



© jessivanova / fotolia.com

# Komplementär- medizin statt Esoterik

Menschen werden von **Düften** beeinflusst – das wusste man schon in den alten Hochkulturen, wo sie für rituelle und heilende Zwecke eingesetzt wurden. Auch in unserer Zeit hat sich das nicht geändert.

Diese Entdeckung veranlasste den Chemiker, weiter zu forschen. Gattefossé war es auch, der den Begriff der Aromatherapie in seinem gleichnamigen Buch prägte.

**H**eute ist die Aromatherapie längst nicht mehr wie noch vor einigen Jahren nur in der esoterischen Ecke beheimatet, sondern hat als Komplementärmedizin sogar Einzug in die Kliniken gehalten. Das Evangelische Krankenhaus Wesel am Niederrhein spielt in Sachen Aromatherapie eine Vorreiterrolle: Hier arbeitet eine sogenannte Aromapflegerin, die beispielsweise mit dem Ein-

satz von ätherischen Lavendelöl bei Verbrennungen dieselben positiven Erfahrungen gemacht hat wie der unfreiwillige „Erfinder“ der Aromatherapie, der französische Chemiker René-Maurice Gattefossé. In seinem Labor kam es im Sommer 1910 zu einer Explosion, bei der er sich Teile seiner Hände und der Kopfhaut verbrannte. Seine Verbrennungen behandelte der Forscher mit Lavendelöl, worauf die Haut relativ schnell und ohne Narbenbildung verheilte.

## Grundlage sind ätherische Öle

Die Bezeichnung „ätherisch“ leitet sich übrigens ganz einfach von der Tatsache ab, dass die öligen Substanzen spurlos im Äther sprichwörtlich verduften. Die ätherischen Öle werden auch romantisch als „Seele der Pflanzen“ betitelt – ein Hinweis darauf, dass sie das Essenzielle der Pflanzen beinhalten. Immerhin eine Funktion der Düfte hat tatsächlich eine so poetisch anmutende Funktion, wie dies die schöne Umschreibung nahelegt: So sollen die ▶



# Der Durchbruch!

Das einzige Macrogol-Laxans  
für Kinder ab 6 Monaten.



wirksame orale Therapie bei funktioneller Obstipation • gut verträglich, ohne Gewöhnungseffekt  
frühzeitige Einnahme vermeidet Traumatisierung • erstattungsfähig\*  
angenehmer Erdbeer-Geschmack

**Laxbene® junior. Kleiner Schubs fürs große Geschäft.**

**Laxbene® junior** 4 g Pulver zur Herstellung einer Lösung zum Einnehmen, in Einzeldosis-Beuteln, für Kinder von 6 Monaten bis 8 Jahre **Wirkstoff:** Macrogol 4000. **Zusammensetzung:** 1 Beutel enth. 4 g Macrogol 4000. Sonst. Bestand.: Saccharin-Natrium (E 954), Erdbeeraroma (Maltodextrin, Triethylcitrat E 1505, arabisches Gummi E 414, Benzylalkohol, Schwefeldioxid E 220 und All-rac-alpha-Tocopherol E 307). **Anwendungsgebiet:** Arzneimittel aus der Gruppe der osmotischen Abführmittel. Bewirken eine Erhöhung des Wasseranteils im Stuhl und erleichtern so den Stuhlgang. Angezeigt zur symptomatischen Behandlung von Verstopfung bei Kindern zwischen 6 Monaten und 8 Jahren. Darf zur Behandlung der Verstopfung nur vorübergehend und als Ergänzung zu einer gesunden Lebensführung und Ernährung angewendet werden. **Gegenanzeigen:** Schwere entzündl. Darmerkrank. (Colitis ulcerosa, Morbus Crohn etc.) oder tox. Megacolon. Perforation im Verdauungstrakt oder Risiko einer Perforation im Verdauungstrakt. Ileus oder Verdacht auf Darmobstruktion, symptomat. Stenose. Schmerzen im Bauchraum unbest. Ursprungs. Überempfindl. gegen Macrogol (PEG), Schwefeldioxid oder einen der sonst. Bestand. **Nebenwirkungen:** Häufig: Bauchschmerzen, Durchfall. Gelegentlich: Erbrechen, Blähungen, Übelkeit. Nicht bekannt: allerg. Hautrkt. Selten durch Schwefeldioxid: Überempfindlichkeitsrkt., Bronchospasmen. **Warnhinweis:** Enthält Schwefeldioxid E 220 und weitere sonstige Bestand. **Apothekenpflichtig. Stand:** August 2014. Recordati Pharma GmbH, 89075 Ulm.

\* Für Kinder von 6 Monaten bis 8 Jahre (SGB V, § 34 (1))

► auch als sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe bezeichneten Düfte Insekten zur Bestäubung anlocken. Die andere Funktion ist eher praktischer Natur: Die Düfte dienen auch dazu, die Pflanzen vor Schädlingen, Bakterien und Pilzen zu schützen. Der unbestrittene antibakterielle und antifungale Effekt, den die Düfte auch bei uns Menschen besitzen, ist also ursprünglich in der Pflanze selbst angelegt.

