



WIRKLICH
WIRKSAMES
WISSEN

Aromapflege

Darreichungsformen

trockene Inhalation

- Dosierung: 1-2ggt auf eine Kompresse
- direkt in der Nähe des Kopfkissens platzieren, oder in die Hände geben¹
- Duftradius beträgt ca. 1m
- Bekleidung oder Bettwäsche nicht mit ätherischen Ölen beträufeln → es können Flecken entstehen²

Diffusion

- Dosierung Duftlampe: 2-4ggt auf Wasser
- auf ausreichend Wasser achten, → ätherische Öle können sonst verbrennen²
- Dosierung Vernebler: 3-5ggt auf 14-20m² Raumgröße
- Anwendung: max. 3x tgl. für 1 Stunde – bei Überdosierung Gefahr der Überreizung. Kopfschmerzen können die Folge sein²

Waschung

- Dosierung: 2-3 Liter Wasser und maximal 3ggt ätherisches Öl¹
- korrekte Dosierung beachten – bei höherer Dosierung od. zu heißem Wasser Gefahr der Hautreizung¹
- Emulgator (Sahne, Salz, Obers, Honig) verwenden, ätherische Öle sind ohne Emulgator nicht wasserlöslich¹
- keine Kombination mit Seife die synthetische Duftstoffe enthält¹

Vor dem Öffnen: Händedesinfektion³

Aufbewahrung des Öles: vor Wärme, Licht und Luft schützen³

Nach dem Öffnen:³

- mit Öffnungsdatum versehen
- in Institutionen innerhalb eines Jahres aufbrauchen
- Fertigölmischungen und fette Pflanzenöle nicht in kleinere Behältnisse abfüllen

Quellen:

- 1) Deutsch Grasl E., Buchmayer B., Marlene E. (2015) Aromapflegehandbuch. Leitfaden für den Einsatz ätherischer Öle in Gesundheits- und Sozialberufen. Grasl Fairprint
- 2) Pascoe Naturmedizin (o.J.) Online unter: www.aetherische-oele.net/aetherische-oele.shtml. (Zugriff am 18.12.2019)
- 3) Leitfaden Aromapflege (2020) Online im Isidor unter: <https://isidor.hausderbarmherzigkeit.at/dokumente-prozesse-site/Seiten/ProDoks-Suchmeinbereich.aspx?k=Aromapflege> (Zugriff am 1.06.2020)