



Kantonsspital Graubünden
Loëstrasse 170, 7000 Chur
+41 81 256 61 11 | ksgr.ch

   KantonsspitalGR

ANWENDUNG IN DER ONKOLOGIE / HÄMATOLOGIE

Aromapflegeprodukte

Informationen zur Anwendung

Ätherische Einzelöle sind hochkonzentrierte Vielstoffgemische und bedingen einen wohlüberlegten Umgang (120 kg Lavendelrispen ergeben ca. 1 Liter ätherisches Öl). Die Aromapflegeprodukte des Kantonsspitals Graubünden sind 100% naturreine Produkte ohne Zusatzstoffe.

Vorsichtsmassnahmen

- nicht einnehmen
- nicht pur auf die Haut auftragen
- nicht mit Augen und Schleimhäuten in Berührung bringen

Haltbarkeit

- Zitrusöle (Zitrone): nach dem Öffnen max. 1 Jahr haltbar
- alle anderen Einzelöle: max. 2-3 Jahre (Lavendel fein)

Aufbewahrung

- Nach dem Öffnen sofort wieder verschliessen
- Bei gleichbleibender mittlerer bis kühler Raumtemperatur
- Sicher vor Kindern und selbstgefährdeten Personen

Die aufgeführten ätherischen Einzelöle sind für alle Patientinnen und Patienten geeignet. Bei bestimmungsmässiger Anwendung besteht kein Risiko für Schwangere, Kinder und Epileptiker. Personen mit einer bekannten Überempfindlichkeit wenden sich an eine Pflegefachperson.

Unsere Aromapflegeprodukte sind 100% naturreine Produkte ohne Zusatzstoffe und unterstützen die Haut in ihrer natürlichen Regeneration. Wichtig ist, dass unsere Aromapflegeprodukte und konventionelle, mineralöhlhaltige Pflegeprodukte nicht gleichzeitig auf der Haut angewendet werden damit keine unerwünschten Stoffe in die Haut eingeschleust werden.

Die ätherischen Einzelöle werden über die Atmung und / oder verdünnt mit Wasser und Emulgator* über die intakte Haut angewendet.

*Kaffeerähmli, Milch, Salz, Cocos-Schaumbasis können als Emulgator verwendet werden. Dieser ermöglicht, dass sich das ätherische Öl mit dem Wasser verbindet.

Verträglichkeitstest

Vor jeder Anwendung mit ätherischen Ölen über die Haut sollte ein Verträglichkeitstest in der Form der Anwendung (z. B. Waschwasser) am Innenarm durchgeführt und nach 10 Minuten beurteilt werden. Tritt keine Hautrötung auf, darf die Anwendung durchgeführt werden.

Bei einer Hautreizung kann die Haut mit einem nativen, fetten Pflanzenöl wie z.B. Olivenöl beruhigt werden. Die betroffene Stelle einölen und mit einem Papiertuch wieder entfernen. Diesen Vorgang 2-3x wiederholen bis die Rötung zurückgegangen ist. Nicht reiben. Die Aromapflege wird nicht angewendet.

Bei Unklarheiten und weiteren Fragen dürfen Sie sich gerne an unser Fachpersonal wenden.

Riechen – Trockeninhalation

Die Duftmoleküle der ätherischen Öle werden mit der Atemluft eingeatmet und gelangen über die Riechschleimhaut direkt ins limbische System (Teil unseres Gehirns, wo die Regulierung von Befindlichkeitsstörungen wie Schlaf-, Konzentrationsstörung, Unruhezustände stattfindet). Die Wirkungen sind je nach ätherischem Öl unterschiedlich.

Lavendel fein

Anwendungsmöglichkeiten

- Schlaflosigkeit
- Anspannung / Unruhe

Wirkung

- Schlaffördernd
- Ausgleichend, beruhigend

Vorsicht

- Wirkt in höherer Dosierung anregend
- Kein direkter Augenkontakt

Material

- Papiertuch

Anwendung

- 1–2 Tropfen auf ein Papiertuch geben zur direkten Anwendung über das Riechen
- max. 3x / 24h

Zitrone

Anwendungsmöglichkeiten

- Übelkeit / Brechreiz, Antriebslosigkeit
- Schlaflosigkeit, Anspannung / Unruhe

Wirkung

- Schlaffördernd
- Ausgleichend, beruhigend

Material

- Papiertuch

Anwendung

- 1–2 Tropfen auf ein Papiertuch geben zur direkten Anwendung über das Riechen
- Nachtropfen max. 3x / 24h

Warmes Fussbad

Die Reize die bei einem Fussbad ausgelöst werden, entfalten ihre Wirkung im gesamten Organismus. Dadurch wird das Immunsystem, der Kreislauf, das Nervensystem und der Stoffwechsel beeinflusst.