**Wissenschaftliches Interesse wächst** In der Wissenschaft wird das Thema der ätherischen Öle immer genauer untersucht. So fanden beispielsweise japanische Forscher 2001 nach einer Untersuchung

zur Herstellung von Parfümen verwendet wird, ist das teuerste ätherische Öl. Der Grund: Um 500 Gramm Rosenöl herzustellen, braucht man etwa eine Tonne Rosenblätter. Dass die Aromatherapie nicht nur im physischen, sondern auch psychischen Bereich erfolgreich eingesetzt werden kann, hat etwas damit zu tun, dass der Geruchssinn entwicklungs- geschichtlich unser ältester Sinn ist. Vereinfacht gesagt werden Düfte über den oberen Teil unserer Nase direkt und ohne Zwischenschaltung durch den Verstand in das Gehirn weitergeleitet. Dort gelangen sie in das Unterbewusstsein und wirken auch auf das vegetative Nervensystem ein. Als typische Vertreter der-

wird mit ein wenig Wasser verdünnt und auf ein Tuch getropft, das sich der Betroffene anschließend etwa fünfzehn Minuten auf die Stirn legt oder im Nackenbereich appliziert. Gute Ergebnisse im Kampf gegen Kopfschmerz oder Migräne werden auch mit Lavendel, Eukalyptus, Thymian, Zitrone oder Fichtennadel erzielt. Menschen, die über Schlafstörungen berichten, sollten Sie den Einsatz von Lavendel, Melisse und Kamille ans Herz legen. Bei Personen, die unter Antriebsschwäche leiden, kann man Rosmarin, Fichtennadel und Thymian einsetzen. Versuchen Sie im Beratungsgespräch herauszufinden, ob Ihr Kunde in erster Linie tatsächlich eine Antriebschwäche hat oder ob er insgesamt bedrückt ist. Sollte letzteres der Fall sein, können stimmungsaufhellende Pflanzen wie Zitrone, Lemongras und Lavendel die bessere Wahl sein. Selbst das Essverhalten kann mit den passenden Pflanzen beeinflusst werden: So gilt Fenchel als Appetit anregend, während Bergamotte und Patchouli diesen eher hemmen. Obwohl die Aromatherapie eine eher unkomplizierte Heilmethode darstellt, muss man insbesondere bei Kindern und Menschen mit Atemwegserkrankungen vorsichtig sein. So dürfen Babys und Kleinkinder auf keinen Fall mit Pfefferminzöl oder reinem Menthol in Berührung kommen. Speziell im Gesichtsbereich könnte es sonst zu einem reflektorischen Atemstillstand kommen. Terpentinen-, Fichten- und Kiefernadelöl können bei Asthmatikern oder Menschen mit geschädigten Atemwegsorganen im schlimmsten Fall zu Bronchospasmen führen. Im Zweifelsfall sollte man unbedingt die Warnhinweise beachten oder auf den Einsatz einer Aromatherapie verzichten. ■

*Claus Ritzi, Pharmajournalist (wdv)*

### PFLANZLICHE ALTERNATIVE

Auch in der Wissenschaft ist man den gefühlssteuernden Auswirkungen der verschiedenen ätherischen Öle auf der Spur. Dass dieses sogar schwerwiegende Gefühlsstörungen lindern oder gar heilen kann, legt eine Untersuchung nahe, die in dem internationalen Fachmagazin „Phytomedicine“ veröffentlicht wurde. Die beiden Autoren Woelk und Schläpke berichten darin von einem Vergleich von Lavendelöl mit dem Benzodiazepin Lorazepam bei Angststörungen. Die pflanzliche Alternative war nach Beobachtungen der beiden Forscher genauso wirksam wie Lorazepam und hat darüber hinaus noch den Vorteil, dass eine Abhängigkeit nicht auftreten kann.

unter Laborbedingungen heraus, dass insbesondere Öle aus Zimtrinde, Zitronengras und Thymian besonders stark antibakteriell wirken. Bei manchen Pflanzen bereitet die Erforschung der Wirkweisen einzelner Substanzen und deren Zuordnung zur heilenden Wirkung jedoch große Schwierigkeiten: Zwar weiß man, dass etwa Rosenöl entzündungshemmend wirkt, aber welche der 550 pflanzlichen Inhaltsstoffe dafür verantwortlich ist, konnten die Wissenschaftler noch nicht herausfinden, zumal 120 dieser Inhaltsstoffe noch überhaupt nicht untersucht wurden. Rosenöl, das neben Jasmin am häufigsten auch

jenigen ätherischen Öle, die unsere Befindlichkeit beeinflussen können, gelten Lavendel und Melisse, die beruhigend wirken, während Rosmarin anregend wirkt.

