

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	XI	6 Der Weg ätherischer Öle nach dermalen Applikation	50
Geleitwort	XIII	Wolfgang Steflitsch	
		6.1 Resorption (Aufnahme)	50
		6.2 Elimination (Ausscheidung)	51
Teil A		7 Ätherische Öle in der Duftlampe: Veränderung ihrer Zusammensetzung	52
Allgemeines zur Aromatherapie		Wolfgang Steflitsch; Heinz Schilcher	
1 Einführung in die Welt der ätherischen Öle	3	7.1 Fazit	53
Wolfgang Steflitsch		7.2 Hinweis	53
1.1 Begriffsbestimmungen	3	8 Allgemeine Anmerkungen zu klinischen Studien	54
1.2 Kurze Geschichte der Aromatherapie	7	Wolfgang Steflitsch	
1.3 Botanische Grundlagen	8		
1.4 Wirkmechanismen ätherischer Öle	9		
1.5 Qualitätsanspruch	12		
1.6 Ökonomische Aspekte	13		
1.7 Die europäische Perspektive	13		
2 Aromatherapie: Auch naturwissen- schaftlich betrachtet	15		
Gerhard Buchbauer			
3 Wirkungsmechanismen ätherischer Öle	18		
Eberhard Teuscher			
3.1 Pharmakokinetik ätherischer Öle	18		
3.2 Pharmakodynamik ätherischer Öle	19		
4 Die Wirksamkeit von Riechstoffen im Hinblick auf die Aktivierung beim Menschen – Wahrheit oder Mythos? ..	25		
Eva Heuberger			
4.1 Was ist Aktivierung?	25		
4.2 Pharmakologisch oder psychologisch? ..	26		
4.3 Wirkungen von Duftstoffen nach inhalativer Aufnahme – olfaktorische Stimulation	28		
4.4 Wirkungen von Riechstoffen nach nicht- inhalativer Aufnahme	41		
4.5 Einfluss von Riechstoffen auf die funktio- nale Aktivierung des Zentralnervensystems	43		
4.6 Schlussbetrachtungen	43		
5 Reaktionen des Zentralnervensystems auf ätherische Öle	45		
Wolfgang Steflitsch			
		1 Dermatologie	59
		Wolfgang Steflitsch; Jürgen Reichling und Paul Schnitzler; Rainer Frühsammer	
		1.1 Allgemeines	59
		1.2 Ekzeme – Dermatitis	59
		1.3 Herpes-simplex-Virus-I/II-Infektionen, Varicella-zoster-Infektionen	62
		1.4 Onychomykose und Tinea pedis	67
		1.5 Diabetische Neuropathie	69
		1.6 Wund- und Narbenheilung	70
		1.7 Acne vulgaris	82
		1.8 Psychodermatologische Störungen	86
		1.9 Verbrennungen	89
		1.10 Ätherische Öle für weitere dermato- logische Indikationen	90
		1.11 Spezielle dermatologische Indikationen fetter Pflanzenöle, Mazerate und Salben- grundlagen	96
		2 Geriatrie	99
		Wolfgang Steflitsch	
		2.1 Allgemeines	99
		2.2 Mangelernährung im Alter	99
		2.3 Schlafstörungen und Schlaflosigkeit im Alter	102
		2.4 Demenz	107
		2.5 Depression im Alter	114

