

## Geleitwort zur zweiten Auflage

Die Anwendung ätherischer Öle dient bereits seit vielen Jahrhunderten der Prophylaxe und Behandlung vielfältiger unterschiedlicher Erkrankungen. In der wissenschaftlich orientierten Medizin ist der Einsatz ätherischer Öle heute fester Bestandteil. Man denke nur an die vielfältige Nutzung auf den Palliativstationen und in der Geburtshilfe. Klassische Naturheilverfahren, zu denen die Ätherisch-Öl-Drogen als Phytotherapie zu zählen sind, sind seit 1993 Gegenstand des Medizinstudiums. Die Zusatzbezeichnung »Naturheilverfahren« führen heute über 16 000 Ärzte in Deutschland.

Große Teile der Bevölkerung nutzen die Behandlung mit ätherischen Ölen durch AromaexpertInnen. Die Therapie mit ätherischen Ölen bietet den PatientInnen ein wirksames und allgemein auch nebenwirkungsarmes, zudem preisgünstiges Behandlungskonzept, das auch prophylaktisch einsetzbar ist.

Das Fachbuch »*Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis*«, das jetzt in einer 2. Auflage vorliegt, wurde durchgängig in allen Teilen A bis F aktualisiert.

Wie die HerausgeberInnen sind auch die AutorInnen auf ihrem Gebiet erfahrene ExpertInnen aus Medizin, Pharmazie und Pflege, die die beschriebenen Verfahren seit Jahrzehnten erfolgreich anwenden, sowie WissenschaftlerInnen, die sich in der Forschung seit Jahren mit diesem Thema beschäftigen.

Die neue Auflage hat im Einzelnen Folgendes zu bieten:

Der Teil A (Wissenschaftliche Grundlagen zur Aromatherapie) wurde von bisher 8 auf 14 Kapitel erweitert, neu im klinischen Teil B sind die Kapitel »Kinderheilkunde« und »Orale Medizinische Aromatherapie auf der Grundlage der französischen Praxis«.

Teil C, der sich mit der pflegetherapeutischen Aromakultur beschäftigt, wurde neu strukturiert und durch einen Beitrag aus dem Gebiet der Pflegewissenschaften (Evangelische Hochschule Ludwigsburg) zu den rechtlichen Rahmenbedingungen und Verantwortlichkeiten in der Aromapflege ergänzt.

Teil D erfuhr eine Erweiterung der Ätherisch-Ölpflanzen-Steckbriefe von 70 auf 104. Das Kapitel zu den fetten Pflanzenölen, Mazeraten und Wachsen wurde ebenfalls von 15 auf 28 Steckbriefe erweitert. Ganz neu aufgenommen wurde das Kapitel »Hydrolate«, das sich schwerpunktmäßig mit der chemischen Zusammensetzung der 15 aufgeführten Hydrolate und Qualitätsfragen befasst.

Das moderne Wissen zum Einsatz ätherischer Öle in der Medizin und Pflege wird mit dieser 2. Auflage vorbildlich und auf aktuellstem Stand vermittelt.

Es bleibt zu wünschen, dass diese Neuauflage viele neugierige und interessierte LeserInnen findet. Sie sollte in keinem Bücherregal fehlen.

Hattingen im Oktober 2021

Prof. Dr. med. André-Michael Beer  
Klinik für Naturheilkunde, Klinik  
Blankenstein, Hattingen

## Geleitwort

Wenn man sich rund fünfzig Jahre lang nicht nur praktisch, sondern vor allem auch wissenschaftlich mit ätherischen Ölen beschäftigt hat, dann kennt man weitgehend nicht nur die Veröffentlichungen in den einschlägigen Fachjournalen, sondern auch das enorme Angebot an Büchern zum Thema ätherische Öle und deren Empfehlungen in der Medizin, Hausmedizin, Kosmetik und in der Parfümerie. Das Bücherangebot kann man grob in drei Kategorien unterteilen:

1. Lehr- und Handbücher, die ausgesprochen naturwissenschaftlich und technologisch ausgerichtet sind, wie z. B. die vier Bände von Gildemeister & Hoffmann oder das sechsbändige Werk »The Essential Oils« des Chemikers Ernest Guenther oder »Ätherische Öle« des Pharmazeutischen Biologen Prof. Reinhold Carle (Universität Hohenheim). Dazu zählt auch das jüngste Lehr- und Handbuch: »Handbook of Essential Oils«, herausgegeben von den Professoren K. Hüsni Can Başer und Gerhard Buchbauer.

