

Clienia Littenheid AG
Privatklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie
CH-9573 Littenheid
Tel. +41 (0)71 929 60 60
Fax +41 (0)71 929 60 30
info.littenheid@clenia.ch
www.clenia.ch



Einführung der Phytotherapie und Aromatherapie in einer grossen Psychiatrischen Klinik, Clenia Littenheid AG

Autor: Dr. med. Michael Alexander Brabetz, Facharzt FMH für Innere Medizin SAPP
Leiter Internistischer Dienst, Clenia Littenheid AG, Privatklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Zertifikatsarbeit zur Erlangung des Fähigkeitsausweises Phytotherapie (SMGP)
April 2014

Inhaltsverzeichnis

1. Einführung
2. Entwicklung und Geschichte der Psychiatrischen Klinik, Clienia Littenheid AG
3. Aktuelle Beschreibung der Klinik
4. Angebote, Stationen und Therapien in der Clienia Littenheid AG
5. Angebot von Ohr-Akupunktur NADA
6. Einführung und Umsetzung der Aromapflege in der Clienia Littenheid AG
7. Einführung der Phytotherapie in der Clienia Littenheid AG
8. Vorstellung des Sortiments und Methodik der Einführung
9. Implementierung in der Klinik
10. Erste Erfahrungen
11. Konklusionen und Schlusswort
12. Literatur

1. Einführung

Die folgende Arbeit soll einerseits die Einführung von pflanzlichen Heilmitteln (Phytotherapie) in einer grossen Privatklinik für Psychiatrie und Psychotherapie (Clenia Littenheid AG) beschreiben und andererseits eine ausführliche Auflistung der entsprechenden Produkte geben.

Ergänzend zum schulmedizinischen Angebot möchte ich verstärkt die Einführung und Implementierung von wissenschaftlich fundierten pflanzlichen Heilmitteln dokumentieren und vorantreiben. Zudem möchte ich die ersten Erfahrungen der Aromapflege in der Clenia Littenheid AG aufzeigen.

2. Entwicklung und Geschichte der Psychiatrischen Klinik Littenheid

a) Schule für Handel und Industrie

1868 eröffnete Josef Alois Keller (1817 bis 1878), vorher Lehrer am Institut Hüni in Horgen, eine Schule in Littenheid. Er beabsichtigte, eine private Erziehungsanstalt für Handel und Industrie zu betreiben. Verschiedene Gründe zwangen Josef Alois Keller im Jahre 1878 sein Unternehmen zu liquidieren. Bis 1880 beherbergte das ehemalige Schulgebäude, heute das Empfangshaus, eine mehr oder weniger rechtgehende Wirtschaft.

b) Altersheim

Im Jahre 1880 wurde durch Jean Jacob Delaprez (1847 bis 1923), einem Westschweizer Irrenwärter, ein Altersheim in Littenheid gegründet. Er liess auch den ersten Zweckbau, das Haus Park, erbauen. Mit diesem Unterfangen jedoch scheiterte er finanziell, so dass er sein Konkurs gegangenes Unternehmen 1897 verkaufen musste.

c) Asyl Littenheid und 1./2. Generation Schwyn

1897 übernahm Johann Jakob Uehlinger mit seiner Frau Maria Uehlinger-Schwyn den Betrieb und gründete das Asyl Littenheid. Die ehemalige Wirtschaft und das anliegende Gebäude baute er so um, dass sie den Bedürfnissen einer Heimstätte für ältere Leute und Obdachlose entsprachen. Unter seiner Leitung begann sich das Asyl zunehmend zu vergrössern. Einige Bauernhäuser wurden aufgekauft und umgebaut. Im Jahre 1910 engagierte Herr Uehlinger seinen Neffen Jean Schwyn und dessen Frau Elise Schwyn-Pfister als Verwalterehepaar nach Littenheid. Jean Schwyn, von Beruf Schreinermeister und später als Verwalter tätig, waren alle Voraussetzungen für eine initiative und solide Betriebsführung gegeben. Seine Frau, frühere Gemeindegemeinschwester von Erlenbach/ZH, übernahm als erste Oberschwester die Pflege und Betreuung der Pensionäre. In dieser Zeit wurde das Heim durch die ersten 2 Zweckbauten, dem Haus Linde und dem Haus Park, vergrössert und beherbergte 300 Alterspatienten.

Heinrich Schwyn, ein Bruder von Jean Schwyn, war zur der Zeit in Belgien als Kaufmann tätig. Durch die Vergrösserung des Betriebes waren auch mehr Arbeitskräfte nötig geworden. So engagierte Jean Schwyn seinen Bruder als Büroangestellten in Littenheid. Nach dem Tode seiner Frau 1916 konnte sich Johann Jakob Uehlinger nicht mehr entschliessen, das Asyl weiterzuführen. So erwarben die Gebrüder Jean und Heinrich Schwyn 1917 das Asyl Littenheid, um die Heilstätte als Kollektivfirma weiterzuführen. Nach wenigen Jahren wurde Heinrich Schwyn der Rahmen seiner Tätigkeit zu eng. Mit 32 Jahren entschloss er sich, die eidgenössische Matura nachzuholen und begann danach das Studium der Medizin. Leider war er nur noch für 10 Jahre als Chefarzt in der Anstalt tätig. Er verstarb nach längerem Leiden im Jahr 1943. Da die damalig ansässige Heimindustrie krisengeschüttelt war und auch die Bauern keine Existenz sichernde Zukunft in Aussicht hatten, bot die Anstalt für viele Ortsansässige einen sicheren Arbeitsplatz. So wuchs die Anstalt langsam in das frühere Dörfchen Littenheid hinein. Dem Ehepaar Elise und Jean Schwyn wurden 3 Kinder geschenkt: Gertrud, Ruth und Hans. Nach dem Tode von Jean Schwyn im Jahr 1950 übernahm Sohn Hans Schwyn zusammen mit seiner Frau Hanna die Führung der Anstalt.

d) Nervenheilanstalt Littenheid – 3. Generation Schwyn

Während knapp 50 Jahren von 1949 bis 1996 prägte nun das Ehepaar Hans (1921 bis 2011) und Hanna Schwyn-Müller (geb. 23.11.1919) nachhaltig die Entwicklung der Nervenheilanstalt zur modernen Klinik. Es wurden weitere umliegende Häuser erworben. Bewusst konnte das Dorfbild mit seinen rund 50 Häusern und Gebäudekomplexen bis heute beibehalten werden. Nebst dem medizinischen Bereich gehörten verschiedene Handwerksbetriebe und ein Landwirtschaftsgut, der Talhof, dazu. Die verschiedenen Chefärzte nach Dr. med. Heinrich Schwyn haben in enger Zusammenarbeit mit Hans Schwyn-Müller verschiedenste Erneuerungen in der Psychiatrie bewirkt, um das Wohl der Patienten zu verbessern. Neue Therapiemöglichkeiten zogen oft auch bauliche Konsequenzen nach sich. Die Neubauten und Renovationen, die unablässig seit 1950 getätigt wurden, haben sich nicht nur harmonisch in die vorhandene Dorfstruktur eingeführt, sondern auch den gewünschten Komfort für Patienten und Angestellte gebracht. Die erste Psychotherapiestation für Erwachsene wurde 1964 im Haus Föhrenberg eröffnet. Seit 1995 wird dort die erste stationäre Jugendpsychiatriestation geführt. Hans Schwyn-Müller verstarb am 18.12.2011 im 91. Lebensjahr.

e) Von der Psychiatrischen Klinik Littenheid zur Littenheid – Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

1981 wurde die Psychiatrische Klinik Littenheid in eine Familien AG mit gleichem Titel umgewandelt. Gemeinsam teilten sich Hans Schwyn-Müller und sein einziger Sohn Hans Schwyn jun. die allgemeine Leitung der Klinik. Von 1990 bis Mai 2008 trug die Klinik den Titel Littenheid – Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie und war in 4 Bereiche unterteilt: Stationäre Psychotherapie, Akutpsychiatrie, Gerontopsychiatrie und Jugendpsychiatrie.

