



EVELYN DEUTSCH[®]
HAND IN HAND MIT DER NATUR

SCHULE FÜR
AROMAPFLEGE &
HEILPFLANZENKUNDE

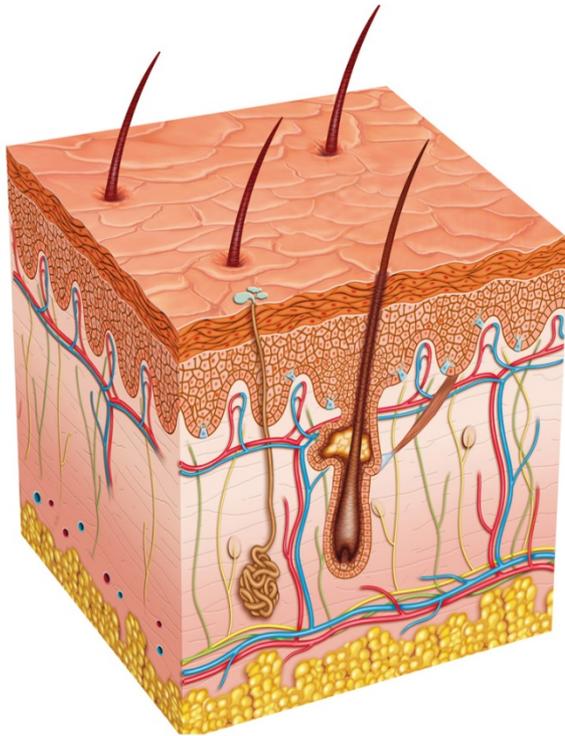
www.aromapflege.com



DGKS EVELYN DEUTSCH-GRASL

**“Aromapflege - die Haut
besser natürlich pflegen“**

**Eine ganzheitliche,
zukunftsorientierte
Betrachtung**



ÜBERBLICK ÜBER DIE HAUT

- ca. 2 m² Oberfläche
- schützt vor mechanischen, chemischen und thermischen Einflüssen
- vermittelt Schmerz-, Temperatur und Druckreize
- dient als Wärmeregulator
- erfüllt wichtige immunologische Aktivitäten
(vgl. Kukshausen, 2015)



DIE HAUT – EIN SEHR EMPFINDSAMES ORGAN

Gerät die Barrierefunktion der Haut aus der Balance können unterschiedlichste Hautprobleme wie z.B. massive Hautrockenheit, Juckreiz, Spannungsgefühl bis hin zu Pflegeprobleme wie Intertrigo auftreten.

Mögliche Störungen der Barrierefunktion der Haut

- genetische Dispositionen
- topische Einflüsse
- emotionale Befindlichkeiten (vgl. Kukshausen, 2015)



DIE HAUT – EIN SEHR EMPFINDSAMES ORGAN

Untersuchungen zur emotionalen Befindlichkeit:

Stress-induced changes in skin barrier function in healthy women

In der Conclusio kommen die Forscherinnen und Forscher zu dem Schluss, dass die Ergebnisse nahe legen, dass eine akute psychosoziale Belastung und Schlafentzug die Spannungsfunktion und Homöostase der Hautbarriere bei Frauen beeinträchtigt (vgl. Altemus et al., 2001).



DIE HAUT – EIN SEHR EMPFINDSAMES ORGAN

Untersuchungen zur emotionalen Befindlichkeit:

Psychological stress perturbs epidermal permeability barrier homeostasis: implications for the pathogenesis of stress-associated skin disorders.

Die Ergebnisse zeigen, dass ein Rückgang der Permeabilitätsbarriere unter zunehmender Stressbelastung vorliegt und dass in Perioden wo der Stresswert geringer angegeben wird die Permeabilität der Hautbarriere verbessert ist. Die Studie zeigt die Verbindung zwischen dem psychologischen Status und der Hautfunktion des Menschen auf. Stressinduzierte Störungen der Epidermis können die Entwicklung von entzündlichen Dermatosen begünstigen. (vgl. Garg et al., 2001).

