



# Unterstützende Aromapflege im Kindernotfall

zusammengefasst von Silvia Bauer Stadtpital Triemli, Zürich  
Kindernotfall/Kinderambulatorium  
E-mail silvia.lfb@web.de

## Ätherische Öle

sind ölige, leicht verdampfende Extrakte aus Pflanzen oder Pflanzenteilen, die einen starken, für die Herkunftspflanze charakteristischen Geruch haben

### Wirkung und Ziel:

Die Wohlgerüche ätherischer Öle können harmonisierend, anregend, beruhigend, entspannend oder auch stimmungserhellend wirken.

Sie verhelfen zu einem körperlichen und seelischen Wohlbefinden und lindern die verschiedensten Beschwerden auf eine sanfte Weise. Zudem üben sie eine hemmende Wirkung auf ein breites Spektrum von Mikroorganismen (Viren, Bakterien und Pilze) aus.

### Wirkungsweg:

Die Ätherischen Öle gelangen über die Haut, Schleimhäute in den Blutkreislauf oder vermittelt über den Riechnerv Impulse an das Zentrale Nervensystem



## Unser Sortiment im Kindernotfall:

(zuständig über Lagerung, Sortiment und Weitergabe der Handhabung:  
2 Pflegepersonen vom Team)

### Unser Einsatzgebiet:

#### über die Haut:

- ✿ durch Massage,
- ✿ Waschungen oder warme Kompresse  
(1 Tropfen Öl in Emulgator z. B. 1 Kaffeerähmchen lösen und  
mit warmen Wasser vermischen -> Kompresse darin eintauchen)

#### über die Nase:

- ✿ Ventilator (max. 1 Std. an),
  - ✿ Riechdösli (Filmdösli mittels Kleenextuch),
  - ✿ Raumspray (Öl in Alkohol 94% vermischt)
  - ✿ Kleenextuch mit 1-2 Trpf. Ätherisches Öl in Kopfnähe  
(bei Mehrbettzimmer reicht 1 Tuch für 2 Patienten)
- !! nach 1 Std. entfernen -> keine Dauerbeduftung**



## Definition Aromapflege

Unter Aromapflege versteht man die Einbeziehung äth. Öle in der äusserlichen Anwendung im pflegerischen Umfeld. Sie dient zur Linderung von Krankheiten, wie der Unterstützung der Selbstheilungskräfte. In ihrer Stellung als ergänzende Pflegemethode ersetzt sie keine medizinische Behandlung.

## Aromapflege für Kinder

Kinder reagieren ganz besonders auf Düfte. Sie experimentieren gerne, haben ein gutes Gespür für den richtigen Duft und ein anderes Duftempfinden als wir Erwachsene. Mit einfachen Anwendungen lassen sich schöne Erfolge erzielen. Allerdings ist es wichtig, die Grenzen der Aromapflege zu kennen.

- Auswahl der ätherischen Öle
- Dosierung bei Kinder beachten



## Riechdösli bei Übelkeit postoperativ:

Kinder suchen den Duft vor der OP aus, welcher ihrer Nase am angenehmsten ist.

Anwendung: Riechdösli

Indikation: postoperative Übelkeit

## Pfefferminzöl

Duft: minzig frisch

Wirkung: krampflösend, entspannend für die glatte Muskulatur der Speiseröhre, unterstützend für Leber-Gallentätigkeit, schmerzlindernd, belebend

**Vorsicht!** nur für Kinder ab 3 Jahren, nicht verwenden bei Epilepsie, Fieber, Schwangerschaft

## Petit Grain (Blätter der Bitterorange)

Duft: frisch-zitronig, herb-blumig, manchmal leicht holzig

Wirkung: stark krampflösend, beruhigend auf ZNS, stimmungsaufhellend

## Koliköl

Inhalt: in Mandelöl -> Römische Kamille, Fenchel süss, Mandarine, Sandelholz

Duft: krautig-süß, warm, erdig

Anwendung als Bauchmassage: 2-5 Min. im Uhrzeigersinn um den Nabel und evtl. mit warmer Kompresse abschliessen.

**!** Frühestens 1 Std. nach der Mahlzeit. Mehrmals täglich möglich.

Indikation: bei Schreibabys mit 3 Monats-Koliken, Blähungen, Völlegefühl

Wirkung: verdauungsfördernd, krampflösend, beruhigend



## Luftikus (Ölmischung)

**Inhalt:** Honigwabe, römische Kamille, Mandarine rot, Sandelholz, Narde

**Duft:** süss, warm, erdig

**Anwendung:** mittels Kleenextuch

**Indikation:** Heimweh, Überreizung

**Wirkung:** entspannend, beruhigend, tröstend, Geborgenheit spendend

## Gute-Nacht-Tropfen

**Ölmischung -> Inhalt:** Berglavendel, Mandarine, Kamille römisch

**Duft:** süss, warm

**Anwendung:** mittels Kleenextuch

**Indikation:** bei unruhigen, ängstlichen Kindern, Schlafschwierigkeiten

**Wirkung:** beruhigend, hilft Spannungen abbauen, schlaffördernd, gegen Alpträume



## Raumspray in den Untersuchungszimmern:

### Relaxspray

**Inhalt:** Ölmischung -> Lavendel fein, Kamille, Neroli, Mandarine in Alkohol gelöst

**Duft:** leicht würzig

**Anwendung:** 1-2 Hübe pro Raum nach Austritt bzw. pro Stunde

**Indikation:** bei unangenehmen Gerüchen und gespannter Atmosphäre

**Wirkung:** entspannend, ausgleichend, luftverbessernd

### Mandarinspray

**Inhalt:** Mandarinenöl in Alkohol gelöst

**Duft:** fruchtig, weich

**Anwendung:** 1-2 Hübe pro Raum pro Stunde oder mittels Kleenextuch

**Indikation:** bei Unruhe, Nervosität z. B. bei Hüftultraschall

**Wirkung:** entspannend, aufheiternd, besänftigend

### Erkältungsöl „wärmend“ (Ölmischung)

**Inhalt:** Benzoe Siam, Lavendel, Lavendelsalbei, Linaloeholz, Melisse, Ravensara, Thymian linalool

**Duft:** holzig, frisch

**Anwendung:** mittels Kleenextuch, Ventilator

**Indikation:** bei Erkältung, verstopfter Nase

**Wirkung:** wärmend, schleimlösend, hustenreizstillend



## Bei Harnverhalt

**Inhalt:** Eukalyptus radiata

**Duft:** krautig, frisch, stechend

**Anwendung:** warme Kompresse

**Wirkung:** harntreibend, spasmolytisch

### Vorsicht!

nicht bei Kindern mit spastischen Atemwegserkrankungen, Asthmatikern, für Kinder ab 4 Jahren möglich, Epilepsie, Schwangerschaft

## Fieber

### Rosenhydrolat

**Inhalt:** Wasserdestilat aus Rosenblüten

**Duft:** rosig, blumig

**Anwendung bis 3 Jahre:** Waschung, kühle Kompresse auf Stirn oder Bauch

**Wirkung:** fiebersenkend, hautpflegend, beruhigend, erfrischend, tröstend

### Fiebersmischung (Ölmischung)

**Inhalt:** Bergamotte, Eukalyptus globulus, Zitrone, Cajeput

**Duft:** frisch - fröhlich

**Anwendung ab 3 Jahre:** Waschung, Wadenwickel, kühlende Kompresse auf Stirn oder Bauch

**Wirkung:** kühlend, erfrischend, fiebersenkend