

BEISPIELE FÜR EINFACHE ANWENDUNGEN ZU HAUSE

Bei vermehrtem Schwitzen oder Hitzegefühl:

Waschung mit Pfefferminztee
Dazu benötigen Sie losen Pfefferminztee
(aus dem Reformhaus oder der Apotheke).

Zubereitung: 3 EL Tee mit 500ml Wasser aufbrühen
und 5 Minuten ziehen lassen, absieben und in 3 Liter
lauwarmes Waschwasser geben.
Durchführung: die Haut mit dem Pfefferminzwasser
sanft abwaschen und trocken tupfen.

Bei Unruhe oder Einschlafstörungen:

Riechtüchlein mit ätherischem Lavendelöl
Dazu benötigen Sie ein kleines Baumwolltuch
und ätherisches Lavendelöl.

Durchführung: 2 bis 3 Tropfen Lavendelöl auf das Tuch
geben und bei Bedarf daran riechen.

Bei Erschöpfung:

Fußbad mit ätherischem Rosmarinöl (Rosmarin Cineol)
Dazu benötigen Sie eine Waschschüssel, Kondensmilch
und ätherisches Rosmarinöl (Rosmarin Cineol).

Zubereitung: 3 Tropfen Rosmarinöl mit 2 Portionsdöschen
Kondensmilch in 3 Liter lauwarmes Wasser mischen
Durchführung: Füße ca. 10–15 Minuten im Rosmarin-
wasser baden und danach gut abtrocknen.

ACHTUNG: Rosmarin wirkt anregend, daher nicht abends
vor dem Schlafen anwenden.

Stand: 7/2016



Klinikum Ansbach
Klinik für Palliativmedizin
Telefon 0981 484-2468
Escherichstraße 1
91522 Ansbach

www.klinikum-ansbach.de
www.anregiomed.de
www.fraenkisch-gesund.de

NATURHEILKUNDLICHE PFLEGE

in der Klinik für Palliativmedizin
am Klinikum Ansbach



LIEBE PATIENTEN UND ANGEHÖRIGE,

in der Klinik für Palliativmedizin bieten wir Ihnen im Rahmen der professionellen palliativen Pflege die Möglichkeit der Naturheilkundlichen Pflege. Wir möchten auf diesem Weg unseren Patienten eine Erleichterung verschaffen, ihr Wohlbefinden steigern und Wege aufzeigen, wie sie sich selbst helfen oder sich einfach etwas Gutes tun können.

Die naturheilkundlichen Maßnahmen sind immer als Unterstützung zu einer ärztlich angeordneten Therapie zu verstehen.

Mit diesem Infoblatt möchten wir Ihnen als Patient oder Angehörigen einfache naturheilkundliche Anwendungen näherbringen.

Bei Fragen kommen Sie gerne auf uns zu.
Ihre Ansprechpartnerinnen sind:

Kerstin Auer, Aromaexpertin, Naturheilkundliche Pflegekraft

Marianne Baumann, Aromaexpertin, Naturheilkundliche Pflegefachkraft

Margit Lutz, Aromaexpertin, medizinisch orientierte Fußpflege



ÄTHERISCHE ÖLE

Wir verwenden ausschließlich naturreine ätherische Öle. Diese werden mittels Wasserdampfdestillation, Kaltpressung oder Extraktion aus der entsprechenden Pflanze oder dem entsprechenden Pflanzenteil (Blätter, Blüte, Rinde ...) gewonnen.

Wir legen großen Wert auf qualitativ hochwertige Produkte, da nur diese Öle ihre spezielle Wirkung auf Körper, Geist und Seele entfalten können. Auch die Gefahr einer allergischen Reaktion ist bei naturreinen Ölen geringer. Dennoch sollten Sie uns vor der Anwendung mitteilen, ob bereits Allergien bestehen, beispielsweise gegen Zitrusfrüchte.

Außerdem kommt es vor allem darauf an, dass Ihnen der angebotene Duft zusagt.

Aromaöle finden auf unserer Station ihre Anwendung als:

- Waschwasserzusatz
- Fußbadezusatz
- Öleinreibungen
- Ölkompresen
- Raumbeduftung



WICKELAUFLAGEN & CO.

Neben der Aromapflege bieten wir Ihnen auch andere Maßnahmen der Naturheilkundlichen Pflege an. Diese Pflege bietet mit Wickeln, Teezubereitungen oder der klassischen Quarkauflage Möglichkeiten, Ihre Beschwerden zu lindern.

Einige Maßnahmen können problemlos zu Hause durchgeführt werden. Somit können Sie vielleicht selbst Ihre Beschwerden etwas lindern oder sich einfach etwas Gutes tun.