DIE HAUT – EIN SEHR EMPFINDSAMES ORGAN

Embryonale Entwicklung:

Durch die embryonale Entwicklung von Haut und Gehirn aus demselben Keimblatt, nämlich dem Ektoderm, lässt sich die enge Verbindung zwischen Haut und Psyche und deren Kommunikation über Botenstoffe erklären. Dies zeigt sich auch in zahlreichen Redewendungen aus dem Alltag: vor Scham erröten, die Stressakne blüht oder die Haut juckt nervös (vgl. Werner, Braunschweig, 2014).



DIE HAUT – EIN SEHR EMPFINDSAMES ORGAN

Weitere mögliche Störungen der Barrierefunktion:

- das zunehmende Alter
- diverse Krankheitsbilder
- Strapazen durch Bettlägerigkeit
- diverse Medikamente

Genau hier können wir im Rahmen der Aromapflege im Sinne der Prophylaxe und der Gesunderhaltung der Haut effektiv eingreifen und die wertvollen Eigenschaften der natürlichen Hautpflege nützen.



WELCHEN MEHRWERT HAT DIE „NATÜRLICHE HAUTPFLEGE“ ?



Pflanzenöle/Pflanzenfette beinhalten:

- unterschiedlichste Fettsäuren: wovon einige in ähnlicher Form in der gesunden Haut vorkommen und unter anderem für eine intakte Hautbarriere sorgen.
- Glycerin: gilt als einer der bekanntesten, natürlichen Feuchthaltefaktoren (Feuchtigkeitsbinder) der Haut (vgl. Braunschweig, 2014).
- wertvolle Fettbegleitstoffe (Pflanzenfarbstoffe, Vitamine, Spurenelemente,...) schützen z.B. vor Zellschädigung (antioxidativ) und vorzeitiger Hautalterung (vgl. Braunschweig, 2012).





WELCHEN MEHRWERT HAT DIE „NATÜRLICHE HAUTPFLEGE“ ?

Sie unterstützt die biologischen Rhythmen und Funktionen der Haut:

- 
- 
- der Hydro Lipid Mantel wird stabilisiert
 - der Hautstoffwechsel wird angeregt
 - die Selbstregulation der Haut wird gefördert
 - das natürliche Gleichgewicht wird aufrecht erhalten
 - ein Wohlbefinden und gutes Hautgefühl wird vermittelt
 - Hautschutzbarrieren werden gestärkt
 - Die Haut wird nachhaltig gepflegt und geschützt
 - die Haut wird widerstandsfähig gemacht
 - Hauttrockenheit und oftmals damit verbundener Juckreiz wird verhindert
 - wirkt hautberuhigend und entspannend
- (vgl. Braunschweig, 2014)

WELCHEN MEHRWERT HAT DIE „NATÜRLICHE HAUTPFLEGE“ ?

Pflanzenöle/Pflanzenfette je nach Hautbedürfnis:

JOJOBAÖL/WACHS

- eines der bekanntesten Hautschutzöle
- stabilisiert den Hydro Lipid Mantel
- wird gezielt bei gereizter, irritierter, spröder Haut verwendet (vgl. Braunschweig, 2012)



WELCHEN MEHRWERT HAT DIE „NATÜRLICHE HAUTPFLEGE“ ?

Pflanzenöle/Pflanzenfette je nach Hautbedürfnis:

NACHTKERZENÖL

- Spezialist und Fitmacher für die Haut
- Erste Hilfeöl bei irritierter, problematischer Haut
- hautregenerierend-, beruhigend- und pflegend
(vgl. Braunschweig, 2012)



Bild: © Waltraud Reischer

WELCHEN MEHRWERT HAT DIE „NATÜRLICHE HAUTPFLEGE“ ?

