenden wir mit großem Erfolg unsere bewährten Schmerzmittel an.

## In der Geburtshilfe

nutzen unsere Hebammen wehenhemmende oder wehenfördernde Mischungen zur Einreibung, in Entspannungsbädern oder in der Duftlampe.

## Physikalische Medizin

Die Aromatherapie bietet auch in den therapeutischen Arbeitsbereichen vielfältige Einsatzmöglichkeiten. Die Physiotherapeuten, Masseur, Ergotherapeuten und Logopäden arbeiten erfolgreich mit den standardisierten Ölmischungen zur Unterstützung ihrer Behandlung. Zur Muskelentspannung, Schmerzlinderung, Beruhigung, Hämatom- und Wundbehandlung,



Regulierung der Peristaltik und nicht zuletzt zur Schaffung eines angenehm riechenden Arbeitsumfeldes für Patient und Therapeut, leisten die Duftstoffe wertvolle Dienste.

## Stomatherapie/Gefäßambulanz

Schwerpunktmäßig nutzen wir hier die Öle zur Herstellung von Raumsprays, zur Raumbeduftung und zur Hautpflege.

## Aromapflege in der Notfallbehandlung

Eine Folge von schweren Stürzen ist die Entstehung von schmerzhaften Blutergüssen. Nurreine ätherische Öle von Cistrose, Immortelle und Lavendel in kalt gepresstem Johanniskrautöl wirken schmerzlindernd und Hämatom auflösend. Blaue Flecken verfärben sich rasch von dunkelblau nach hellgelb und das Gewebe schwillt ab.

Oberflächliche Schürfwunden, Brandwunden und Operationsnarben können mit Wundöl gepflegt werden. Nurreine ätherische Öle von Lavendel fein, Rosengeranie, Niauli, Palmarosa und Manuka in kalt gepresstem Olivenöl regen den Reparaturmechanismus der Hautzellen an und wirken zudem desinfizierend und immunstimulierend.



## Informationen

Gerne unterstützen wir mit guten Düften Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Pflegefachkräfte auf Ihrer Station.

Ausführliche Informationen erhalten Sie darüber hinaus über folgende E-Mail: [info.kn@klinikum-muenchen.de](mailto:info.kn@klinikum-muenchen.de)

> Klinikum Neuperlach  
Leitung Pflege  
Service Management  
Astrid Göttlicher  
Oskar-Maria-Graf-Ring 51  
81737 München  
Telefon (089) 6794 -1  
[www.klinikum-muenchen.de](http://www.klinikum-muenchen.de)



## Informationen

> Klinikum Neuperlach

# Aromapflege

am Klinikum Neuperlach -  
folgen Sie uns auf die Duftspur



## Liebe Patientin, lieber Patient,

seit vielen Jahren nutzen wir am Klinikum Neuperlach die Heilwirkung ätherischer Öle mit großem Erfolg als ergänzende Methode bei vielen pflegerischen Maßnahmen. Die Anwendung von naturreinen Pflanzenessenzen kann das Umfeld des Patienten und die körperliche oder seelische Befindlichkeit auf beruhigende, unterstützende oder anregende Weise verbessern.

Ätherische Öle sind Stoffe, die während der Wachstumsperiode in den Pflanzen gebildet werden. Durch Verströmen ihres Duftes locken die Blüten Insekten an, die ihnen bei der Bestäubung dienlich sind. Darüber hinaus wehren diese Duftstoffe krankheitserregende Mikroorganismen wie Pilze und Bakterien ab und schützen vor Schädlingen, Kälte oder Hitze.

### Verführung, Verteidigung und Selbstheilungskraft

Alles, was eine Pflanze neben Nahrung und Licht zur Selbst- und Arterhaltung braucht, steckt in diesen Naturaromen. Mittels mikrobiologischer Untersuchungen und wissenschaftlicher Studien wurde nachgewiesen, dass die Anwendung beim Menschen die gleiche Wirkung entfalten kann.