In den nachfolgenden Jahren wurden grosse Neu- und Umbauten realisiert, welche den neuzeitlichen Anforderungen gerecht wurden, so unter anderem 1991 die 3 Pünt-Häuser. Nach einigen Jahren der gemeinsamen Zusammenarbeit übergab Hans Schwyn-Müller 1996 die Führung seinem Sohn Hans Schwyn-Weber. Hans Schwyn-Weber leitet die Klinik Littenheid nun in der 4. Generation. 1999 wurde die Klinik Littenheid in eine Holding-AG mit 3 daraus hervorgehenden Firmen umgewandelt: Betriebs-AG Littenheid – Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Dienstleistungen-AG und Immobilien-AG.

Im 111. Jahre der Klinik Littenheid am 11.07.2008 haben dann die Besitzerfamilien der Psychiatrischen Kliniken Schlössli (Oetwil am See/ZH) und Littenheid eine gemeinsame Holding-Gesellschaft "Clienia AG" gegründet, in der sie die beiden Klinikbetriebe eingebracht haben. Mit diesem Schritt wurde man zum grössten privaten Anbieter von psychiatrischen Angeboten in der Schweiz. Der Name Clienia ist ein künstlicher Name.

g) Vom Familienbetrieb zur Privatklinik Clienia Littenheid AG

Ab diesem Moment wurde Hans Schwyn-Weber zum CEO der neu gegründeten Clienia-Gruppe ernannt. Fortan nennt sich die ehemalige Klinikleitung Geschäftsleitung. Es haben heute Einsitz Daniel Wild, Klinikdirektor, Frau Prof. Dr. med. Silke Bachmann, Ärztliche Direktorin, Hubert Dietschi, Pflegedirektor und Urs Zürcher, Leiter Qualitätsmanagement und Organisationsentwicklung. Die Kliniken Schlössli und Littenheid zeigen eine hohe Übereinstimmung im Tätigkeitsfeld, Trägerschaft, Geschichte, Führungsphilosophie und medizinisch-therapeutische Ausrichtung. Im sich rasch veränderten Gesundheitswesen werden nun die Weichen für eine erfolgreiche und stabile Zukunft gestellt.

Die beiden Kliniken bleiben unter einer gemeinsamen Dachmarke als eigenständige juristische Firmen bestehen; der Personalbestand wie die Anstellungsbedingungen werden vollumfänglich gewahrt.

3. Aktuelle Beschreibung der Klinik

Das medizinische Angebot der Privatklinik Clenia Littenheid AG, Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie ist sehr breit. Seit April 2001 gliedern sich 14 verschiedene Stationen inklusive einer Tagesklinik auf folgende 3 Zentren, welche jeweils durch einen ärztlichen und pflegerischen Leiter geführt werden : – Zentrum für Akut- und Alterspsychiatrie – Zentrum für Psychotherapie und Psychosomatik – Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie. Auf diesen insgesamt 15 Stationen bieten wir rund 200 Patienten sowie 12 Tagesklinikpatienten Behandlungskonzepte in akuten Phasen psychischer Erkrankung an: zur Krisenintervention, Abklärung und Behandlung sowie zu Einleitung rehabilitativer Massnahmen. Schwerpunktstationen mit störungsspezifischen psychotherapeutischen Konzepten (Depressionen, Burnout, Essstörung, Angst und Zwangserkrankungen) und eine Privatstation ergänzen unsere Dienstleistungen. Während auf der im 2010 eröffneten Privatstation halbprivat- und privat versicherte Patienten aus der ganzen Schweiz behandelt werden, so stehen die breit gefächerten psychiatrischen und psychotherapeutischen Therapieangebote auf allen übrigen Stationen auch allen allgemein versicherten Patienten aus dem Kanton Thurgau und weiteren vielen Vertragskantonen wie Glarus, Schaffhausen, Zug, St. Gallen, Zürich und vielen weiteren offen. Im Jahr 2011 wurde die Traumastation Waldegg A schweizweit als erste Station mit diesem Angebot überhaupt zertifiziert. Im Jahre 2013 wurde die DBT-Station Pünt Nord weltweit als erste Schematherapieabteilung zertifiziert. Zur Privatklinik Clenia Littenheid AG gehören zudem der Externe Psychiatrische Dienst Sirmach sowie neu seit dem 01.01.2014 auch der Externe Psychiatrische Dienst Frauenfeld. Die Clenia Gruppe hat ihren Sitz in Winterthur zusammen mit der von Prof. Dr. med. Achim Haug geführten Kriseninterventionsstation Schweiz.

4. Angebote, Stationen und Therapien in der Clienia Littenheid AG

Die dörfliche Anordnung unserer Gebäude ermöglicht die Entfaltung einer reichen therapeutischen Vielfalt. Neben zentrums- und bereichsspezifischen Konzepten hat jede Station Zugriff auf die flankierenden Fachtherapien. Unsere Häuser sind spezialisiert auf Musiktherapie, Maltherapie, euthyme Therapie, Gestaltungstherapie, Körpertherapie, Yoga, Meditations- und Entspannungstechniken, sowie verschiedenen Elementen der traditionellen chinesischen Medizin wie bspw. Ohr-Akupunktur nach dem NADA-Protokoll.

Daneben bestehen Aromapflege und Aromatherapie, worauf ich im späteren einzeln vertieft eingehen werde.

Körperliche Aktivität unter professioneller Anleitung und individuell abgestuft, beugt vielen Krankheiten nicht nur vor, sondern unterstützt den Heilungsprozess. Daher befinden sich bei uns auch physiotherapeutische, ergo- und aktivierungstherapeutische Angebote sowie ein Kraft- und Fitnessraum. Es stehen den Patienten in Werkstätten und im klinikinternen Kaffee Huggi Arbeitsversuchsmöglichkeiten zur Verfügung. Unsere Seelsohnerinnen und Seelsohner der reformierten und katholischen Kirche sind bereit, Patientinnen und Patienten und ihre Angehörigen auf ihrem Weg zu begleiten – unabhängig von deren religiöser oder spiritueller Einstellung oder Zugehörigkeit.

Für die Kinder und Jugendlichen im stationären Bereich befindet sich auf dem Klinikgelände eine eigene Schule. In der Schule arbeiten Kinder und Jugendliche in Gruppen weitgehend selbständig und werden in Berufsfindung und Bewerbungsverfahren trainiert und in Mathematik, Rechnen, Französisch und Englisch unterrichtet. Die Privatklinik Littenheid besteht aus folgenden Stationen und deren speziellen Angebote :

- a) akutpsychiatrische Aufnahmestation Park C
- b) akutpsychiatrische Aufnahmestation Park D mit integriertem Modul für die kausale Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen
- c) akutpsychiatrische Re-Integrationsstation Park B mit Schwerpunkt Psychose
- d) akutpsychiatrische Spezialabteilung Park A mit Schwerpunkt Depression und Angst
- e) alterspsychiatrische Aufnahme- und Therapiestation Waldegg C
- f) Station für störungsspezifische Traumatherapie für Erwachsene: die zertifizierte Traumastation Waldegg A
- g) Traumaakutstation für Erwachsene Waldegg B
- h) Privatstation für Erwachsene Pünt Süd
- i) Psychotherapiestation Pünt Mitte Schwerpunkt Depression, Angst und Abhängigkeitserkrankungen
- j) stationäre Psychotherapiestation für junge Erwachsene Pünt Nord inkl. Borderline-Behandlung und zertifizierte DBT-Station und Station für Essstörungen
- k) geschützter Krisen- und Therapiebereich für Jugendliche Linde A und B
- l) stationäre Psychiatrie und Psychotherapie für Kinder Linde C
- m) stationäre Psychotherapie für Jugendliche und DBT-Station für Jugendliche Linde D und E
- n) psychiatrische Tagesklinik für 12 Patientinnen und Patienten

DBT bedeutet dialektisch-behaviorale Therapie und wurde in den 1980er Jahren von der amerikanischen Psychologin Marsha M. Linehan entwickelt. Die DBT basiert auf der kognitiven Verhaltenstherapie und kommt heute vor allem bei der psychotherapeutischen Behandlung von Borderline-Persönlichkeitsstörungen zum Einsatz.