Pflanzenöle/Pflanzenfette je nach Hautbedürfnis:

SANDDORNFRUCHTFLEISCHÖL

- stärkt das hauteigene Reparatursystem
- ist sehr Haut- und Schleimhautregenerierend und zellschützend (vgl. Braunschweig, 2012)

Anwenderbeobachtung: Anwendung zweier Produkte mit Sanddornfruchtfleischöl bei chemotherapierten Patientinnen. Obwohl die Patientinnen die Produkte erst nach dem Auftreten von Begleiterscheinungen anwendeten, verringerten sich diese deutlich. Die Regenerationsprozesse der Haut und Schleimhäute konnten nachweislich bei 87% unterstützt werden, die Nebenwirkungen reduziert und dauerhaft aufgehoben werden. (vgl. Rechtenbach, 2011)



MINERALÖLE - VERMEINTLICHE PROBLEMSTOFFE ?

- Medizinische und konventionelle Pflegeprodukte enthalten Erdölprodukte (Mineralöle, Paraffine, Vaseline) diese bestehen hauptsächlich aus gesättigten Kohlen- und Wasserstoffen (= Alkane)
- sind keine Stoffwechselprodukte lebender Pflanzen
- besitzen andere chemische Baustruktur
- unterstützen die physiologischen Funktionen der Haut nicht



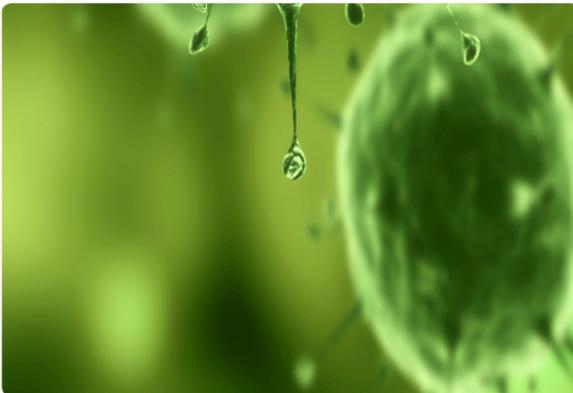
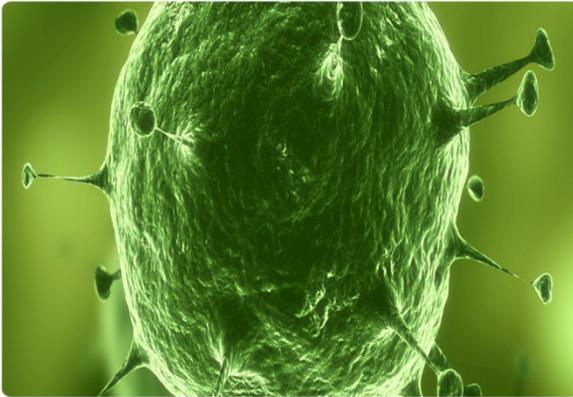
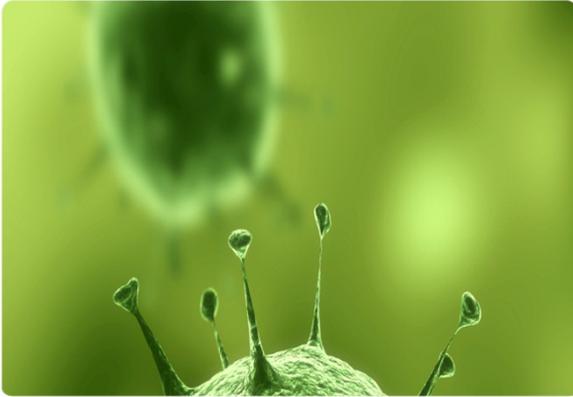


MINERALÖLE - VERMEINTLICHE PROBLEMSTOFFE ?



- die in Mineralölen enthaltenen aromatischen Kohlenwasserstoffe, auch als Mineral Oil Aromatic Hydrocarbons (kurz MOAH) bezeichnet, stellen die größte Verunreinigung unseres Körpers dar
- stehen unter dem Verdacht ein kanzerogenes Potential in sich zu tragen (vgl. Braunschweig, 2015; vgl. Stiftung Warentest; 2015, vgl. Deutsch-Grasl et al., 2015).
- Mineralöle bieten den auf der Haut lebenden Mikroorganismen keine Nahrung
- Folgen sind, dass der Mikrokosmos der Hautflora mit seinem pH-Wert ins Ungleichgewicht gerät und die Haut insgesamt für pathogene Keime angreifbar wird (vgl. Deutsch-Grasl et al., 2015).