**Für den alltäglichen Einsatz empfehlenswert** Selbstverständlich können ätherische Öle auch im Alltag verwendet werden. Wenn etwa ein Kunde über Kopfschmerzen klagt und beispielsweise kein Analgetikum einnehmen möchte, können Sie ihm Pfefferminzöl empfehlen. Insbesondere das darin enthaltene Menthol trägt zur Kühlung und damit zum Abklingen des Kopfschmerzes bei. Das Pfefferminzöl



# Bitterstoffe beleben und fördern die Verdauung

*Eine ausgewogene Verdauung ist die Basis für klare Gedanken, Wohlbefinden und Lebensqualität. Aber wenn uns einseitiges Essen, mangelnde Bewegung, Stress oder unausgesprochene Probleme auf den Magen schlagen, geraten Verdauungssystem und Stoffwechsel aus der Balance. Im Apothekenalltag erhält die Beratung zu nervös bedingten Verdauungsbeschwerden eine wachsende Bedeutung. Bei Magendruck, Übelkeit und Verdauungsschwäche haben sich Bitterstoffe als natürliche Hilfe bewährt.*

## Bewährte Bitterstoffe, kraftvoll komponiert

Mit den WALA Gentiana Magen Globuli velati bieten Sie Ihren Kunden ein natürlich wirksames Mittel zur Regulierung und Stärkung der Verdauung. Es ist eine als Globuli-Präparat einzigartige Bitterstoffkomposition mit einer der wirkungsvollsten Bitterstoffpflanzen im Zentrum: dem Gelben Enzian (*Gentiana lutea*). Zusammen mit Wermutkraut (*Artemisia absinthium*) und Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) fördert Enzianwurzel die Verdauungstätigkeit. Die Kombination mit potenziertem Brechnuss (*Strychnos nux-vomica*) wirkt entspannend auf die Verdauungsorgane und das zugehörige Nervensystem und lindert so Übelkeit. Die hellgelbe Farbe der Globuli und ihr bittersüßer Geschmack weisen auf die stofflich enthaltenen Bitterstoffe hin.

## Für akute Beschwerden und zur nachhaltigen Stärkung

Als sanftes Naturheilmittel können Sie die WALA Gentiana Magen Globuli velati sowohl im Akutfall als auch zur

nachhaltigen Verdauungsregulierung bei stressbedingten Magen-Darm-Beschwerden empfehlen. Die fein abgestimmte Komposition fördert die Sekretion der Verdauungssäfte und stärkt damit die Verdauung. So wird auch der allgemeine Energie- und Krafthaushalt unterstützt – die Lebenskräfte geraten wieder ins Gleichgewicht. Dies macht die WALA Gentiana Magen Globuli velati zu einem universellen Hausmittel. Sie sind sehr gut verträglich und für jede Altersgruppe geeignet.

## Praktisch anzuwenden, auch unterwegs

Die Globuli velati lassen sich jederzeit, auch unterwegs, ganz praktisch ohne Löffel und Wasser einnehmen. Einfach etwa 15 Minuten vor den Mahlzeiten unter der Zunge zergehen lassen.

- Kinder unter 6 Jahren:  
3-mal täglich 3 bis 5 Globuli velati
- Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren:  
3-mal täglich 5 bis 10 Globuli velati

## Gute Argumente für Ihre Empfehlung

- Komposition bewährter Bitterstoffe in Kombination mit potenziertem *Strychnos nux-vomica*
- Akut wirksam bei Übelkeit, Magendruck, Verdauungsschwäche
- Nachhaltig wirksam bei nervös bedingten Magen-Darm-Beschwerden
- Alkoholfrei hergestellt – für Schwangere und Kinder geeignet



\* Felenda J et al. Gentiana Magen Globuli velati in der ärztlichen Praxis. Ergebnisse einer Umfrage. Der Merkurstab 2012; 65, 465-470.

[www.walaarzneimittel.de](http://www.walaarzneimittel.de)

**Gentiana Magen Globuli velati** Globuli velati 20 g | **Zusammensetzung:** In 10 g Globuli velati sind verarbeitet: Wirkstoffe: *Artemisia absinthium* ex herba, Infusum Ø (HAB, Vs. 24a) 0,45 g; *Gentiana lutea* e radice, Decoctum Ø (HAB, Vs. 23a) 0,45g; *Strychnos nux-vomica* e semine ferm 35b Dil. D4 (HAB, Vs. 35b) 0,10 g; *Taraxacum officinale* e planta tota ferm 34c Ø (HAB, Vs. 34c) 0,05 g. Enthält Sucrose (Saccharose/Zucker). **Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Harmonisierung von Motilität und Sekretion bei Verdauungsstörungen im Magen-Darm-Trakt, z.B. Verdauungsschwäche, Übelkeit, Erbrechen, Blähungen. **Gegenanzeigen:** Bei bekannter Überempfindlichkeit gegen *Artemisia absinthium* sind Gentiana Magen Globuli velati nicht anzuwenden. **Warnhinweis:** Enthält Sucrose. **Dosierung und Art der Anwendung:** Soweit nicht anders verordnet, Kinder unter 6 Jahren 3-mal täglich 3 – 5 Globuli velati, Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre 3-mal täglich 5 – 10 Globuli velati unter der Zunge zergehen lassen. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. WALA Heilmittel GmbH, 73087 Bad Boll. [www.walaarzneimittel.de](http://www.walaarzneimittel.de)