5. Angebote Ohr-Akupunktur nach dem NADA-Protokoll

a) Definition und Bedeutung

Das NADA-Protokoll bezeichnet ein standardisiertes Verfahren der Akupunkturbehandlung. Es wurde in den 1970er Jahren von Michael Smith und Mitarbeitern in New York entwickelt. Anfangs wurde das Verfahren zur Behandlung von Heroinabhängigen eingesetzt. Die Erfolge waren so überzeugend, dass die Behandlung als Modell für viele andere Institutionen diente. Heute wird das NADA-Protokoll weltweit in ca. 1500 Programmen eingesetzt. Die Erfahrung zeigte, dass die regelmässige Akupunktur nicht nur Entzugsbeschwerden und den Suchtdruck verminderte, sondern insgesamt eine stabilisierende, ausgleichende Wirkung hat. NADA-Akupunktur vermindert Ängstlichkeit, reduziert Stress und führt zu innerer Ruhe und Entspannung. Zudem werden der Schlafrythmus reguliert und die Endorphinproduktion angeregt. Gleichzeitig wird Offenheit für innere Prozesse geweckt und unterstützt somit idealerweise die verbalen Therapieformen. Dies macht man sich bei der Behandlung von psychiatrischen Patienten inkl. Trauma- und Stressopfern zu nutze. Die Wirkung der Akupunktur im allgemeinen ist schmerzlindernd, muskelentspannend und psychisch harmonisierend. NADA bedeutet : National Acupuncture Detoxification Association.

b) Möglichkeiten und Setting

Die Behandlung findet entweder einzeln oder in der Gruppe statt. Eine Patientenselektion ist nicht zwingend. Die Dauer beträgt zwischen 20 bis 40 Minuten. Es besteht meist eine unterstützende nicht konfrontative Atmosphäre. In den Akutsituationen können zum Beispiel während des Entzuges tägliche Sitzungen erfolgen. Es ist eine gute non-verbale Therapieform, somit eben auch einsetzbar bei Menschen die (noch) nicht offen sind für eine Gesprächstherapie.

Auch instruiertes Pflegepersonal kann diese Ohr-Akupunktur durchführen. Es werden in jede Ohrmuschel 5 Nadeln gesetzt und mit entsprechenden Fixationspflastern verklebt.

1. Nadel: Vegetativum: wirkt ausgleichend auf das vegetative Nervensystem und hat somit eine günstige Auswirkung auf Schwitzen, tränende Augen, Speichelfluss und funktionelle Magen-Darm-beschwerden. Element: ERDE.

2. Nadel: Shen men ("Tor des Geistes"): zentriert und "klärt" den Kopf. Mindert Ängstlichkeit und Nervosität, beruhigt und stärkt den Geist. Element: FEUER.

3. Nadel: Niere: unterstützt die Nieren, gleicht Wasserhaushalt aus. Stärkt Lebensenergie und den Willen. Element: WASSER.

4. Nadel: Leber: entgiftet die Leber, unterstützt die Blutgerinnung . Reguliert Wut und Aggression und entspannt die Muskulatur. Element: HOLZ.

5. Nadel: Lunge: regt die Atmung an. Fördert die Trauerarbeit und wirkt schmerzlindernd. Beschleunigt zudem die Entgiftung. Element: METALL.

6. Einführung der Aromapflege in der Clienia Littenheid AG

a) Definition und Anwendung

Aromatherapie bedeutet eine Behandlungsmethode aus der Pflanzenheilkunde. Sie beinhaltet die individuelle Anwendung ätherischer Öle zu therapeutischen Zwecken und wird von ausgebildeten Aromatherapeuten durchgeführt.

Die Aromapflege als Teilbereich der Behandlungspflege umfasst die kontrollierte Anwendung von naturreinen Pflanzenprodukten wie ätherischen und fetten Ölen oder Hydrolaten und unterliegt der Verantwortung des Pflegepersonals.

Die Aromapflege leistet einen wertvollen Beitrag zur spürbaren Steigerung des Wohlbefindens und somit auch zur wesentlichen Unterstützung des Heilerfolgs des Patienten. Es kommt zu einer Stärkung der Selbstheilungskräfte und Verbesserung der Immunabwehr. Gleichzeitig werden das körperliche und seelische Gleichgewicht gefördert und die Lebensqualität verbessert. Es kommt zu einer Förderung und Unterstützung der Gesunderhaltung und Gesundheitsprophylaxe. Wichtig ist auch die gleichzeitige Förderung und Sensibilisierung der eigenen Wahrnehmung des Patienten. Durch die aktive Teilnahme des Patienten wird auch dessen Selbstverantwortung gefördert. Somit ist dies ein grosser Bestandteil in der Hilfe bei psychischen und körperlichen Beschwerden und Befindlichkeitsstörungen unserer Patienten.

b) Anwendungsmöglichkeiten

Die grosse Bandbreite der Wirkungen ätherischer Öle beruht auf einer Vielzahl von Inhaltsstoffen, die wie in einem Orchester zusammen spielen. Der Grundsatz "das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile" ist ein typisches Charakteristikum vieler Pflanzenheilmittel, insbesondere auch der ätherischen Öle.

Beeindruckend ist der ganzheitliche Aspekt der ätherischen Öle. Sie wirken auf Körper, Geist und Seele gleichermaßen. Über die Haut und Schleimhaut wirken sie körperlich und über den Geruchssinn auf unser vegetatives und zentrales Nervensystem – die psychische und geistige Wirkung.

Die verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten auf der Haut sind: – Massagen (Teil- und Ganzkörpermassagen) – Einreibungen und Streichungen – aromatische Bäder und Waschungen – Wickel und Kompressen – Aromaroller und Aromatupfer.

Anwendungsmöglichkeiten über das Riechen sind: Trockeninhalationen (Tupfer, Aromatuch, auch in Kombination bei Anwendungen auf der Haut) – Raumbeduftung mittels einer Duftlampe, Aromavernebler, Aromastein, Duftleuchten, Duftbrunnen, Duftvorhang, Duftobjekte oder Aromaspray – bei der Wasser-Dampf-Inhalation zum Beispiel wird der Wirkstoff einerseits durch das Riechen aufgenommen, andererseits gelangen dabei kleine Mengen der ätherischen Öle über die Einatmung in die Lunge und somit auch in den Blutkreislauf und die entsprechenden Organe.

c) Allgemeine Grundsätze der Aromapflege

Es dürfen keine Duftlampen mit Kerzen verwendet werden. Dies aufgrund von brandtechnischen und Brandsicherheitsvorschriften. Jeder Station stehen genügend elektrische Aromavernebler und Aromasteine zur Verfügung, die den brandschutztechnischen Vorschriften entsprechen.

Aromapflegeprodukte werden ausschliesslich äusserlich angewendet und die Durchführung der Aromapflege geschieht nur mit dem Einverständnis des Patienten. Die Aromapflege darf nur mit mündlicher Zustimmung des Patienten durchgeführt werden und bedarf fachkundlicher Anleitung. Dies gilt auch bei der Raumbeduftung von Gemeinschaftsräumen. Beim Riechtest muss der Patient den Duft grundsätzlich als angenehm empfinden.

Ätherische Öle dürfen nur verdünnt oder emulgiert mit der Haut oder Schleimhaut in Berührung kommen. Zum Verdünnen der ätherischen Öle stehen Mandel- oder Jojobaöl zur Verfügung. Einzige Ausnahme ist Lavendel fein, welches kurzfristig bei gegebener Indikation auch pur eingesetzt werden kann. Ätherische Öle dürfen nie unverdünnt in das Wasser gegeben werden, weil sie nicht wasserlöslich sind und in der Regel oben auf schwimmen. Unter emulgieren wird das Mischen mit einem Emulgator wie Honig, Milch, Molke, Rahm, Neutralseife, Badesalz oder Solubol verstanden.