ERFAHRUNGSBERICHTE (interne Evidenz)

**Roswitha Urabel, Barbara Pagitz und Christina Wernig,
Paracelsusheim Moosburg**

Die Anwendung von Aromapflegeprodukten zur Hautpflege zeigt im Paracelsusheim Moosburg, dass Hautirritationen, die dem klassischen Intertrigo zuzuordnen sind, stark zurückgegangen sind. Ebenso die rezidivierenden Begleitmykosen. Diese kommen nahezu nicht mehr vor. Die Dekubitusrate konnte seit 2009 halbiert werden. Vor allem Dekubiti mit Grad 2, das sind Ulzerationen die die Epidermis betreffen, zeigen einen signifikanten Rückgang (vgl. Urabel, Pagitz, Wernig, 2015).



ERFAHRUNGSBERICHTE (interne Evidenz)

Brigitte Rest, Universitätsklinikum Tulln

Die Hautpflege mit Aromapflegeprodukten zeigt, dass sich das Hautbild der Patientinnen und Patienten verbessert und sich die Hautfunktionen normalisieren. Im Rahmen der ambulanten Unfallnachbetreuung können eine Verbesserung des Lymphfluss, eine Verbesserung der Narbenheilung und eine beschleunigte Resorption von Hämatomen beobachtet werden. Die Hautpflege der Neu- und Frühgeborenen wird mit Mandelöl durchgeführt ebenso die Babymassage (vgl. Rest, 2015).