2.6	Dyspepsie	115			
2.7	Obstipation	115			
2.8	Divertikulose, Divertikulitis	116			
2.9	Hautulzera und Wundheilungsstörungen	117			
2.10	Arthrose	119			
3	Schwangerschaft, Geburtshilfe und Säugling	124			
	Ingeborg Stadelmann				
3.1	Allgemeines	124			
3.2	Ängste in der Schwangerschaft	127			
3.3	Bauchnabelempfindlichkeit in der Schwangerschaft	128			
3.4	Schmerzhafte Kindsbewegungen	129			
3.5	Blähungen in der Schwangerschaft	130			
3.6	Blutungen in Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett	131			
3.7	Brustpflege in der Schwangerschaft	131			
3.8	Ödeme in der Schwangerschaft	133			
3.9	Schlafstörungen in der Schwangerschaft	134			
3.10	Striae	135			
3.11	Vaginalmykose	136			
3.12	Geburtsvorbereitung	139			
3.13	Wehenförderung	140			
3.14	Wehentätigkeit, frühzeitige	141			
3.15	Stimmungstief im Wochenbett	142			
3.16	Rückbildung	144			
3.17	Hyperlactation	145			
3.18	Hypolactation	146			
3.19	Milchstau – Mastitis	147			
3.20	Wunde Brustwarzen – Rhagaden in der Stillzeit	148			
3.21	Schwäche in der Stillzeit	149			
3.22	Brustentwöhnung	150			
3.23	Iktus beim Säugling	151			
3.24	Blähungen beim Säugling	152			
3.25	Schlafstörungen beim Säugling – Schreikinder	153			
3.26	Hautprobleme beim Säugling	154			
4	Infektiologie und Immunologie	157			
	Wolfgang Steflitsch; Gerda und Karl Dorfinger				
4.1	Allgemeines	157			
4.2	Ätherische Öle mit antibakterieller Wirksamkeit	159			
4.3	Ätherische Öle mit antiviralen Wirkstoffen	174			
4.4	Ätherische Öle mit antimykotischen Wirkstoffen	182			
4.5	Ätherische Öle gegen Parasiten	187			
4.6	Rheumatoide Arthritis	192			
4.7	HIV und AIDS	194			
4.8	Molluscum-contagiosum-Infektion	197			
4.9	Kreuzinfektionen	198			
4.10	Bakteriologische Diagnostik beim Einsatz ätherischer Öle in der Infektionsbehandlung	200			
5	Kardiologie	206			
	Wolfgang Steflitsch				
5.1	Arterielle Hypertonie	206			
5.2	Arterielle Hypotonie	208			
5.3	Tachykardie	209			
5.4	Schock	210			
5.5	Weitere Herz-Kreislauf-Erkrankungen	211			
6	Gastroenterologie und Stoffwechselerkrankungen	214			
	Wolfgang Steflitsch				
6.1	Allgemeines	214			
6.2	Übelkeit und Erbrechen	214			
6.3	Dyspepsie	216			
6.4	Diarrhoe	218			
6.5	Obstipation	219			
6.6	Erkrankungen der Gallenblase und Gallenwege	221			
6.7	Gicht	222			
6.8	Hepatitis und Leberinsuffizienz	223			
6.9	Reizdarm	225			
6.10	Weitere gastroenterologische Erkrankungen	227			
7	Nephrologie	230			
	Wolfgang Steflitsch				
7.1	Allgemeines	230			
7.2	Pyelonephritis	230			
7.3	Nephritis	231			
7.4	Weitere Erkrankungen im Bereich der Nieren und ableitenden Harnwege	232			
8	Intensivmedizin	234			
	Wolfgang Steflitsch				
8.1	Allgemeines	234			
8.2	Extubation	235			
8.3	Behandlung von Angstzuständen	236			
8.4	Dekubitalulzera	237			
9	Palliativmedizin	241			
	Wolfgang Steflitsch				
9.1	Allgemeines	241			
9.2	Die terminale Phase	242			
10	Onkologie	247			
	Wolfgang Steflitsch				
10.1	Allgemeines	247			
10.2	Übelkeit und Erbrechen	254			
10.3	Strahlenschäden	256			
10.4	Haarausfall (Alopezie)	257			
10.5	»Riechende Tumore«	258			
10.6	Lymphödem	260			
10.7	Tumorschmerzen	261			
10.8	Ausgewählte Rezepturvorschläge für onkologische Patienten	263			