Ganz wichtig beim Arbeiten mit ätherischen Pflegeprodukten ist es, den Augenkontakt unbedingt zu vermeiden. Beim Einreiben im Schläfenbereich ist somit äusserste Vorsicht geboten.

d) Allgemeine Anwendungsformen

Trockeninhalation

Kann bis zu 3-mal täglich angewendet werden und wird vor allem nasal aber auch zu wenigen Teilen perkutan aufgenommen. Die Dosierung des ätherischen Öls besteht aus 1 bis 3 Tropfen auf eine kleine Faltkomresse in einem Medikamentenbecherchen. Die Anwendung kann auf dem Nachttisch, auf dem Kopfkissen liegend oder in den Ausschnitt der Kleidung gesteckt werden.

Riechfläschchen

Die Anwendungsmöglichkeit des Riechfläschchens ist weit offen und sehr bedarfsorientiert. Die Aufnahme des ätherischen Öles erfolgt nasal und die Abgabe erfolgt mit max. 8 Tropfen in ein 5ml Glas-Fläschchen mit Meersalz und ganz wichtig : aufgeklebter Aromaetikette. Dieses Riechfläschchen wird der Patient auf sich tragen und auch gegebenenfalls als Skill in einer erhöhten Anspannung anwenden können.

Dampfinhalation

Dampfinhalationen können bis zu 2-mal täglich durchgeführt werden und werden via Nasenschleimhaut und obere Luftwege eingeatmet. Die Dosierung des ätherischen Öles besteht aus 1 bis 2 Tropfen in Meersalz emulgiert in eine Schüssel mit heissem Wasser eingegeben. Der Patient muss seinen Kopf über diese Schüssel halten und regelmässig inhalieren. Bei Bedarf kann die Nase danach mit Mandelöl gepflegt und eingeölt werden. Falls vorhanden, dürfen solche Inhalationen auch mit einem speziellen Inhaliergerät durchgeführt werden.

Raumbeduftung

Eine Raumbeduftung sollte bis zu 3-mal täglich eine ½ Stunde durchgeführt werden und die entsprechenden Aromavernebler oder elektrischen Thermoduftsteine können mit 3 bis max. 6 Tropfen des entsprechenden ätherischen Öles gefüllt werden und dann neben das Bett oder bei einem grösseren Raum in die Mitte des Raumes gestellt werden.

Kompresse

Kompressen können bis zu 2-mal täglich angewendet werden und wirken durch das Öl perkutan auf den menschlichen Organismus. Das ätherische Öl wird mit 1 bis 3 Tropfen in 10ml Mandelöl auf eine grosse Faltkompresse eingegeben. Bei warmen Kompressen kann das Mandelöl vorgewärmt werden. Diese Faltkompresse wird auf die Brust oder den Bauch aufgelegt und mit einem Baumwolltuch zugedeckt und am Besten mit einer Bettwärmeflasche warmgehalten. Als Aussentuch sollte man ein Frotteetuch verwenden.

Einreibungen

Einreibungen würden vorwiegend perkutan wirken, ein grosser Teil wird aber auch nasal inhalativ wirksam sein. Eingerieben werden die präparierten ätherischen Öle mit 10ml Mandelöl und zwar je nach Indikation an verschiedenen Körperstellen. Bei Schmerzen werden vor allem die schmerzenden Stellen eingerieben, bei einer vorwiegend entlastenden Wirkung soll vor allem der Schulter-Nacken-Bereich eingerieben werden, bei Situationen, wo der Patient gerne seine Mitte wieder finden sollte, kann man den Solarplexus einreiben und würde man eine erdende Wirkung erwarten, werden die Füsse eingerieben. Die lokalen Anwendungen als Aromatupfer oder Aroma-Roll-On werden vor allem als Skill-Möglichkeiten abgegeben. Die Tupfer können am Handgelenk oder über dem Sternum fixiert werden und haben einen guten Einfluss bei Angst, Unwohlsein oder labilem Blutdruck.

Fussbad

Fussbäder sollten max. 1-mal täglich durchgeführt werden. Die Wassertemperatur sollte zwischen 36 und 38°C betragen und 4 bis 6 Tropfen des ätherischen Öles werden in das Fussbad emulgiert ; aber erst kurz vor der Anwendung. Der Patient kann 10 bis 20 Minuten dieses Fussbad geniessen, besonders geeignet am Abend vor dem Schlafen gehen.

Vollbad

Vollbäder als therapeutische Bäder sollten max. 3-mal in der Woche durchgeführt werden. Auch da kommt es durch die Aerosolisierung der Öle zu einer zusätzlichen inhalativ nasalen Wirkung. 7 bis 10 Tropfen des ätherischen Öles werden emulgiert und kurz vor der Anwendung dem Vollbad beigegeben. Auch da sollte die Wassertemperatur 36 bis 38°C betragen und der Patient sich nicht länger als 15 Minuten in diesem Bad befinden.

e) Einzelöle

Die Clienia Littenheid AG hat die Produkte der Phytomed AG (Hasle/Burgdorf) und Aromavital (Tägerwilen) im Sortiment und ich verwende deshalb deren Bezeichnungen:

Atlaszeder

Stimmungsaufhellend, stärkend, beruhigend, harmonisierend, angstlösend, erdend.

Wird eingesetzt zur Entzündungshemmung, Juckreizstillung und als Antiallergikum. Zudem bestehen schmerzstillende, antiparasitäre und teilweise aber auch schleimlösende Wirkungen. Sollte sparsam zur Raumduftung eingesetzt werden.

Angelikawurzel

Achtung: Photosensibilisierend.

Wirkung ist abwehrsteigernd, mukolytisch, antiinflammatorisch, angstlösend und beruhigend.

Benzoe

Wirkt sehr gut mukolytisch, antiseptisch, epithelisierend und leicht sedierend anxiolytisch. Vermittelt Geborgenheit und Wärme. Geeignet für Aromatupfer im Medibecher und als Riechfläschchen.

Bergamotte

Achtung: Auch photosensibilisierende Wirkung.

Wirkt spasmolytisch, antiinflammatorisch, antibakteriell, antidepressiv, anxiolytisch und sedierend.

Cajeput

Wirkt mukolytisch, antibakteriell und antiviral sowie analgetisch. Kann bei Erkältungshusten, Zahnschmerzen und grippalen Infekten eingesetzt werden.

Eucalyptus globulus

Wirkt antibakteriell, fungizid, antiinflammatorisch und mukolytisch und ist hauptsächlich indiziert bei Entzündungen der Atemwege. Wird vereinzelt auch mit guten Resultaten bei Candida-dermatosen und Kopfschmerzen eingesetzt.

Grapefruit

Achtung: Auch photosensibilisierende Wirkung.

Grapefruit wirkt lokal desinfizierend, allgemein anregend und durchblutungsfördernd. Wirkt gut bei Akne, Cellulite, sowie bei Stress, Ängsten und depressiver Verstimmung.

Kamille

Wirkt antiinflammatorisch, antiphlogistisch, sedierend und anxiolytisch. Mögliche Indikationen sind: Ekzematöse Dermatosen, Akne, beginnende Furunkel, Reizbarkeit, Nervosität, Stress und Angstzustände.

Lavendel fein

Wirkt antiinfektiös, epithelisierend, analgetisch, entspannend und sedierend. Kann bei akuten leichten Verbrennungen und Insektenstichen pur verwendet werden. Wirkt auch sehr gut blutdrucksenkend.

Mandarine

Wirkt antiseptisch, beruhigend und stimmungsaufhellend. Zudem sind entkrampfende und verdauungsfördernde Wirkungen beschrieben.

Manuka

Sehr gut antibakteriell, antimykotisch und hautregenerierend. Wird bei vielen Dermatosen: Akne, Psoriasis, Furunkulose und Candidabefall eingesetzt.

Melisse 5%

Wirkt antiviral, gefäßregulierend und sedierend. Hat einen entzündungshemmenden und hautregenerierenden Effekt, wirkt sehr gut bei Herpes labialis und Blutdruckschwankungen.

Neroli 10%

Wirkt antidepressiv und anxiolytisch. Wird hauptsächlich eingesetzt bei emotionalem Schock, Spannung, Unruhe und depressiven Verstimmungen.

Orange süß

Wirkt antiseptisch, spasmodisch und ganz leicht sedierend. Wird bei Angst, Nervosität, Schlafstörungen und Stress eingesetzt. Vorsicht wegen der photosensibilisierenden Wirkung.