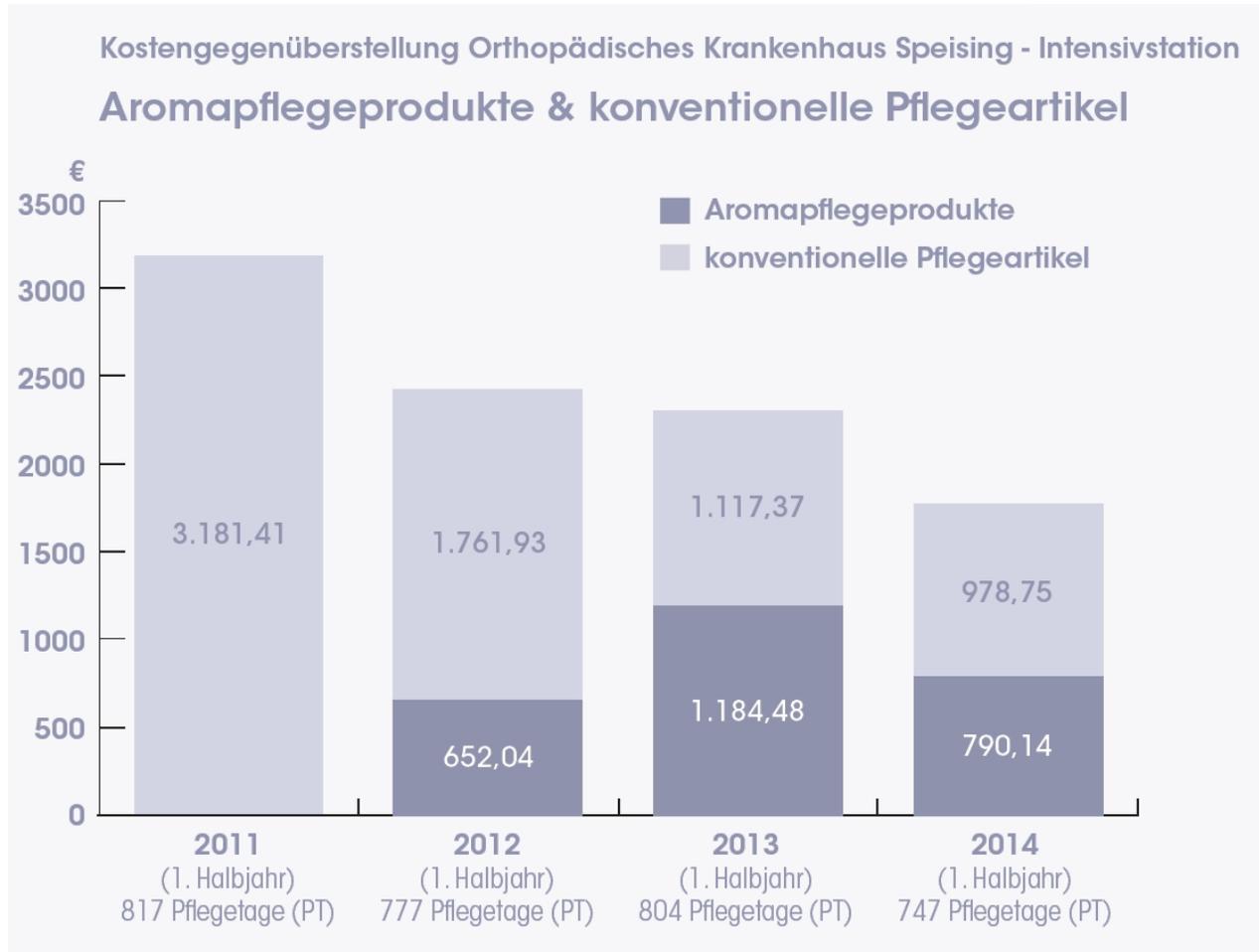


Hermann Schlögl, Kufstein

Der Wundmanager Hermann Schlögl beschreibt in seinem Beitrag, dass sich die Wundrandpflege mit Aromapflegeprodukten positiv auf die Wund- und Narbenheilung auswirkt (vgl. Schlögl, 2015).



ANWENDERBEOBACHTUNGEN WELCHE DIE INTERNE EVIDENZ WIEDERSPIEGELN



(vgl. Norovska, 2015, S.9)

STUDIENERGEBNISSE (externe Evidenz)

Studie von Meyer et al., 2008 zur feuchtigkeitsspendenden Wirkung von Jojobaöl im Rahmen der Hautpflege.

Meyer et al.¹ stellten in einer Untersuchung 2008 fest, dass die Kombination von Glycerin und Jojobaester in Hautpflegeprodukten eine positive Wirkung auf die Feuchtigkeitsversorgung der Haut aufweisen.

¹vgl. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19146603>



STUDIENERGEBNISSE (externe Evidenz)

Studie von Salam et al., 2015, zum Kokosfett in der topischen Anwendung der Babymassage zur Prävention von Infektionen bei Früh- und Neugeborenen und zur Verbesserung und positiven Entwicklung des Hautzustandes.

Salam et al.² zeigten im Rahmen ihrer Studie 2015, dass die topische Anwendung (im Rahmen der Babymassage) von Kokosfett einen positiven Einfluss auf die Entwicklung der Hautintegrität der Früh- und Neugeborenen darstellt. Weiters konnte eine Reduktion des Risikos von Infektionen der Frühgeborenen im klinischen Setting aufgezeigt werden.

² vgl. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25637007>

STUDIENERGEBNISSE (externe Evidenz)

Studie von Verallo-Rowell et al., 2008, zu Kokosfett und nativem Olivenöl bei Erwachsenen mit atopischer Dermatitis.

Verallo-Rowell et al.³ untersuchten im Rahmen einer doppel-verblindeten RCT über 4 Wochen (je 26 Personen in IG und KG) die antibakterielle und weichmachende Wirkung von Kokosfett und nativem Olivenöl bei Erwachsenen mit atopischer Dermatitis. Diese Hauterkrankung geht mit einer Trockenheit einher und zeigt ein Risiko mit *Staphylococcus aureus* besiedelt zu werden. Sowohl Kokosfett als auch Olivenöl zeigten eine gute Wirksamkeit hinsichtlich der beschriebenen Problematik, wobei Kokosfett das bessere Ergebnis erzielte.

