

**Zeitschrift:** Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 99 (2001)

**Heft:** 2

**Artikel:** Aromatherapie auf dem Prüfstand

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-951275>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 14.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Studie aus Oxford

# Aromatherapie auf dem

**Eine vielbeachtete englische Studie\*, die bisher grösste ihrer Art über den klinischen Gebrauch von Aromatherapie, evaluiert Anwendung und Wirkung von Aromatherapie unter der Geburt, insbesondere mit Bezug auf die Hebammenpraxis.**

**ÜBER** 8000 Frauen, die zwischen 1990 und 1998 im Oxforder John Radcliffe Spital ein Kind gebärten, bekamen zur Linderung der Geburtsschmerzen im Rahmen einer grossangelegten Studie Aromatherapie angeboten. Die Untersuchung konzentrierte sich auf die Wirkungsweise von Aromatherapie sowie deren Sicherheit bzw. ihre Nebenwirkungen bei Anwendung unter der Geburt. Die grosse Anzahl von teilnehmenden Frauen – von Schwangeren mit risikoarmer Geburt bis zu Frauen, die vaginal-operativ oder mit Sectio gebärten – trägt zur Bedeutung der Studie bei.

## Weniger Angst, bessere Entspannung

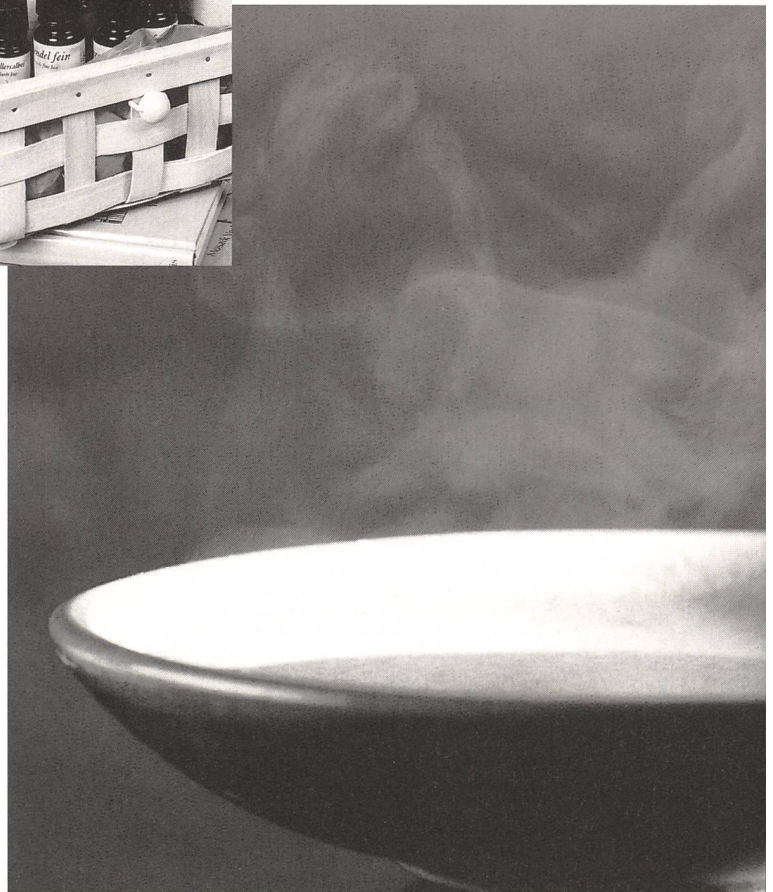
Den Frauen wurden zur Schmerzlinderung zehn mögliche ätherische Öle angeboten. Die meisten Gebärenden erlebten bei Anwendung solcher Oele weniger Angst und konnten sich besser entspannen. Die Anwendung von Aromatherapie schien den Gebrauch von Schmerzmitteln zwar nicht direkt zu beeinflussen und konnte auch nicht direkt mit einer geringeren Inzidenz von operativen Geburten in Zusammenhang gebracht werden. Dennoch bewirkten insbesondere zwei ätherische Oele (Muskatellersalbei und Kamille), dass die Frauen ihre Schmerzen als erträglicher bezeichneten. Nach Abschluss der Versuchsphase liess sich auch feststellen, dass signifikant weniger systemische Opiate gebraucht

worden waren. Die Autoren räumen allerdings ein, dass diese positive Auswirkung auch auf eine veränderte Einstellung und zusätzliche Fertigkeiten der Hebammen zurück gehen könnte, ausgelöst durch die gezielte Einführung von Aromatherapie beim Personal der Gebärdabteilung.