Pfefferminze

Hat einen analgetischen antiinfektiösen und im Verdauungsbereich tonisierenden Effekt. Wird vor allem eingesetzt bei Spannungskopfschmerz, Übelkeit und Erbrechen. Nicht geeignet für Vollbad.

Rose 5%

Hat einen angenehmen beruhigenden Effekt. Wirkt sich stabilisierend auf die Psyche aus. Wird bei uns in der Klinik oft gegeben bei Stress, depressiven Verstimmungen und Schlaflosigkeit.

Rosen Geranie

Wirkt sehr gut antiinflammatorisch, antibakteriell und fungizid. Wird vor allem bei Akne, Hautunregelmäßigkeiten und Dysmenorrhoe eingesetzt.

Thymian

Wirkt sehr antiinfektiös und analgetisch. Wird sehr gerne bei Atemwegsinfektionen und Gelenkschmerzen eingesetzt.

Vanille

Hat eine kombinierte analgetisch-antimykotische Wirkung und auf der psychischen Ebene sedierend anxiolytisch und antidepressiv. Häufige Indikationen sind chronische Schmerzen, Stress, Schlafstörungen und angstbetonte depressive Verstimmungen.

Zirbelkiefer

Hat eine stabilisierend kräftigende Wirkung und wird vor allem bei Ängsten, depressiven Verstimmungen und Asthenie verwendet, aber auch beim Entzug. Mukolytische Eigenschaften führen auch zum Einsatz bei Atemwegserkrankungen.

Zitrone

Wirkt sehr stark antiinfektiös, ist aber auch phlebotonisch und tonisierend. Wird ganz häufig als Raumreinigung im Aromavernebler verwendet. Systemisch setzen wir es vor allem bei Atemwegsinfektionen und lokal bei Veneninsuffizienz, Krampfadern oder leichter Phlebitis ein. Psychisch wirkt Zitrone stimmungsaufhellend, aktivierend und konzentrationsfördernd. Kann den Blutdruck erhöhen und ist photosensibilisierend.

f) Fette/Öle

Jojoba-Wachs

Wirkt leicht antiinflammatorisch, feuchtigkeitserhaltend und nicht fettend. Wir setzen es ein bei Sonnenbrand, entzündlichen Hauterkrankungen, Akne, Psoriasis und Ekzemen.

Mandelkernöl

Hat eine beruhigende Wirkung auf die Haut. Wir setzen es lokal ein bei trockener, spröder, rissiger und empfindlicher Haut.

7. Einführung der Phytotherapie in der Clienia Littenheid AG

Im Vergleich zu den Erfahrungen der Aromapflege, welche schon seit 2011 zuerst im Rahmen eines Pilotprojektes und dann ab 2012 auf den Psychotherapiestationen Pünt regelmässig eingesetzt wird, wurde ein Sortiment von phytotherapeutischen Fertigpräparaten nun im Rahmen dieser Arbeit per 01.02.2014 in unserer Klinik eingeführt.

Einerseits wurde das gesamte Sortiment der Fertigpräparate in der zentralen Spitalapotheke aufgenommen und implementiert, andererseits wurde die gesamte Ärzteschaft mit einem entsprechenden Informationskatalog informiert. Dieser entsprechende Informationskatalog wird nun im folgenden Kapitel ausgeführt:

8. Vorstellung des Sortiments

In einem 1. Teil werden alle Fertigpräparate aufgelistet, welche in der Spezialitätenliste (SL) aufgeführt sind., Diese Präparate werden auf ärztliche Verordnung hin von der Grundversicherung (KVG) übernommen. Danach folgt ein kurzer Abschnitt mit Präparaten, welche auch ohne ärztliche Verordnung abgegeben werden können, das heisst, welche nicht auf der Spezialitätenliste aufgeführt sind. Im 3. und letzten Teil werde ich das klinikinterne Tee-Sortiment detailliert beschreiben.

a) Fertigpräparate

Name:	AesculaMed forte
Arzneiform:	Tbl.
Inhaltstoffe:	ethanolischer Trockenextrakt aus frischen Rosskastaniensamen (1 Tbl. enthält 158 bis 225mg Trockenextrakt von <i>Aesculus hippocastanum</i> L. seminis recentis). Auszugsmittel Ethanol 68%. DEV (Drogen-Extrakt-Verhältnis) : 4-6:1.
Hersteller:	Bioforce
Indikation:	Krampfadern, Stauungsödeme, Schmerzen- und Schweregefühle in den Beien sowie Wadenkrämpfe oder Zehemkrämpfe.
Dosierung:	2-mal 1 Tbl. tgl. morgens und abends zum Essen. Die Tabletten müssen unzerkaut geschluckt werden
Spezielles:	1 Filmtablette enthält 50mg Aescin. Kann ganz selten leichte Magenschmerzen bewirken.

Name:	Arteria-vita
Arzneiform:	Kps
Inhaltstoffe:	Marmelos Frucht 20mg (<i>Aegle sepiar fructus</i>), Nelkenpfefferfrüchte 25 mg(<i>Pimentae fructus</i>), Indische Gewürzlilie 10mg (<i>Kaempferiae galangae rhizoma</i>), Akeleikraut 15mg (<i>Aquilegiae vulgaris herba</i>), Calciumsulfat (<i>Calcii sulfas pulvi</i>) 20mg, Ringelblumenblüten mit Kelch 5mg (<i>Calendulae flos</i>), Kardamomfrüchte 30mg (<i>Cardamomi fructus</i>), Gewürznelken 12mg (<i>Caryophylli flos</i>), Indische Costuswurzel 40 mg (<i>Costi amari radix</i>), Campfer (<i>D-Camphora</i>) 4mg, Ingwer (<i>Hedychii rhizoma</i>), Gartenlattichkrautblätter 6mg (<i>Lactucae sativae folium</i>), isländisches Moos 40mg (<i>Lichen islandicus</i>), Süssholzwurzel 15mg (<i>Liquiritiae radix</i>), Nimbaumfrüchte 35mg (<i>Meliae tousend fructus</i>), Myrobalanen (<i>Myrobalani fructus</i>) 30mg, Spitzwegerichblätter 15mg (<i>Plantaginis lanceolatae herba</i>), Vogelknöterichkraut 15mg (<i>Polygoni avicularis herba</i>), Goldfingerkraut 15mg (<i>Potentillae aureae herba</i>), rotes Sandelholz 30mg (<i>Santali rubri lignum</i>), Eisenhutknollen 1mg (<i>Aconiti tuber</i>), Sidakraut 10mg (<i>Sida cordi foliae herba</i>), Baldrianwurzel 10mg (<i>Valerianae radix</i>)
Hersteller:	Permamed
Indikation:	Durchblutungsstörungen sowie Wadenkrämpfe. Schwere- und Spannungsgefühl in den Beinen. Claudicatio.
Dosierung:	Vor oder mit dem Essen 3-mal tgl. 2 Kps. Nach deutlicher Besserung, Reduktion auf 1-2 Kps. täglich..
Spezielles:	Andere Medikamente im Abstand von 1½ bis 2 Stunden einnehmen. Sehr selten allergische Reaktionen wie Pruritus und Exanthem. Bei Nausea soll viel Flüssigkeit getrunken werden.

Name:	Assalix
Arzneiform:	Drg.
Inhaltstoffe:	1 Dragée. enthält 393,24mg Trockenextrakt aus der Weidenrinde (Salicis cortex extrakt. ethanol sicc). Auszugsmittel 70% Ethanol. DEV: 6-12:1.
Hersteller:	Biomed
Indikation:	Rheumatische und arthrotische Schmerzen.
Dosierung:	2 Wochen lang 2-mal 2 Drg. tgl. vor dem Essen, anschliessend 2-mal 1 Drg. tgl. vor dem Essen
Spezielles:	1 Dragée entspricht 60 mg Salicin. Allergische Reaktionen möglich.

Name:	AtroMed Rheumagel
Arzneiform:	Gel
Inhaltstoffe:	1g Gel enthält 500mg Extrakt aus frischen Arnikablüten (Arnicae floris recentis tinct.)
Hersteller:	Bioforce
Indikation:	Zur äusserlichen Anwendung bei Schmerzen und Entzündungen der Gelenke und der Muskeln.
Dosierung:	2-3 mal tgl. betroffene Stelle oder Gelenk einreiben (Gelstrang ca. 4 cm)
Spezielles:	Cave: Arnika-Allergie.