2. Bücher von Autoren mit einer naturwissenschaftlichen oder medizinischen Grundausbildung wie Apotheker, PTAs, Biologen, Hebammen, Krankenschwestern, Physiotherapeuten usw. Ein vertiefter wissenschaftlicher Diskurs, insbesondere was die Pharmakognosie ätherischer Öle betrifft, erfolgt in diesen Handbüchern nicht.

3. Bücher von Autoren, die weder eine naturwissenschaftliche noch eine medizinische oder pharmazeutische Grundausbildung durchlaufen haben wie z. B. Journalisten, Aromatherapeuten mit autodidaktisch erworbenen Kenntnissen oder Kosmetikerinnen, die ganz auf die Anwendung orientiert sind, ohne über ein exaktes Wissen der phytochemischen Zusammensetzung zu verfügen.

Die letztere Bücherkategorie, in der Regel leicht verständlich verfasst, wird als sogenanntes *Hausbuch* von Laien am meisten gekauft, nicht

zuletzt, weil ein gewisser Trend zur Esoterik darin nachzulesen ist.

Das vorliegende Lehr- und Handbuch: »Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis«, herausgegeben von dem Arzt Dr. med. Wolfgang Steflitsch, der sich seit mehr als zehn Jahren am Otto-Wagner-Spital, Wien, mit der Anwendung ätherischer Öle am Patienten beschäftigt, dem Fachapotheker für Allgemeinpharmazie Dietmar Wolz, Kempten, der über ein exzellent ausgerüstetes analytisches Pharmazielabor verfügt und gemeinsam mit der Chemie-Ingenieurin Gerlinde Engelhardt äußerst kompetent zur Qualität von ätherischen Ölen Stellung nehmen kann und, last but not least, Professor Dr. Gerhard Buchbauer, ehemaliger Vorstand des Departments für Klinische Pharmazie und Diagnostik der Universität Wien, dürfte wie kein zweites Lehr- und Handbuch auf dem deutschsprachigen Büchermarkt nahezu sämtliche Aspekte der Aromatherapie, sowohl wissenschaftlich als auch praktisch, abdecken.

Die Beiträge wurden von 30 wissenschaftlich renommierten oder mit einer großen Erfahrung ausgestatteten Autorinnen und Autoren verfasst. Beispielhaft sei das Kapitel »Schwangerschaft, Geburtshilfe und Säuglinge« der Hebamme Ingeborg Stadelmann genannt oder die 70 »Ätherisch-Öl-Steckbriefe« mit über 100 ätherischen Ölen und deren Anwendung. 14 Kapitel befassen sich ausführlichst und kompetent mit der Aromatherapie und -pflege in der Praxis, z. B. in der Altenpflege und in der Palliativpflege.

Angesichts der Tatsache, dass sowohl in den medizinischen und pharmazeutischen Lehr- und Handbüchern, aber auch in Laien-Hausbüchern relativ wenig über die wissenschaftlich akzeptierte bzw. richtig angewendete Aromatherapie –

ohne esoterischen Einschlag – nachzulesen ist, schließt dieses neue Lehr- und Handbuch eine echte Lücke, das in jeder ärztlichen Praxis, in der phytotherapeutisch gearbeitet wird, in jeder Apotheke, die auf die Qualität ihrer vorrätigen ätherischen Öle achtet, in jeder Hebammenpraxis sowie in jeder Physiotherapie- und Massagepraxis ein unentbehrliches Nachschlagewerk sein sollte. Ich halte »Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis« für ein Werk, das in der Lage ist, die Ak-

zeptanz der Aromatherapie sowohl in der Wissenschaft als auch in der Praxis voranzubringen bzw. zu festigen. Mir ist bislang kein besseres Lehr- und Handbuch zum Thema Aromatherapie begegnet. Kompliment den drei Herausgebern sowie der Verlegerin des Nachschlagewerks.