³ <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19134433>

HAUTPFLEGE UND DER WICHTIGE ASPEKT DER BERÜHRUNG

Masterarbeit von Doris Kamleitner, BScN, MA
„Wenn das Anfassen zum Berühren wird – Die Bedeutung
der Aromapflege“, wird Ihnen den Aspekt der Berührung in
diesem Zusammenhang aufzeigen (vgl. Kamleitner, 2016).

- Berührung in Form einer Aromastreicherung ist eine Besonderheit
- Berührung wird körperlich (Aromastreicherung) und emotional (Geruch) erlebt
- ermöglicht die Förderung des Wohlbefindens
- vermittelt Geborgenheit
- lindert diverse Symptome (Palliativsetting)
(vgl. Kamleitner, 2016).



EVELYN DEUTSCH[®]
HAND IN HAND MIT DER NATUR

SCHULE FÜR
AROMAPFLEGE &
HEILPFLANZENKUNDE

www.aromapflege.com

**Wissen ist nicht genug –
es ist auch nötig, es
anzuwenden! Wollen ist nicht
genug –
wir müssen es tun!**

(Johann Wolfgang von Goethe)

LITERATURVERZEICHNIS

Altemus, M., Rao, B., Dhabhar, F.S., Ding, W., Granstein, R.D. (2001): Stress-induced changes in skin barrier function in healthy women. *Journal Invest Dermatol*, 117(2): 309-317.

Braunschweig, R. (2012): Pflanzenöle – Qualität, Anwendung und Wirkung. Wiggensbach: Stadelmann Verlag.

Braunschweig, R. (2015): Biologische Hautpflege: Unsere faszinierende Schutzhülle Haut – ein wahrer Mikrokosmos. Unveröffentlichte Seminarunterlagen

Deutsch - Grasl, E., Buchmayr, B., Eberle, M. (2015): Aromapflegehandbuch – Leitfaden für den Einsatz ätherischer Öle in Gesundheits-, Krankenpflege- und Sozialberufen. Pflach: Aromapflege.com.

Garg, A., Chren, M.M., Sands, L.P., Matsui, M.S., Marenus, K.D., Feingold, K.R., Elias, P.M. (2001): Psychological stress perturbs epidermal permeability barrier homeostasis: implications for the pathogenesis of stress-associated skin disorders. *Arch Dermatol*, 137(1): 53-59.

Jachens, L. (2015): Hautkrankheiten ganzheitlich heilen. Stuttgart: aethera®

Kamleitner, D. (2016): Wenn das Anfassen zum Berühren wird – Die Bedeutung der Aromapflege. In: Hand in Hand mit der Natur – Das Magazin für Aromapflege und Aromatherapie, 6: 21-23.

Kukshausen, O (2015): Duftpräferenz von Hochbetagten und ihre Wirkung auf die epidermale Barriere. Dissertation. Universität Osnabrück.

Norovska, Z. (2015): Aromapflege auf der Intensivstation im Orthopädischen Krankenhaus Speising. In: Hand in Hand mit der Natur – Das Magazin für Aromapflege und Aromatherapie. Firmenzeitung. Pflach: Aromapflege GmbH. 5: 8-10.

Rechtenbach, U. (2011): Die gute Haut nach der Krankheit. In: *Klinoskop – Zeitschrift der Klinikum Chemnitz gGmbH*, 3: 6-7.

Rest, B (2015): Erfahrungen aus dem Landeskrankenhaus Tulln. In: Aromapflegehandbuch. Pflach: Aromapflege.com 3: 197-199

Schlögl, H (2015): Wund- und Narbenöl zur Unterstützung der Wundheilung. In: Aromapflegehandbuch. Pflach: Aromapflege.com 3: 204-205

Urabel, R., Pagitz, B., Wernig, C. (2015): Aromapflege im Paracelsusheim: Beobachtung deutlicher Rückgänge von Hautirritationen unter Anwendung der Aromapflege. In: Aromapflegehandbuch. Pflach: Aromapflege.com 3: 193-194

Werner, M. / von Braunschweig, R. (2014): Praxis Aromatherapie – Grundlagen-Steckbriefe-Indikationen. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag.