Name:	Bronchipret TP
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. enthält 160mg Thymiankraut (Thymi extractum ethanolicum siccum), Auszugsmittel 70 % Ethanol. DEV: 4-8:1 und 60mg Trockenextrakt aus Primelwurzeln (Primulae radicis extractum ethanolicum siccum), Auszugsmittel 47,4 % Ethanol . DEV: 5,3 – 7,8:1.
Hersteller:	Biomed
Indikation:	Hustenlindernd bei akuter Bronchitis oder Infekt der oberen Luftwege
Dosierung:	3-mal tgl. 1 Filmtbl. vor den Mahlzeiten für Erwachsene und Kinder über 12 Jahre
Spezielles:	Enthält Lactose. Nicht anwenden bei Gastritis.

Name:	Cardiplant 450
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Filmtbl. enthält 450mg Trockenextrakt aus Weissdornblättern mit Blüten (Cartaegi folicum flore extract. methanol. sicc.).Auszugsmittel 70 Vol.% Methanol. DEV: 4-7:1.
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Nervöse Herzbeschwerden, wie Herzklopfen, Beklemmungsgefühl in der Herzgegend, Schwindelgefühl oder rascher Puls. Bei leichter Einschränkung der körperlichen Belastbarkeit.
Dosierung:	2-mal tgl. 1 Filmtbl. vor dem Essen unzerkaut einnehmen.
Spezielles:	Ganz selten Magenweh und Exanthem.

Name:	Cimifemin uno
Arzneiform:	Tbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. entspricht 6,5 mg Trockenextrakt (Ze 450) aus dem Wurzelstock der Traubensilberkerze (Cimicifugae racemosae extractum ethanolicum sicc.). Auszugsmittel 60% Ethanol. DEV: 4,5-8.5:1.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Wechseljahrbeschwerden (Hitzewallungen, Schweissausbrüche, Schlafstörungen, Nervosität und Verstimmungszustände).
Dosierung:	2 Tbl. tgl. entweder aufgeteilt oder in Einmalgabe für mind. 6 Wochen. Maximum 6 Monate
Spezielles:	Einzelfälle berichten von teilweise schwerwiegenden Leberschädigungen.

Name:	Colosan mite
Arzneiform:	Granulat. 1 gramm Granulat enthält 850 mg Sterculia.
Inhaltstoffe:	Tragacantha indica (Sterculiae gummi)
Hersteller:	Vifor
Indikation:	Obstipation
Dosierung:	1 bis 3 Kaffeelöffel morgens und abends vor den Mahlzeiten mit viel Flüssigkeit einnehmen. Für Kinder von 6 bis 12 Jahren max. 1 Kaffeelöffel
Spezielles:	Kontraindikationen sind Stenosen im Magen-Darm-Trakt, Ileus oder Erbrechen

Name:	Colosan plus
Arzneiform:	Granulat
Inhaltstoffe:	Tragacantha indica 850 mg/g (Sterculiae gummi) und Faulbaumrindendickextrakt 15,4mg/g (Frangulae extract. spiss.)
Hersteller:	Vifor
Indikation:	Obstipation
Dosierung:	1 bis 2 Messlöffel abends
Spezielles:	Nicht länger als 2 Wochen andauernd einnehmen

Name:	Colpermin
Arzneiform:	Kps
Inhaltstoffe:	Pfefferminzöl (Menthae piperitae L. aetherolum), aus den oberirdischen Teilen gewonnen. 1 Kps enthält 187mg Pfefferminzöl. Hilfsstoffe: Weisses Bienenwachs, gereinigtes Erdnussöl, kolloidales Siliziumdioxid, Gelatine, Indigotin, Titandioxid, Methacrylsäure-polymere, Triethylcitrat, Glycerolmonostearat, Macrogol 4000, Talkum.
Hersteller:	Tillotts Pharma
Indikation:	Reizdarm, Blähungen und Völlegefühl
Dosierung:	3-mal tgl. 1 Kps ca. 30 Minuten vor dem Essen einnehmen
Spezielles:	Cave: Achlorhydrie und Sodbrennen. Bei vorbestehendem Hämorrhoidalleiden kann unter Colpermin eine perianale Irritation auftreten. Darf bei Allergie auf Erdnüsse und Soja nicht

eingegenommen werden. (Kreuzallergie).

Name:	Dormiplant
Arzneiform:	Drg.
Inhaltstoffe:	1 Drg. enthält 160mg Baldrian (Valerianae extract. ethanol. sicc.) , DEV: 3-6:1 und 80mg Melisse (Melissae extract. ethanol. sicc.) DEV: 4-6:1. Auszugsmittel 62% Ethanol bei Baldrian und 30 % Ethanol bei der Melisse.
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Schlafstörungen, Unruhe und Nervosität
Dosierung:	Bei Unruhe 2-mal 1 bis 2 Drg. tgl., zur Schlafhilfe 2 bis 3 Drg. 1 Stunde vor dem Schlafen gehen. Für Kinder ab 6 Jahren gilt 1 Tbl. 1 Stunde vor dem Schlafen.
Spezielles:	-

Name:	EchinaMed Resistenz
Arzneiform:	Tbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. enthält Spissum Extrakt (Dickextrakt) aus 380mg Tinktur aus frischem blühendem Kraut und 20 mg Tinktur aus frischen Wurzeln vom rotem Sonnenhut (Echaniceae purpureae herbae recentis tinctura). DEV: 1:12 und 1:11. Auszugsmittel Ethanol 65%.
Indikation:	Zu Beginn grippaler Infekte oder prophylaktisch als Immunsystemstabilisierung
Dosierung:	4-mal 1 Tbl. Tgl ; in der Akutphase können bis zu 6-mal 4 Tbl. tgl. für 1 bis 2 Tage eingenommen werden. In der Prävention sollten über 3 bis 5 Tage 3-mal 2 Tbl. eingenommen werden.
Spezielles:	Einzelfallberichte von allergischen Reaktionen , vor allem auf der Haut.

Name:	Echinamed Halsschmerzspray
Arzneiform:	Halsspray
Inhaltstoffe:	Aus Tinktur aus dem roten Sonnenhut (Echaniceae purpureae herbae recentis extract. ethanol liquid.) und Salbeiblätter-Fluidextrakt
Hersteller:	Bioforce
Indikation:	Entzündungen des Mund- und Rachenraumes
Dosierung:	Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren 6- bis 10-mal tgl. 2 Sprühstöße in den Mund oder Rachenraum
Spezielles:	-

Name:	Epogam 1000 Vegicaps
Arzneiform:	Kps
Inhaltstoffe:	1 Kps enthält 1000µg des Nachtkerzensamenöles (Oenotherae oleum) was ungefähr 80mg Gamolensäure entspricht. Spezialextrakt Ze 358.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Atopische und exzematöse Hauterkrankungen
Dosierung:	Kinder ab 1 Jahr 2-mal 1 Kps tgl., Kinder ab 6 Jahre 2-mal 2 Kps tgl., Erwachsene und Kinder ab 12 Jahre 2-mal 2 bis 3 Kps tgl.
Spezielles:	Die Kapsel kann mit einer Nadel aufgestochen werden und der ölige Inhalt direkt eingenommen oder mit dem Essen vermischt werden. Darf mit Wasser oder Milch getrunken werden. Selten kann es zu Nausea und Verdauungsbeschwerden wie Durchfall und Blähungen kommen. Sehr selten können allergische Reaktionen, hauptsächlich im Magen-Darm-tract , auftreten.

