

## Möglichkeiten der medizinischen Aromatherapie

von Wolfgang Steflitsch

Die traditionelle Anwendung von ätherischen Ölen ist seit vielen Jahrhunderten für die Linderung von Beschwerden und für die Verbesserung der Befindlichkeit bekannt. In den antiken Hochkulturen und in der Klostermedizin erlebten ätherische Öle und natürliche fette Pflanzenöle eine Blütezeit. Im vergangenen Jahrhundert entwickelte sich die Aromapflege zu einer anerkannten, beliebten und fortschrittlichen komplementären Methode, die nicht nur im Privatgebrauch erfolgreich angewendet wird, sondern auch in pflegerische und medizinische Institutionen Einzug gehalten hat.

Ab den 80er Jahren kam es zunehmend an Quantität und Qualität zu Publikationen über Inhaltsstoffe von ätherischen Ölen und über ätherische Öle selbst, die in verlässlichen Datenbanken zu finden sind. Diese Evidenz aus der Grundlagenforschung und aus dem klinischen Bereich war der Anstoß zur Gründung der Medizinischen Aromatherapie und im Jahre 2006 der österreichischen Gesellschaft für wissenschaftliche Aromatherapie und Aromapflege (ÖGwA). Ein auf diese Prinzipien basierendes Standardwerk mit 1066 Seiten wurde unter Mitarbeit zahlreicher Aroma-Expert\*innen in zweiter erweiterter und ergänzter Auflage im Jahr 2021 im Stadelmann Verlag aufgelegt: Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis.

Vereinfacht lässt sich für die praktische Anwendung der Medizinischen Aromatherapie sagen: Ätherische Öle enthalten meist mehr als 30 verschiedene Inhaltsstoffe mit zum Teil ähnlichen, zum Teil unterschiedlichen Wirkungen. Viele ätherische Öle wirken entzündungshemmend, antimikrobiell, analgetisch, immunmodulierend, peripher, vegetativ und zentral über Neurotransmitter und Elektrolyte. Auf der Grundlage dieser Effekte lässt sich erklären, dass die Medizinische Aromatherapie praktisch in allen klinischen Fachdisziplinen in ergänzendem Sinne ihre Indikationen findet.

Diese Einleitung wird im Vortrag nicht wiederholt, sondern der Schwerpunkt auf ausgewählte praxisnahe Beispiele gelegt. Dabei lässt sich auch erkennen, dass zwischen Aromapflege und Medizinischer Aromatherapie eine fließende Grenze besteht.

## Dr. Wolfgang Steflitsch

Wahlarzt für Pulmologie, 3061 Ollersbach, Sonnengasse 2d



Seine Zielsetzung lautet: „Arzt und Patient/in als Partner im Gesamtbauwerk der salutogenetischen und anthroposophischen Gesamtheilkunst (Integrativmedizin)“

Weitere Qualifikationen sind ein ÖÄK-Diplom zum Umweltschutzarzt, Ausbildung für Reflexzonentherapie nach Hanne Marquardt, Ösophago-Gastro-Duodenoskopie, Coloskopie, ästhetische Medizin (Botox, Hyaluronsäure), Ganzheitsmedizin, Schmerz-Management; Ausbildung für Notfälle im Flugzeug „Doc on Board“, Austrian Airlines Training-Center.

Seit 2015: Vizepräsident der „Österreichischen Gesellschaft für wissenschaftliche Aromatherapie und Aromapflege“ (ÖGwA)