11 Atemwegserkrankungen	264	2 Aromatherapie in der Klinik – ein interdisziplinäres Projekt	387
Wolfgang Steflitsch		Claudia Kreuzer und Harald Mühlbacher	
11.1 Allgemeine Vorbemerkungen und Studien aus der Pulmologie	264	2.1 Erste Schritte	387
11.2 Asthma bronchiale	276	2.2 Von der Skepsis zur Erkenntnis	387
11.3 Akute und chronische Bronchitis	281	2.3 Sicherheit auf allen Ebenen	388
11.4 Pneumonie	285	2.4 Ein Gewinn für alle	389
11.5 Tuberkulose	287	3 Richtlinienmodell Aromapflege	390
11.6 Mucoviszidose	290	Wolfgang Steflitsch	
11.7 Atemwegsinfektionen mit Pseudomonas aeruginosa	291	3.1 Voraussetzung	390
11.8 Erkältungskrankheiten	292	3.2 Qualitätskriterien	390
11.9 Rhinotopische Aromatherapie	295	3.3 Zielsetzungen	391
11.10 Fallbericht: Aromatherapeutische Unterstützung einer onkologischen Patientin mit Atemproblemen	297	4 Rechtliche Aspekte und Verantwortlichkeiten in der Aromapflege	394
12 Psychiatrie	301	Wolfgang Steflitsch; Christa Knedlitschek; Barbara Bernath-Frei	
Wolfgang Steflitsch		4.1 Die Situation in Österreich	394
12.1 Allgemeines	301	4.2 Die Situation in Deutschland	396
12.2 Psychoneuroimmunologie	304	4.3 Die Situation in der Schweiz	397
12.3 Bipolare Störungen	309	5 Ätherische Öle in der Altenpflege und Hospizarbeit	399
12.4 Depressionen	312	Monika Zilke	
12.5 Teilleistungsstörungen	316	5.1 Allgemeines	399
12.6 Stress	321	5.2 Vorbedingungen	399
12.7 Angst	328	5.3 Aromatherapie und -pflege	399
12.8 Schlafstörungen	334	5.4 Anamnese für die Aromatherapie-Anwendung	400
12.9 Suchtverhalten	340	5.5 Verträglichkeitstest	401
12.10 Anorexia nervosa	342	5.6 Anwendung	401
13 Schmerzen	344	5.7 Vor- und Nachteile	402
Wolfgang Steflitsch; Eveline Löseke		6 Duftanwendungen in der Palliativpflege	403
13.1 Allgemeine Vorbemerkungen und Studien zur Schmerzsymptomatik	344	Christa Knedlitschek	
13.2 Akute und chronische Schmerzzustände	365	6.1 Die Wirkung ätherischer Öle	403
13.3 Fibromyalgie-Syndrom	370	6.2 Ätherische Öle für die Palliativpflege	403
13.4 Lumbago, Gelenk- und Muskelschmerzen	373	6.3 Persönliche Zuwendung durch Aromapflege	403
		6.4 Ätherische Düfte gegen schlechte Gerüche	403
		6.5 Ätherische Öle in der Duftlampe	404
		6.6 Haut- und Körperpflege	404
		6.7 Abschied nehmen	404
		6.8 Qualität in der Aromapflege	405
		7 Duftheilkunde für die Seele: Einblicke in die Psycho-Aromatherapie	406
		Erika Haussener	
		7.1 Allgemeines	406
		7.2 Was ist Psycho-Aromatherapie?	406
		7.3 Psycho-Aromatherapie in der Praxis	406
		7.4 Wann kann Psycho-Aromatherapie eingesetzt werden?	408

Teil C

Aromatherapie und Aromapflege in der Praxis

1 Aromapflege	383
Evelyn Deutsch	
1.1 Allgemeines	383
1.2 Voraussetzungen für eine verantwortungsvolle Aromapflege	383
1.3 Ganzheitliche Pflege für Körper, Geist und Seele	384
1.4 Die Ansatzpunkte der Aromapflege	384
1.5 Anwendungsmöglichkeiten	384
1.6 Qualität der Öle und Dosierung	385
1.7 Erfolge und positive Impulse	385