**Düfte bauen Ängste ab und entspannen Körper und Seele.**

Der Studienbericht enthält ein detailliertes und fundiertes Kapitel über die Bestandteile von ätherischen Oelen und deren Eigenschaften. Wie die meisten Texte über Aromatherapie hat auch diese Studie die Tendenz, gewisse Dinge als richtig und erhärtet darzustellen, weil die gegenteilige Evidenz fehlt. Beispielsweise bleibt die Gefahrlosigkeit einer Anwendung von Aromatherapie unter der Geburt unbewiesen, solange der gegenteilige Beweis nicht erbracht ist. Diese Methode kontrastiert mit den Forschungsmethoden bei pharmazeutischen Heilmitteln. Letztere gelten als «schuldig, bis ihre Unschuld bewiesen ist», während aromatherapeutische Mittel als «unschuldig» gelten, «bis ihre Schuld bewiesen ist». Auch die vorlie-



\* Burns E, Blamey C, Ersser SJ et al: The use of aromatherapy in intrapartum midwifery practice: an evaluative study. Oxford: Oxford Brookes University, Centre for Health Care Research and Development, 1999.

# Prüfstand

gende Studie scheint zu implizieren, dass die Anwendung von Aromatherapie gefahrlos und sicher ist, weil Nebenwirkungen oder Komplikationen in Zusammenhang mit ätherischen Ölen vernachlässigbar bleiben. Einem sehr kritischen Blick mag diese Methode möglicherweise nicht ganz Stand zu halten.

## Kostengünstig

Als weiterer Nachteil der Studie mag erscheinen, dass sich einige Referenzen auf Forschungsarbeiten der Hersteller von ätherischen Ölen abstützen. Diese hatten im Rahmen der Studie die Hebammen in die Anwendung von Aromatherapie eingeführt. Andere Querver-

weise beziehen sich auf Tierversuche. Dies spiegelt nicht so sehr ein Unvermögen des Forschungsteams als vielmehr Stand und Situation der aktuellen Aromatherapie-Forschung. Einige ätherische Öle sind sehr gut erforscht, andere weniger. Generell ist zu bemerken, dass vermehrt gute Forschungsarbeiten zur Aromatherapieanwendung im klinischen Alltag publiziert werden. Vor dem Hintergrund dieser Forschungssituation liefert die Oxford-Studie eine gründliche Erarbeitung aller Gesichtspunkte, die für die Anwendung von Aromatherapie unter der Geburt wichtig sind. Die umfassende Diskussion stellt den Zusammenhang zum Hebammenalltag her. Für Hebammen ermutigend mag die Tatsache sein, dass nur 1 Prozent aller Frauen – sehr geringe – Nebenwirkungen der Aromatherapie erlebten. Der Gebrauch von Aromatherapie erwies sich zusätzlich als kostengünstige Methode zur Schmerzlinderung, was für jedes Gesundheitssystem von Interesse sein sollte.

## Beispiel für Hebammenforschung

Die Studie bietet ein anschauliches Beispiel für anwendbare Hebammenforschung. Sie führt Leserinnen und Leser durch alle Phasen der Untersuchung, erläutert Forschungsdesign, Methodologie und Vorbereitungsarbeiten, und kann anderen Hebammen sehr wohl als Anschauungsunterricht für eigene Forschungsarbeiten dienen. Die Autoren anerkennen, dass ihre Studie keine randomisierte und kontrollierte Untersuchung ist und empfehlen zusätzliche Studien auf dem Gebiet. Dennoch darf die Arbeit einen Platz unter den ernst zu nehmenden und relevanten Forschungsarbeiten über Komplementärmethoden und Geburtshilfe für sich beanspruchen. (gm)

Quelle: MIDIRS Midwifery Digest (June 2000) 10:2 217–218. Bearbeitung durch die Redaktion.

## Résumé

### Lesen Sie hier kurzgefasst,

was Sie im französischen Teil ausführlich finden

Obwohl seit gut zehn Jahren in der Schweiz praktiziert, ist die **Grinberg-Methode** immer noch wenig bekannt. Diese Methode der Berührung und der Körperarbeit gewährt eine Vertiefung von Lebensqualität und Vitalität bei den Behandelten. Ihr Ziel ist es, die Aufmerksamkeit der Menschen für ihren Körper zu schärfen und sie zu lehren, auf seine Signale zu achten. Im Kanton Genf praktiziert Valérie Langer Goy die Grinberg-Methode. Langer war schon immer vom besonderen Moment der Geburt fasziniert, und hat als logische Konsequenz eine interessante Variante der Methode entwickelt, die sich vor allem an Schwangere und an junge Mütter mit ihren Kindern richtet.

Die immer grösser werdende Offenheit komplementären Heil- und Pflegemethoden gegenüber hat den Bekanntheitsgrad der **Bachblüten** in Europa und den westlichen Ländern stark gefördert. Bachblüten werden von zahlreichen Therapeuten verschiedenster Richtungen mit Erfolg angewendet. Dr. Bachs Verdienst ist seine Erkenntnis, dass die Behandlung der Kranken das Wesentliche ist, und nicht die Behandlung der Krankheit. Auch erkannte er die heilenden und leidensvermindernden Eigenschaften verschiedener Pflanzen. Es lohnt sich, diese vertieft kennen zu lernen und ihr Potential für das Gebiet der Geburtshilfe zu nutzen. Dies legt uns Barbara Dobbs, Bachblütenpraktikerin aus Amerika, in einem Beitrag im französischen Teil nahe.

Fabiène Gogniat Loos



Fotos: Susanna Hufschmid