Immenstadt im Februar 2013

Univ. Prof. emer. Dr. Dr. h. c. mult.  
Heinz Schilcher

## Vorwort zur zweiten Auflage

Sie halten die komplett aktualisierte und erweiterte, 2. Auflage unseres Lexikons über Medizinische Aromatherapie und pflegetherapeutische Aromakultur in Ihren Händen. Seit der Erstauflage vor acht Jahren ist eine reichhaltige wissenschaftliche, klinische und praktische Evidenz entstanden, die in immer stärkerem Maße Einzug in seriöse, internationale Datenbanken hält. Dieses Wissen haben erfahrene, fachkundige Autorinnen und Autoren aus allen drei deutschsprachigen Ländern in die Neuauflage eingebracht – daran wollen wir Sie, liebe Leserinnen und Leser, nun teilhaben lassen.

Die Erweiterung der medizinischen Fachdisziplin-Kapitel lag uns sehr am Herzen. Gleichwohl werden Sie in allen Abschnitten der 2. Auflage neue Themen entdecken. Auch wenn auf manchen neuen Gebieten, wie z. B. SARS-CoV2/Covid-19 oder Aromatherapie bei Kindern, bis zur Drucklegung erst wenige aussagekräftige wissenschaftliche Studien vorlagen, hat sich der Arzt und Autor Dr. Steflitsch auch dieser aufkeimenden Wissensgebiete angenommen.

Auch die Steckbriefe bieten neues Wissen. Über bloße Messergebnisse hinausgehend enthalten sie Qualitätsaussagen, die die Grundlage schaffen für eine bedarfs- und anwendungsgerechte rechtliche Produkteinordnung. Darüber hinaus haben wir mit der Aufnahme präziser chemischer Analysen von Hydrolaten echtes Neuland betreten und präsentieren Daten, die bisher in keinem der bestehenden Werke zur Aromatherapie enthalten sind.

Aromatherapie und pflegetherapeutische Aromakultur etablieren sich zunehmend in der Medizin, der Pflege, der universitären Lehre, den Sozialversicherungen und der Politik. Unser Fachbuch soll mit seinem gelungenen Wissens- und Erfahrungstransfer nicht nur der interprofessionellen, sondern auch der internationalen

Vernetzung dienen, wie wir sie bereits seit vielen Jahren propagieren. Ein wichtiger Schritt in diese Richtung war die Konstitution von AromaAlliance im Jahr 2019, einem Europa-übergreifenden Netzwerk, das sich für eine gemeinsame Haltung in der sicheren und professionellen Anwendung von ätherischen Ölen, natürlichen fetten Ölen und Hydrolaten insbesondere im Gesundheitswesen aber auch im Privatbereich einsetzt.

Ebenso wie AromaAlliance sind die Vereine ÖGWA und Forum Essenzia e. V. mit ihren kompetenten Kuratorien unser gemeinsamer Wissenspool und konstruktive Mitstreitende im Hintergrund. Ehrenamtliches Engagement trug und trägt fortwährend dazu bei, dass aus einer Vision Wirklichkeit wurde: der Anerkennung und Verbreitung einer sicheren pflegetherapeutischen Aromakultur in der Wissenschaft, den ärztlichen Fachdisziplinen und (fast) allen medizinischen Gesundheitsberufen.

Mit unserem Fachbuch wollen wir auch einen Beitrag zur Sicherung des ökologisch und ökonomisch fairen Zugangs zu qualitativ hochwertigen ätherischen Ölen, Hydrolaten, Mazeraten und natürlichen fetten Pflanzenölen leisten. Wir alle sind verantwortlich für die Bewahrung und den Schutz von Pflanzen, Tieren und Menschen. Wir bitten deshalb auch Sie, auf ökologische und soziale Nachhaltigkeit zu achten.