Ätherische Öle wirken immer ganzheitlich, also auf Körper, Geist und Seele. Sie können unterschiedliche Beschwerden auf sanfte Weise lindern und die Selbstheilungskräfte unterstützen.

Darüber hinaus verwenden wir fette Trägeröle wie Mandelöl, Johanniskrautöl, Olivenöl oder Jojobaöl, um Ölmischungen herzustellen und Einreibungen auf der Haut durchzuführen.



### Die Anwendung in unserem Klinikum

Die Aromapflege sehen wir als unterstützendes und ergänzendes Angebot der Pflege zu den medizinischen Maßnahmen.

### Wie wenden wir ätherische Öle an?

Ätherische Öle können auf verschiedenen Wegen auf den menschlichen Körper einwirken.

Wir nutzen im Klinikum Neuperlach die Anwendung über das Riechen und über die Haut. Duftstoffe regen den Geruchssinn an, nehmen Einfluss auf unsere Stimmungen und Emotionen und lösen über den hormonellen Weg körperliche Reaktionen aus.

Oft genügen wenige Tropfen auf eine Kompresse, das Handgelenk oder die Bettwäsche. So setzen wir zum Beispiel zur erfrischenden oder reinigenden Raumbedeufung elektrische Aromasteine ein.

Bei der Aufnahme über die Haut dringen die Öle/Ölmischungen besonders gut in den Körper ein.

Dies geschieht als

- Einreibung
- sanfte Massage
- Waschung
- mit einer warmen Ölkompresse

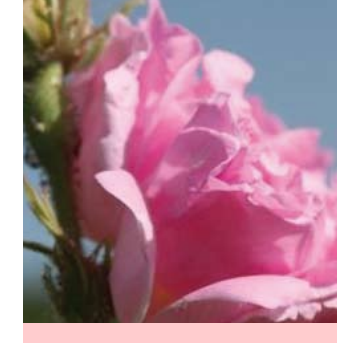


### Die Dosierung ist entscheidend

Weniger ist meist mehr. Bei allen Pflegemaßnahmen verwenden wir Mischungen mit 0,1 % bis maximal 2 % Anteil ätherischer Öle. Therapeutische Maßnahmen dürfen nur mit Zustimmung des verantwortlichen Arztes erfolgen.

### Qualitätskriterien

Für die sichere und gezielte Anwendung von Naturaromen sind hausinterne Richtlinien festgelegt. Mehrmals im Jahr werden für interessierte Mitarbeiter Aromaschulungen angeboten. Die regelmäßige Teilnahme am „Arbeitskreis Aroma“ unterstützt den Austausch von Erfahrungen. Die Bereitstellung 100 % naturreiner, ätherischer Öle und fetter Trägeröle sowie die Herstellung unserer bewährten Aromamischungen sind durch die Zentralapotheke der Städtisches Klinikum München GmbH gewährleistet.



### Anwendung bei verschiedenen Befindlichkeitsstörungen

#### Körper- und Hautpflege

Unsere Haut hat vielfältige Schutzfunktionen und ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Immunsystems. Die Anwendung von Pflanzenölen und -fetten gehört zu den ältesten Formen der Hautpflege. Anwendungsmöglichkeiten sind hier:

- anregende Waschungen mit 1 bis 2 Tropfen von Grapefruit oder Rosmarin
- beruhigende Waschungen mit 1 bis 2 Tropfen von Lavendel oder Bergamotte
- Hautpflege mit einer Ölmischung für trockene Haut oder Altershaut
- Dekubitusprophylaxe mit einer Salbe aus Johanniskrautöl, Wollfett, Lavendel, Rosengeranie, Rosmarin und Niaouli

#### Erste Hilfe in der Erkältungszeit

In Ansteckungszeiten helfen die ätherischen Öle die Gesundheit zu erhalten und bei Erkrankung Beschwerden zu lindern. Wir nutzen hier unsere beiden Erkältungsmischungen.

