



## Aromapflege als Angebot im Rahmen der ganzheitlichen Pflege

Aromapflege ist eine anerkannte, komplementäre Pflegemethode mit 100% naturreinen, ätherischen Ölen, Pflanzenölen, Hydrolaten oder daraus hergestellten Pflegeprodukten.

Aromapflegemaßnahmen können zur Körperpflege, Mundpflege, Hautpflege, Einreibung & Streichung oder als Raumbeduftung eingesetzt werden. Für die äußere Anwendung von ätherischen Ölen, welche keine Arzneimittel sind, wird keine schriftliche ärztliche Anordnung benötigt und dient der prophylaktischen und pflegerischen Maßnahmen.

### Ziel der Aromapflege

- Aktivierung der Selbstheilungskräfte
- Harmonisierung von Körper, Geist und Seele um ein inneres Gleichgewicht wiederzuerlangen
- Unterstützung bei Angst, innerer Unruhe, Depression,...
- Verbesserung der Lebensqualität, sowie des Schlafrhythmus
- Förderung der Entspannung
- Schaffung einer angenehmen Raumatmosphäre

Bei möglichen unerwünschten Reaktionen, wie z.B. Hautrötung, Juckreiz, vegetative Reaktionen (z.B. Herzrasen, Schwindel, Übelkeit,...) ist die Aromapflege sofort zu stoppen. Beruhigen Sie den Patienten und sorgen Sie für Frischluft-Zufuhr. Informieren Sie den Arzt und setzen Sie die Anordnungen sowie die entsprechende Pflegedokumentation um.

### Kombination VR-Erlebnisse mit Raumbeduftung

Die Anwendung und Wirkung der ätherischen Öle erfolgen rein über den Geruchssinn und sollen das VR-Erlebnis intensivieren.

Die Wirkung der ätherischen Öle erfolgt über den ältesten Teil unseres Gehirns – das limbische System. Dieses wirkt wiederum auf das vegetative und zentrale Nervensystem, welches sämtliche Körperfunktionen beeinflusst (z.B. Blutdruck, Herzfrequenz, Gefühle, Ängste usw.).

### Durchführung der Raumbeduftung im Rahmen von VITAR-Erlebnissen

- Suchen Sie sich ein entsprechendes VITAR-Erlebnis aus.
- Passende Vorschläge zur Aromaanwendung werden Ihnen angezeigt.
- Bevor das VR-Erlebnis gestartet wird, führen Sie die Raumbeduftung durch.

#### Möglichkeiten zur Anwendung

<b>Duftfleckerl</b>	1ggt Aromapflegeprodukt auf einen unsterilen Tupfer in der Nähe des Patienten platzieren
<b>Thermo-Duftstein</b>	2ggt aufbringen
<b>Raumspray / Diffusor</b>	Nach Bedarf in den Raum sprühen bzw. 3-10ggt (je nach Raumgröße und gewünschter Intensität) in den Wassertank des Diffusors geben

Naturreine Ätherische Öle

Bezeichnung	Binomialer Name	Duft	Wirkung
<b>Bergamotte</b>	Citrus bergamia (Feeling)	Fruchtig, frisch, angenehm riechend	Stimmungsaufhellend, antiseptisch, belebend
<b>Sibirische Fichte</b>	Abies sibirica (Feeling)	Waldig, frisch geschlagenes Holz, erinnert an Nadelwälder	Atemwegsbefreiend, entspannend, angstlösend, ausgleichend auf den Herzrhythmus
<b>Lavendel fein</b>	Lavendel angustifolia (Feeling)	Feine, zarte Duftnote	Harmonisierend, beruhigend, antiseptisch, ausgleichend, schlaffördernd
<b>Rosmarin</b>	Rosmarinus officinalis (Feeling)	Würziges Aroma	Kräftigend, vitalisierend, belebend, durchblutungsfördernd, Steigerung der Konzentration

Naturreine Duftmischungen von Primavera

<b>Waldspaziergang</b>	Riesentanne, Fichtennadeln Vetiver	Frische, klare Waldluft	Aufrichtend, entschleunigend, entspannend
<b>Ganz entspannt</b>	Lavendel angustifolia	Feine, zarte Duftnote	Harmonisierend, beruhigend, antiseptisch, ausgleichend, schlaffördernd
<b>Gute Laune</b>	Orange Zitrone Limette	Fruchtig-spritzig	vitalisierend, stimmungsaufhellend, positive Energie
<b>Yoga Flow</b>	Myrte, Grapefruit, Sandelholz	Fruchtig-spritzig	Ausgleichend, reinigend, erfrischend, inspirierend, klärend

Naturreine Duftmischungen von Feeling

Bezeichnung	Binomialer Name	Duft	Wirkung
<b>Biene Maja</b>	Duftkreation von Feeling (Orange, Mandarine, Ho-Holz, Lavendel, Vanille)	Fruchtig, frisch, angenehm riechend	Beruhigend ausgleichend, entspannend, beruhigend
<b>Meditation</b>	Duftkreation von Feeling (Myrte, Zeder Virginia, Wacholderbeere Wildwuchs, Weihrauch, Rose persisch, Narde)	Angenehmer Raumduft für alle Entspannungsformen (Yoga, Meditation...)	Harmonisierend, entspannend, bringt Körper und Seele in Einklang, Gedanken loslassen, stressreduzierend

Saisonal: Naturreine Duftmischungen von Feeling

Bezeichnung	Binomialer Name	Duft	Wirkung
<b>Advent</b>	Duftkreation von Feeling (Orange, Edeltanne, Kiefernnadel, Zimt, Nelke, u.a.)	Frischer Wald, Orange - und Zimtgeruch, Weihnachtsduft	Beruhigend, stimmungserhellend, nervenstärkend, befreiend



*„Der Riechsinn ist der Sinn der Fantasie“*

(Jean-Jaques Rousseau)

VITAR-Erlebnis	Duft-Empfehlung
<b>GESUNDHEIT</b>	
<b>Naturbaden</b>	Sibirische Fichte (Feeling) / Waldspaziergang (Primavera)
<b>Atemübung</b>	Lavendel (Feeling) / Ganz entspannt (Primavera)
<b>Duftreise</b>	Biene Maja (Feeling) / Gute Laune (Primavera)
<b>TIERE</b>	
<b>Tierwelt</b>	Biene Maja ODER Sibirische Fichte (Feeling) / Gute Laune ODER Waldspaziergang (Primavera)
<b>Meereswelt</b>	Biene Maja (Feeling) / Gute Laune (Primavera)
<b>Safari</b>	Biene Maja ODER Sibirische Fichte (Feeling) / Gute Laune ODER Waldspaziergang (Primavera)
<b>STÄDTE</b>	
<b>Venedig</b>	Biene Maja (Feeling) / Gute Laune (Primavera)
<b>Salzburg</b>	Biene Maja (Feeling) / Gute Laune (Primavera)
<b>Wien</b>	Biene Maja (Feeling) / Gute Laune (Primavera)
<b>AUSFLÜGE</b>	
<b>Stoderzinken</b>	Sibirische Fichte (Feeling) / Waldspaziergang (Primavera)
<b>Mirnock</b>	Sibirische Fichte (Feeling) / Waldspaziergang (Primavera)
<b>Gmünd</b>	Biene Maja (Feeling) / Gute Laune (Primavera)

*„Heimat ist der Duft  
der Erinnerung.“*

(Anke Maggauer-Kirsche)