Name:	Gelodurat
Arzneiform:	Kps
Inhaltstoffe:	Eukalyptusblätter (Eucalypti folium aether.), Süssorangenschale (Aurantii dulcis flavedo aether.), Zitronenschale (Limonis flavedo aether.) und Myrtenblätter (Myrti folium aether.) 1 Kps enthält 300mg Destillat dieser Substanzen
Hersteller:	Gebro Pharma
Indikation:	Akute und chronische Bronchitis sowie akute und chronische Sinusitis
Dosierung:	Kinder über 10 Jahre 1- bis 3-mal tgl. 1 Kps, Erwachsene 3- bis 4-mal 1 Kps vor dem Essen
Spezielles:	Die Kapseln sollen mit reichlich kaltem Wasser eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten eingenommen werden. In Einzelfällen kommen Magen-Darm-beschwerden wie Nausea, Bauchkrämpfe und Durchfall vor. Sehr selten beschrieben sind Überempfindlichkeitsreaktionen. Darf in der Stillzeit nicht eingenommen werden (Muttermilch).

Name:	HarpagoMed Rheuma
Arzneiform:	Tbl.
Inhaltstoffe:	1 Filmtbl. enthält 480mg Trockenextrakt aus der Teufelskrallenwurzel (Harpagophytiti radicis extract. ethanolic. sicc.)Auszugsmittel 60% Ethanol. DEV: 1,5-3:1.
Hersteller:	Bioforce
Indikation:	Chronische Schmerzen des Bewegungsapparates, evtl. Indikationsversuch bei chronisch rezidivierenden Kopfschmerzen
Dosierung:	2-mal tgl. 1 Tbl. vor dem Essen, für einen rascheren Wirkungseintritt können für 1 Woche 2-mal 2 Kps. gegeben werden.
Spezielles:	Häufig kann es zu Dyspepsiebeschwerden kommen. Selten auch Kopfschmerzen und allergische Hautreaktionen.

Name:	Hepa S
Arzneiform:	Kps
Inhaltstoffe:	1 Kps enthält 320mg Artischockenblätterextrakt (Cynarae extract. sicc.) Wässriger Extrakt. DEV: 4-6:1.
Hersteller:	Vifor
Indikation:	Dypepsie wie Völlegefühl, Blähungen, Übelkeit, Sodbrennen, Aufstossen
Dosierung:	3-mal tgl. 1 bis 2 Kps ca. 20 bis 30 Minuten vor den Mahlzeiten
Spezielles:	Sehr selten wurden allergische Hautreaktionen beobachtet.

Name:	Iberogast
Arzneiform:	Tinktur (Tropfen)
Inhaltstoffe:	0,15ml bittere Schleifenblume (Iberidis amarae extractum), 0,1ml Angelikawurzel (Angelicae radice extractum ethanolicum liquidum), 0,1ml Mariendistel Früchte (Cardui mariae extractum liquidum), 0,1ml Kümmelfrüchte (Carvi fructum extractum liquidum), 0,1ml Schöllkraut (Chelidonii herbae extractum liquidum), 0,1ml Süßholzwurzel (Liquiritiae radice extractum ethanolicum liquidum), 0,2ml Kamillenblüten (Matricariae floris extractum ethanolicum liquidum), 0,1ml Melissenblätter (Melissae foliae extractum ethanolicum liquidum), 0,05mg Pfefferminzblätter (Menthae piperitae foliae extractum ethanolicum liquidum). Auszugsmittel 31% Ethanol. DEV: 1: 2,5-3,5, ausser Kamille 1:2-4 und Schleifenblume: 1:1,5-2,5.
Hersteller:	Permamed
Indikation:	Es gilt als gutes Magenmittel vor allem bei Übelkeit, Dyspepsie aber auch bei funktionellen Magendarmstörungen wie Colon irritabile, Völlegefühl und Blähungen
Dosierung:	3- bis 6-mal tgl. bis 20 Tropfen, das entspricht 3ml, im Akutfall kann das bis zu 6-mal 30 Tropfen erhöht werden
Spezielles:	Ganz selten allergische Reaktionen.

Name:	Kaloba
Arzneiform:	Lösung (Tropfen)
Inhaltstoffe:	Trockenextrakt aus der südafrikanischen Kapland-Pelargonie (Perlagonii sidoides radice extractum ethanolicum liquidum) 1g (entspricht 9,75ml) entsprechen 800mg Flüssigextrakt aus der Wurzel . DEV: 1:8-10. Auszugsmittel 11% Ethanol
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Akute Bronchitis
Dosierung:	Kinder zwischen 2 und 5 Jahren 3-mal 10 Tropfen, Kinder zwischen 6 und 12 Jahren 3-mal 20 Tropfen und Erwachsene 3-mal 30 Tropfen, 30 Minuten vor dem Essen einnehmen
Spezielles:	Kontraindiziert bei oraler Antikoagulation, Nieren- und Leberfunktionsstörungen.

Name:	Laxiplant soft
Arzneiform:	Granulat
Inhaltstoffe:	Samenschalen des indischen Flohsamens (Ispaghulae testa) 1 TL entsprechen ca. 5g Granulat enthält 1,5g Sacharose (Zucker) und 3g Flohsamenschalen
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Obstipation
Dosierung:	Erwachsene 1- bis 2-mal tgl. 1 bis 2 TL vor dem Schlafen gehen mit 2dl Flüssigkeit nachtrinken
Spezielles:	Kontraindiziert bei Stenosen des Magen-Darmtraktes und Ileus.

Name:	Legalon 70
Arzneiform:	Kps
Inhaltstoffe:	1 Kps enthält 86,5 bis 93,35mg standartisierte Trockenextrakt aus Mariendistel Früchten (Silybum marianum L.) entsprechend 70mg Silymarin berechnet als Silibinin. Auszugsmittel Ethylacetat. DEV: 36-44:1
Hersteller:	Rottapharm
Indikation:	Toxische und entzündliche Lebererkrankungen. Es wirkt cholagog und hepatoprotektiv
Dosierung:	3-mal 1 bis 3-mal 2 Kps tgl. vor dem Essen
Spezielles:	Leicht laxative Wirkung. Einzelfälle von Allergien, wie Urtikaria und Exanthem sind beschrieben.

Name:	Linomed
Arzneiform:	Granulat
Inhaltstoffe:	1,76g Leinsamen (Lini semen) und 430 bis 700mg Sennasblättermehl (Sennae folii pulvis) und 36 bis 58mg Faulbaumrindenpulver (Frangulae cortex)
Hersteller:	Bioforce
Indikation:	Obstipation
Dosierung:	Morgens und abends ½ bis 1 Messlöffel (entspricht 4,1g) einnehmen mit 2dl Flüssigkeit nachtrinken. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 12 Jahren.
Spezielles:	Kontraindiziert bei Ileus und rez. Erbrechen.

Name:	Nasensalbe Rüedi Spirig HC
Arzneiform:	Salbe
Inhaltstoffe:	2mg Pfefferminzöl (Menthae pip. etherol.) und 4mg Campheröl (Camphorae sol. oleosa)
Hersteller:	Spirig Health Care
Indikation:	Trockene und empfindliche Nasenschleimhaut
Dosierung:	Erwachsene und Kinder über 6 Jahre mehrmals täglich beide Nasenlöcher einmassieren
Spezielles:	Sehr selten Hautirritationen.

Name:	Tesalin N
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	CO 2 -Extrakt aus den Pestwurzblättern (Petasitidis hybridis folii extractum carbonicum dioxidum). Ze 339. 1 Tbl. Enthält 20-40 mg Extrakt, entsprechend 8 mg Petasinen. DEV: 50-100:1.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Allergische Rhinitis
Dosierung:	Erwachsene und Kinder über 12 Jahre 2-mal tgl. 1 Tbl. vor den Mahlzeiten. Bei starkem Pollenflug kann kurzfristig eine Erhöhung auf 3-mal tgl. 1 Tbl. stattfinden.
Spezielles:	Einzelfälle berichten von schweren Leberschäden unter Pestwurzpräparaten.

Name:	Premens
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Filmtbl. enthält 20mg Trockenextrakt aus den Früchten des Mönchspfeffers (Agni casti fructi extract. ethanol. sicc.) Ze 440. Auszugsmittel: 60% Ethanol. DEV: 6-12:1.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Prämenstruelle Beschwerden wie Kopfschmerzen, Hautprobleme, Spannungsgefühle in den Brüsten, Unterleibsbeschwerden, Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, Müdigkeit, Schlafprobleme und Zyklusstörungen
Dosierung:	1-mal 1 Tbl. tgl. für mind. 3 Monate einnehmen . Unabhängig von den Mahlzeiten.
Spezielles:	Selten juckendes Exanthem oder Veränderungen der Menstruationsblutung.