Die Herausgeberinnen und Herausgeber

Kempton, Ollersbach, St. Ingbert, Wien und  
Wiggensbach im Oktober 2021

Dr. Wolfgang Steflitsch  
Dietmar Wolz  
Prof. Dr. Gerhard Buchbauer  
Dr. Eva Heuberger  
Ingeborg Stadelmann

## Vorwort

Wenn Tradition auf Wissenschaft trifft, Empirie auf Evidenz, und beide sich ohne Vorurteile begegnen, entstehen die besten Voraussetzungen für die solide Etablierung einer Naturheilmethode. Wenn diese Methode zudem Wert legt auf die Anwendung qualitativ hochwertiger Naturprodukte und profunder Ausbildungsmaßstäbe, darf man von einer vorbildlichen Naturheilmethode sprechen. Wenn diese Methode darüber hinaus nach den Richtlinien und Intentionen der Gesundheits- und Krankenpflege angewendet wird, steht uns eine universale Pflegemethode zur Verfügung. Und schon befinden wir uns in der faszinierenden Welt der Aromatherapie und Aromapflege: Die Gesundheit zu fördern und für Wohlbefinden zu sorgen sind ebenso Teil ihres Wirkungsvermögens, wie Krankheiten zu behandeln und Beschwerden zu lindern.

Wie vielseitig diese Welt ist, zeigt sich in diesem Buch: Es belegt die Erkenntnisse einer jahrhundertealten Erfahrungsheilkunde mit modernen Studienergebnissen, vereint traditionelles Heilwissen mit neuzeitlicher Medizin, berücksichtigt die Wünsche und Interessen von Therapeuten, Pflegenden und Patienten ebenso wie die Bedürfnisse von Körper, Geist und Seele.

Wer sich das Wirkungspotenzial der Aromatherapie und -pflege zunutze machen will, der sollte wissen, wie dieses am besten entfaltet wird. Deshalb wurden für die gebräuchlichsten der in den folgenden Kapiteln genannten ätherischen Öle ausführliche Steckbriefe erarbeitet. Die exakte Beschreibung der Öle vom botanischen Namen der Herkunftspflanze über die Analyse der wichtigsten Inhaltsstoffe bis hin zum gezielten Einsatz der Öle bei bestimmten Indikationen soll eine Brücke schlagen zwischen den Herstellern von Ätherisch-Öl-Produkten einerseits und den Anwendern und Therapeuten andererseits.

Die Steckbriefe für ausgewählte fette Pflanzenöle zeigen ebenso wie die Ätherisch-Öl-Beschreibungen, dass für einen erfolgreichen Einsatz der Öle Qualitätssicherung unerlässlich ist, zumal, wenn es darum geht, dem Anspruch der Aromatherapie und -pflege gerecht zu werden, nämlich stets genuine, authentische Öle zur Verfügung zu haben, die dem Anwender und Verbraucher die notwendige Sicherheit gewähren.

Dieses Werk will dazu beitragen, dass die Aromatherapie und Aromapflege einen festen Platz im europäischen Gesundheitswesen finden. Es ist sowohl für Experten gedacht, wie auch für Lernende, die einen profunden Einstieg in das weite Gebiet der ätherischen Öle suchen. Es ist in fünf Teile gegliedert: Teil A beginnt mit einer Einführung in die Welt der ätherischen Öle und zeigt verschiedene Facetten ihrer Wirkungsweisen, Teil B präsentiert ausführlich die wissenschaftsorientierte Praxis der Aromatherapie, Teil C stellt die moderne Aromapflege vor allem auch im klinischen Bereich in den Mittelpunkt, in Teil D dreht sich alles um Qualitätssicherung, und Teil E präsentiert die rechtlichen Grundlagen. Das Ganze wird im Anhang ergänzt von einer Tabelle mit den korrekten Bezeichnungen sämtlicher im Buch genannten ätherischen Öle sowie nützlichen Adressen.

Möge Sie unser Buch zum Lesen, Lernen, Lehren und Nachschlagen anregen. Und wenn Ihr Kopfpolster zu niedrig ist, legen Sie getrost Ihr Exemplar darunter.

Die Herausgeber

Wien und Kempten im Februar 2013

Dr. Wolfgang Steflitsch  
Dietmar Wolz  
Prof. Dr. Gerhard Buchbauer