8 Aromatherapie in der Psychiatrie	410	13.5 Aromacremes und -salben	443
Barbara Bernath-Frei		13.6 Aromabad	446
8.1 Nicht immer ist Rose die passende Wahl . .	410	13.7 Rezepturen: Tropfengewicht	446
8.2 Duftheilkunde bei dementen Menschen mit eingeschränkter Duftwahrnehmung . .	411	13.8 Sicherheitshinweis: Wenn ätherisches Öl ins Auge gerät	452
8.3 Wenn der Boden unter den Füßen fehlt: erdende Düfte	411	14 Vorzüge und Grenzen von Fertig- produkten für die Aromatherapie	
8.4 Die schwereren Blumigen haben's in sich . .	411	und Aromapflege	453
8.5 Fazit	413	Wolfgang Steflitsch und Dietmar Wolz	
9 Aromatherapie und Hydrotherapie: Wickel, Kompressen und Auflagen	414	Teil D	
Ursula Uhlemayr		Steckbriefe	
9.1 Allgemeines	414	1 Einleitung zu den Pflanzen- Steckbriefen	459
9.2 Grundlagen und Regeln	415	Dietmar Wolz und Gerlinde Engelhardt	
9.3 Das richtige Material	415	1.1 Ätherische Öle in den Arzneibüchern	459
9.4 Thermische Reize über die Haut	416	1.2 Ätherische Öle in der Kosmetik	460
9.5 Fazit	417	1.3 Ätherische Öle als Bedarfsgegenstand . .	460
10 Wickel und Kompressen	419	1.4 Monografien der Bahnhof-Apotheke Kempten	460
Bärbl Buchmayr		1.5 Produkte mit ätherischen Ölen und ihre Kennzeichnung	462
10.1 Allgemeines	419	2 Prüfmethode	464
10.2 Indikationen und Wickelzusätze mit ätherischen und fetten Pflanzenölen . .	419	Dietmar Wolz und Gerlinde Engelhardt	
10.3 Heiß-feuchte Dampfkompresse	420	2.1 Organoleptische Prüfung	464
10.4 Temperierte Ölkompresse	421	2.2 Methoden zur Reinheitsprüfung	464
10.5 Kühle oder kalte Wickel	423	2.3 Methoden zur Identitätsprüfung	469
10.6 Wickel und Kompressen bei Fieber	423	3 Aufbau der Ätherisch-Öl-Steckbriefe	472
11 Einreibungen und Massagen	426	Dietmar Wolz und Gerlinde Engelhardt	
Bruno Walter		4 Alantöl duftend, Inula-graveolens-Öl	477
11.1 Allgemeines	426	5 Angelikawurzelöl	480
11.2 Einreibungen	426	6 Anisöl	483
11.3 Massagen	426	7 Atlaszedernöl	486
11.4 Reflexzonenmassage	427	8 Bergamotteöl	489
11.5 Grundregeln der Einreibung und »sanften Massage«	427	9 Cajeputöl	493
11.6 Grundregeln der Anwendung ätherischer Öle	428	10 Campheröl weiß	496
11.7 Fette Pflanzenöle	428	11 Cistrosenöl	499
11.8 Ätherische Öle für ausgewählte Themen	429	12 Citronella-Öle	503
12 Hautpflege mit ätherischen und fetten Pflanzenölen	432	13 Douglasienöl	507
Ruth von Braunschweig		14 Eisenkrautöl Anden, Verbenaöl Anden	510
12.1 Die Haut	432	15 Eisenkrautöl französisch, Verbenaöl . .	513
12.2 Hautpflege ist Gesundheitspflege	434	16 Eukalyptusöl	517
12.3 Hautpflege mit natürlichen Pflanzenölen	436	17 Fenchelöl süß	521
13 Dosierungsanleitung für Mischungen mit ätherischen und fetten Ölen	439	18 Grapefruitöl	524
Ingeborg Stadelmann und Gerlinde Engelhardt			
13.1 Grundregeln	439		
13.2 Therapeutische Mischungen	439		
13.3 Raumbeduftung	442		
13.4 Körper- und Massageöle, Naturparfüms	442		

