

A stylized human figure in a dark purple color is shown from the waist up, with its arms raised. The right hand is holding a large, vibrant green leaf. The background is a light beige color with a subtle grid pattern.

**Demenz - Aromapflege als Unterstützung
für Pflegende und Angehörige**

DGKP Manuela Fritz

„Nichts belebt die Vergangenheit
so vollständig wie ein Duft,
der einst mit ihr verbunden war“

–Vladimir Nabokov

Jahresbericht Alzheimer`s Disease International

- * 46,8 Millionen Menschen mit Demenz weltweit
- * im laufenden Jahr werden 9,9 Mil. Menschen neu erkranken
- * für 2030 werden ohne Fortschritte in Behandlung und Prävention 74,7 Mil. Erkrankte erwartet

Weitaus mehr Neuerkrankungen als Sterbefälle unter den den bereits Erkrankten



Verwirrte Menschen neigen zu...

- * starke, innere Unruhe
- * Depressionen
- * Angstzustände
- * Schlafstörungen



nicht medikamentöse Therapie

- * Symptome lindern
- * Alltagskompetenzen stärken
- * Denk- und Erinnerungsvermögen aktivieren
- * Geruchs- Hör- und Tastsinn ansprechen



Entspannung oder Anregung durch ätherische Öle

Ätherische Öle erreichen das limbische System
und wirken durch ihre hormonmodulierende Fähigkeit
indirekt
auf Psyche, Hormon- und Immunsystem



Geruchsempfindung nimmt im Alter ab

Test von Snow et al 2004 mit Alzheimerpatienten

- * kann an geringer Aktivierung von Hirnstrukturen liegen
- * kann postvirale oder traumatischen Ursachen haben
- * über 250 Medikamente sind in Zusammenhang mit Riechstörungen erwähnt
- * Erhalt der Riechfunktion durch intensives Riechtraining
(Steinbach 2006)
- * Versuch durch Prof Wagner (LMU München) - Wirkung von Rosmarin officinalis



Studien

Ballard et al, 2002

Dauer 4 Wochen, 72 Demenzkranke,
stark verdünntes Melissen auf Gesicht und Arme
bei 60% eine 30%ige Verbesserung der Unruhezustände

Buchbauer, 2003

zerebraler Blutfluss nach Inhalation von 1,8 cineol
signifikant erhöht

Jimbo et al, 2010

Verneblung von ätherischen Ölen
(morgens Rosmarin und Zitrone, abends Lavendel f. und Orange)
gleicheten den Tag/Nachtrhythmus aus



Schlussfolgerung

- * besonders unruhige und ängstliche Menschen profitieren
- * hemmende Wirkung einiger ätherische Öle auf die Acetylcholinesterase (Lavendelsalbei) **In-vito activity of S. J Pharm Pharmakon. 2001 oct;53(10):1347-56**
- * keine zusätzliche Belastung für das Pflegepersonal
- * Unterstützung für Angehörige, Pflegende und Patienten



Schlussfolgerung

- * tägliche Anwendung 1%ige Mischungen, bei Teilkörperanwendungen kann auf 2- max. 3% erhöht werden
- * kostengünstig, nebenwirkungsfrei und sicher
- * bessere Lebensqualität, soziale Kontakte, ATL`s
- * einfühlsamer Kontakt, bessere Betreuung und Wertschätzung in der individuellen Vergangenheit
- * Gewohnheiten und persönliche Lebensgeschichte mit einbeziehen



Wie wirken ätherische Öle?

entspannend

stärkend

beruhigend

anregend



harmonisierend

<https://www.just.ch/de/blog/aromatherapie-wirkung>

schlaffördernd



gefühlbetonend

angstlösend

Bewährte Mischungen

Badesahne

„Erholsamer Schlaf“

50ml Sahne
4 Tr. Lavendel fein
2 Tr. Rose 10%
3 Tr. Vanilleextrakt
3 Tr. Tonka
2 Tr. Neroli

Handmassagemischung

50ml Mandelöl süß
2 Tr. Tonka
3 Tr. Zitronenmyrte
1 Tr. Rose damascena 10%
3 Tr. Sandelholz
2 Tr. Lavendel fein



Handbäder

die „einfache“ alternative zu den Fußbädern

- * **beruhigend:** Lavendel fein, Rose 10%, Palmarosa, Neroli 10%, Melisse 10%, Benzoe, Tonka, Vanilleextrakt,...
- * **stärkend:** Zeder, Narde