Lavendel fein oder Bergamottminze

Anwendungsmöglichkeiten

- Seelische Anspannung, Unruhe
- Schlaflosigkeit
- Spannungskopfschmerzen

Wirkung

- Erweitert die Gefässe, verbessert die Durchblutung und den Stoffwechsel
- Schlaffördernd, beruhigend und schmerzlindernd

Vorsicht

- Nicht bei akuter Venenthrombose anwenden
- Bei anderen Venenproblemen sollte das warme Wasser nur bis zu den Knöcheln reichen.
- Nicht bei offenen Wunden
- Verträglichkeitstest nötig (Für den Verträglichkeitstest wenig Wasser mit emulgiertem ätherischen Öl zubereiten, anschliessend mit warmem Wasser auffüllen)

Material

- Fussbecken
- Ätherisches Einzelöl: Lavendel fein oder Bergamottminze
- Emulgator: Kaffeerähmli, Milch oder Salz

Anwendung

- 2 Tropfen ätherisches Einzelöl emulgieren in: 1 Esslöffel Vollmilch, 1 Esslöffel Salz oder 1 Kaffeerähmli
- ins max. 38 Grad warme Wasser geben
- Dauer: max. 10 Minuten
- Vor dem Schlafen oder wenn es die Situation verlangt
- Nachtropfen max. 3x / 24h

Nachbehandlung

- Wenn Salz als Emulgator verwendet wurde, mit klarem Wasser nachspülen
- gut trocken und warm halten (Socken)

Kompresse mit Quark

Der Quark ist ein altbekanntes Hausmittel, das gegen unterschiedliche Entzündungen und Verletzungen eingesetzt werden kann. Der Quark wirkt anziehend auf Entzündungsstoffe (Milchsäureprozess). Entzündungsstoffe werden über die Haut und Lymphe ab- beziehungsweise ausgeleitet.

Anwendungsmöglichkeiten

- Oberflächliche Venenentzündungen
- Abschwellung von Blutergüssen und / oder der Wundumgebung

Wirkung

- Linderung von Schmerzen
- Verminderung der Schwellung und / oder Rötung

Vorsicht

- Nicht anwenden bei Milcheiweiss-Allergie
- Nicht auf offene Wunden und Nähte auftragen
- Ausnahmsweise kein Verträglichkeitstest nötig

Material

- Haushaltspapier oder Baumwolltuch
- Magerquark (weniger flüssig) nature aus dem Kühlschrank
- Saubere Unterlage (Teller) und Löffel

Anwendung

- Ein bis zwei Löffel Magerquark ca. 0.5 cm dick auf ein Haushaltspapier oder Baumwolltuch (keine Synthetik) streichen und zu einem Päckchen falten, Quarkkomresse auf die betroffene Körperregion legen
- Behandlungsdauer so lange es kühlt, max. 20 Minuten
- bis zu 3x / 24h

Nachbehandlung

- Die Haut vorsichtig reinigen
- Mind. 30 Minuten Nachruhen lassen, bevor die Behandlung wiederholt wird
- Jede Quarkkomresse muss wieder neu zubereitet werden
- Eine angebrochene Packung Magerquark darf nur 24 Stunden verwendet werden und muss im Kühlschrank gelagert werden

Aroma-Waschung

Unter Waschung versteht man das feuchte abreiben der Haut mit schwachem thermischem Reiz. Verwendet wird körperwarmes oder leicht kühleres Wasser. Das ätherische Öl dringt über das Wasser in die Haut ein und wirkt direkt an der Zellmembran.

Anwendungsmöglichkeiten

- Juckende Haut

Wirkung

- juckreizstillend
- schmerzlindernd
- beruhigend

Vorsicht

- Nur auf intakter Haut (keine Wunden)
- Verträglichkeitstest nötig (Für den Verträglichkeitstest wenig Wasser mit emulgiertem ätherischen Öl zubereiten, anschliessend mit warmem Wasser auffüllen)

Material

- Waschbecken
- Lavendel fein
- Emulgator: Kaffeerähmli, Milch, Cocos-Schaumbasis

Anwendung

- 2 Tropfen Lavendel fein emulgieren in: 1 Esslöffel Vollmilch, 1 Esslöffel Cocos-Schaumbasis oder 1 Kaffeerähmli
- ins vorbereitete warme Wasser geben
- sanft mit leichten Strichen waschen (nicht reiben)
- zusätzlich beruhigend wirkt die Waschung mit einem Waschhandschuh in Haarwuchsrichtung
- maximal 3x / 24h

Nachbehandlung

- Vorsichtig abtrocknen / -tupfen