19	Immortellenöl	528	57	Salbeiöl dalmatinisch	671
20	Ingweröl	532	58	Salbeiöl kleinblättrig	675
21	Johanniskrautöl	535	59	Sandelholzöl ost-indisch	679
22	Kamillenöl blau	538	60	Schafgarbenöl	683
23	Kamillenöl römisch	542	61	Spearmintöl, Krauseminzöl	687
24	Karottensamenöl, Karottenfruchtöl	546	62	Teebaumöl australisch, Tea-tree-Öl, Melaleucaöl	690
25	Korianderöl	549	63	Thymianöle	694
26	Kreuzkümmelöl, Cuminöl	552	64	Wacholderbeeröl	700
27	Latschenkiefernöl	555	65	Weihrauchöl indisch, Olibanumöl indisch	704
28	Lavandinöle	558	66	Weißtannenöl	707
29	Lavendelöl	561	67	Ylang-Ylang-Öle	710
30	Lavendelsalbeiöl, Salbeiöl spanisch ..	566	68	Ysopöl	714
31	Lemongrasöl ost-indisch	570	69	Ysopöl decumbens	718
32	Limettenöl	574	70	Zimtöle	722
33	Linaloe-Öle	578	71	Zirbelkiefernöl, Arvenöl	726
34	Litseaöl	581	72	Zitronenöl	729
35	Majoranöl süß	584	73	Zypressenöl	734
36	Mandarinenöl, Mandarinenschalenöl	587	74	Abkürzungen/Glossar/Literatur	738
37	Manukaöl, East-Cape-Manuka-Öl, Manex-Öl	591	74.1	Abkürzungsverzeichnis	738
38	Melissenöl	594	74.2	Glossar	739
39	Minzöl, Minzöl japanisch	598	74.3	Literaturverzeichnis	740
40	Muskatellersalbeiöl	601	75	Zur Qualität fetter Pflanzenöle	742
41	Myrtenöl	605		Martin A. Späth	
42	Nanaminzöl	609	75.1	Fette und Öle	742
43	Nelkenöl	613	75.2	Herstellungsmethoden und Verfahrenstechnik	745
44	Neroliöl, Bitterorangenblütenöl	617	75.3	Leitsätze für Speisefette und Speiseöle	746
45	Niaouliöl	621	75.4	Parameter für die Qualität	747
46	Orangenöl süß, Süßorangenschalenöl	625	75.5	Genuinität	749
47	Palmarosaöl	629	75.6	Worauf soll man beim Kauf von Öl achten?	751
48	Pfefferöl schwarz	632	75.7	Fazit: Transparenz ist wichtig	752
49	Pfefferminzöl	635	75.8	Glossar	753
50	Quendelöl	640	76	Bewährte Pflanzenöle: Ihre Eigenschaften und Einsatzgebiete	754
51	Ravintsaraöl	644		Ruth von Braunschweig, Gerlinde Engelhardt, Ingeborg Stadelmann	
52	Rosenöl damaszener	648	76.1	Allgemeines	754
53	Rosenöl gallisch	654	76.2	Steckbriefe der Pflanzenöle	754
54	Rosengeranienöl	659	77	Aprikosenkernöl	755
55	Rosenholzöl	663	78	Calophyllumöl	756
56	Rosmarinöl	666	79	Hagebuttenkernöl	757

80	Macadamianussöl	758
81	Mandelöl	759
82	Nachtkerzenöl	761
83	Olivenöl	762
84	Sanddornfruchtfleischöl	764
85	Sonnenblumenöl	766
86	Weizenkeimöl	768
87	Jojobawachs, Jojobaöl	770
88	Sheabutter	772
89	Mazerate	773
	89.1 Arnikaöl	773
	89.2 Johanniskrautöl	774
	89.3 Ringelblumenöl	775

Teil E Recht

1	Rechtliche Rahmenbedingungen für die Aromatherapie in Österreich, Deutschland und der Schweiz	779
	Robert Guderna, Ernst Schneider, Brigitte Schulthess	
1.1	Einführung: Aromatherapie als Rechts- begriff	779
1.2	Situation der Aromatherapie in Deutschland	782
1.3	Aromatherapie bzw. Aromapflege in Österreich	792
1.4	Aromatherapie in der Schweiz	797
2	Kosmetikrecht	800
	Andreas Reinhart	
2.1	Rechtliche Rahmenbedingungen für kosmetische Mittel	800

Anhang

Autorinnen und Autoren	807
Adressen und Bezugsquellen	810
Abbildungsnachweis	813
Pflanzenregister	814
Register	852