<https://blog.vivere-aromapflege.de>

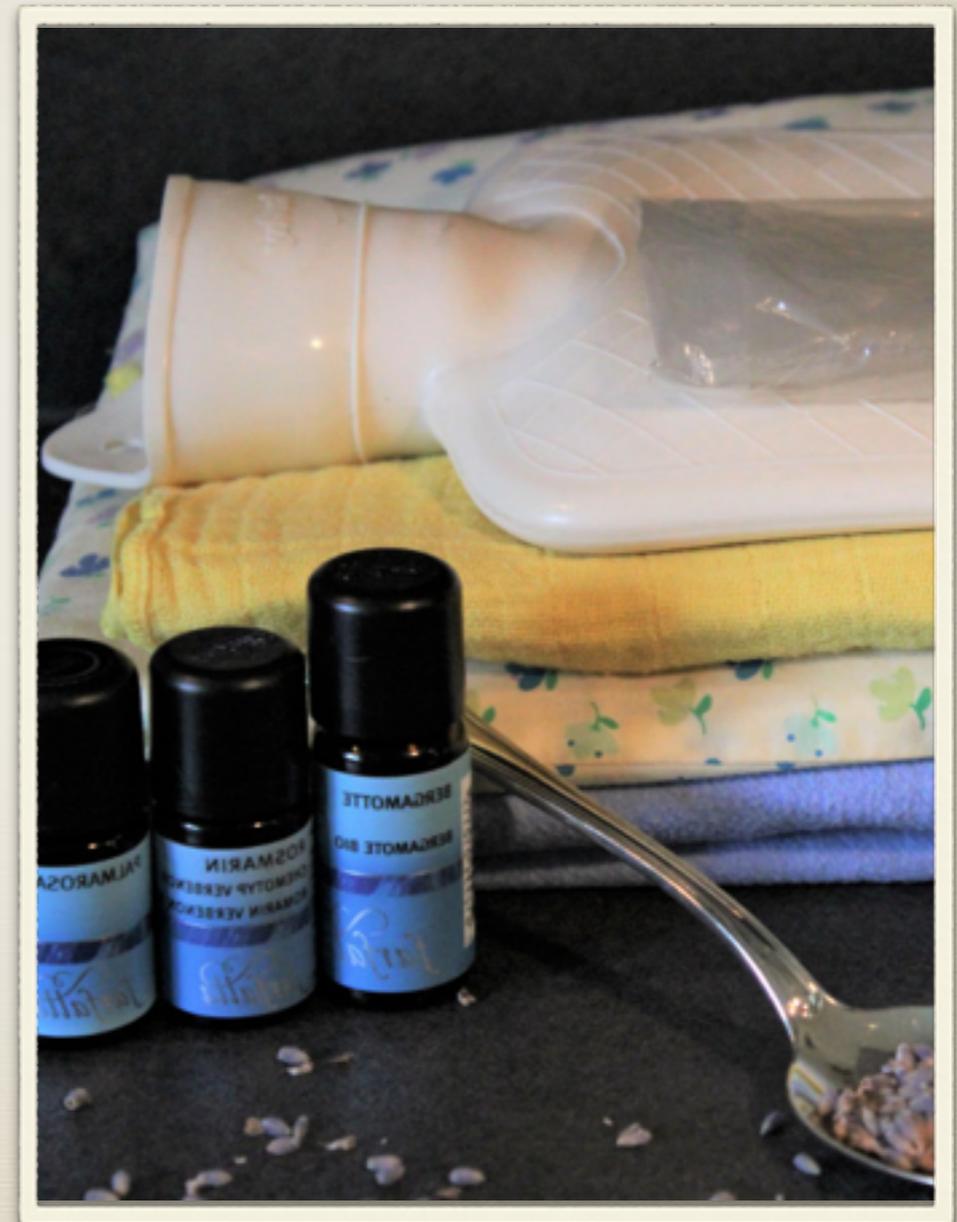


Kompressen

- * **Schlaffördernd:** Lavendel fein, Melisse 10%, Rose 10%, Petit Grain
- * **bei Ängsten und Unruhe:** Melisse 10%, Lavendel fein, Kamille römisch, Neroli 10%

Rezeptur

- * 1 Eßl. Pflanzenöl
- * 2 Tr. Melisse officinalis 10%
- * 1 Tr. Neroli 10% (Citrus aurantium)
- * 1 Tr. Rose 10%



Schmerzeinschätzung bei älteren Menschen mit starken kognitiven Einschränkungen

Neueste Studien:

50% zeigen Schmerzsymptome

20% erhalten keine ausreichende Schmerztherapie



- * Zeichen von Schwäche, Strafe, Schuld
- * wollen niemanden zur Last fallen
- * können sich nicht gut ausdrücken
- * können Schmerz nicht beschreiben



Schmerzeinschätzung bei älteren Menschen mit starken kognitiven Einschränkungen

BESD-Skala hat sich durchgesetzt
Beurteilung von **S**chmerzen bei **D**emenz

- * Atmung
- * neg. Lautäußerungen
- * Gesichtsausdruck
- * Körperhaltung
- * Reaktion auf Tröstung



Cajeputmischung

Klinik Neuperlach/München

30ml Jojobaöl
20ml Johanniskrautöl

20 Tr. Cajeput
5 Tr. Rosmarin 1,8 cineol
5 Tr. Lavendel fein



A stylized graphic on a textured, light brown background. On the left, a dark purple hand with a circular thumb is shown holding a bright green leaf. The leaf has a white vein and is positioned as if being presented. The overall style is simple and symbolic.

Danke

für die Aufmerksamkeit
Manuela