Name:	Prospanex
Arzneiform:	Saft
Inhaltstoffe:	Efeublätter Trockenextrakt (Hederae helices extractum ethanolicum sicc.) 5ml Hustensaft enthalten 35mg Extrakt, zuckerfrei, enthält keine Lactose und keine glutenhaltige Stoffe. Auszugsmittel Ethanol 60%. DEV: 5-7,5:1.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Husten bei übermässiger Bildung von zähem Schleim oder Erkältungshusten
Dosierung:	Kinder ab 2 Jahren 3-mal tgl. 2,5ml, Kinder ab 6 Jahren 3-mal tgl. 5ml und Erwachsene 3-mal tgl. 7,5ml
Spezielles:	Sehr selten allergische Reaktionen.

Name:	Prostagutt F
Arzneiform:	Kps
Inhaltstoffe:	1 Kps enthält 160mg Spissumextrakt aus Sägepalmenfrüchten (Serenioae repentis fruct. extract. spiss.) , Auszugsmittel 90% Ethanol, DEV: 10-14,3:1 und 120mg Trockenextrakt aus der Brennesselwurzel (Urticae rad. extract. sicc.). Auszugsmittel 60% Ethanol. DEV: 7.6-12,5:1.
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Beschwerden beim Wasserlösen infolge Vergrößerung der Prostata wie Harndrang, Nachträufeln, verzögerter Beginn beim Wasserlassen, schwacher Harnstrahl und nächtliches Wasserlassen.
Dosierung:	2-mal 1 Kps pro Tag unabhängig von den Mahlzeiten
Spezielles:	Sehr selten wurden Magenbeschwerden beschrieben.

Name:	Rebalance 500
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. enthält 500 mg des quantifizierten Trockenextraktes ZE 117 aus den zur Blütezeit geernteten oberirdischen Teilen des Johanniskrautes (0,75 bis 1,25 mg Gesamthypericin). Auszugsmittel Ethanol 50%. DEV: 4-7:1.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Stimmungstief. Innere Unruhe. Leichte bis mittelgradige depressive Episode.
Dosierung:	1 Tbl. tgl. evtl. in den ersten 14 Tagen 2-mal 1 Tbl. tgl.
Spezielles:	Gilt als hyperforinarmes Produkt ,was ein deutlich vermindertes Interaktionsrisiko darstellt, wegen der Induktion des Cytochrom P450-systems durch das Hyperforin.

Name:	Redormin 250 und Redormin 500
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Filmtbl. enthält 250 oder 500mg Trockenextrakt aus der Baldrianwurzel (Valerianae off. extract. methanol. sicc.) , Auszugsmittel: 45% Methanol, DEV: 4-6:1 und 60mg Trockenextrakt aus Hopfenzapfen (Humuli lupuli extract. methanol. sicc.), Auszugsmittel 45 % Methanol, DEV: 5-7:1.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Ein- und Durchschlafstörungen
Dosierung:	Maximal 750mg tgl. am Besten 2 Stunden vor dem zu Bett gehen einnehmen.
Spezielles:	Sehr selten wurden allergische Hautreaktionen und Magen-Darm-Beschwerden berichtet.

Name:	Relaxane
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. enthält 90mg Trockenextrakt aus Pestwurzurzeln (Pestasitidis hybridis rhiz.extract. ethanol. sicc.) , Auszugsmittel 90% Ethanol, DEV: 7-14:1., 90mg Trockenextrakt aus Baldrianurzeln (Valerianae off. radicis extract. methanol.). Auszugsmittel 45% Methanol, DEV: 4-6:1. 90mg Trockenextrakt aus Passionsblumenkraut (Passiflorae extract. ethanol. sicc.), Auszugsmittel 50% Ethanol, DEV: 3-6:1 und 60mg Trockenextrakt aus Melissenblättern (Melissae off. extract. ethanol. sicc.), Auszugsmittel 20% Ethanol, DEV: 2,5-3,9:1.
Hersteller:	Zeller Medical
Indikation:	Nervöse Spannungs- und Unruhezustände, Reizbarkeit und auch Prüfungsangst
Dosierung:	3-mal 1 Tbl. tgl. oder auch 1 Tbl. morgens und 2 Tbl. abends wenn vermehrt in der Nacht nervöse Zustände bestehen. Bei Prüfungsangst können auch auf einmal 2 Tbl. kurz vor der Exposition eingenommen werden.
Spezielles:	Max. Dosierung sind 3-mal 2 Tbl. tgl. Transaminasen müssen monatlich kontrolliert werden bei dauernder Einnahme. Kontraindikationen sind Leberfunktionsstörungen wegen der Pestwurzanteile

Name:	Sinupret forte
Arzneiform:	Drg.
Inhaltstoffe:	1 Drg. enthält pulverisierte Drogen von 12mg Enzianwurzel (Gentianae radix extract.), 36mg Schlüsselblumenblüten (Primulae flos extract.), 36mg Sauerampferkraut (Rumicis acetosae herba extract.), 36mg Holunderblüten (Sambuci flos extract.) und 36mg Eisenkraut (Verbenae herba extract.). Auszugsmittel 59% Ethanol. DEV: 1:11.
Hersteller:	Biomed
Indikation:	Akute und chronische Entzündungen der Atemwege und Nasennebenhöhlen
Dosierung:	3-mal tgl. 1 Drg. pro Tag für mind. 10 Tage.
Spezielles:	Sinupred gibt es auch als Tropfen oder Sirup und ist zugelassen für Kinder ab 6 Jahren. Sehr selten kommen allergische Reaktionen vor. Einzelfälle berichten von Angioödem des Gesichts.

Name:	Tebokan
Arzneiform:	Tbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. enthält 80 oder 120mg Trockenextrakt aus Ginkgo-biloba Blättern (Ginkgo bilobae extract. acetone. sicc.) . Auszugsmittel: Aceton 60%. DEV: 55-67:1.
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Mild cognitive impairment, Schwindel und Müdigkeit in Folge altersbedingter cerebraler Durchblutungsstörung, chronischer Tinnitus, periphere arterielle Verschlusskrankheit
Dosierung:	2-mal tgl. 1 Kps à 120mg oder 3-mal 80mg Kps pro Tag kurz vor den Mahlzeiten
Spezielles:	Sehr selten leichte Magen-Darm beschwerden, Kopfschmerzen oder allergische Hautreaktionen.

b) Fertigprodukte , welche nicht auf der Spezialitätenliste figurieren

Diese Produkte werden auch häufig auf Wunsch der Patienten abgegeben und das Pflegepersonal ist legitimiert eine 1-malige Abgabe auch ohne ärztliche Verordnung vornehmen zu können.

Name:	Hametum Salbe
Arzneiform:	Salbe
Inhaltstoffe:	1g Salbe entspricht Destillat aus frischen Blättern und Zweigen von Hamamelis virginiana (Virginische Zaubernuss) à 62,5mg plus Wollwachs und Propylenglycol.
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Als lokale Wund- und Heilsalbe bei Schürf- und Schnittwunden, trockener rissiger Haut, Windeldermatitis, trockener und wunder Nasenschleimhaut, Brandblasen bei Sonnenbrand, Wolf. Als lokale Applikation mit Kanüle bei äusseren und inneren Hämorrhiden.
Dosierung:	Hämorrhidal Applikation 2-mal tgl., bei anderen lokalen Applikationen mehrmals tgl. möglich
Spezielles:	Sehr selten Überempfindlichkeitsreaktionen auf Inhaltsstoffe.

Name:	Hametum-N-Hämorrhoidalzäpfchen
Arzneiform:	Suppositorien
Inhaltstoffe:	1 Zäpfchen enthält 6mg Roskastaniensamen-Trockenextrakt und 50mg Hamamelisrinden-Trockenextrakt
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Äussere und innere Hämorrhoidalbeschwerden
Dosierung:	1- bis 2-mal tgl. 1 Suppositorium nicht länger als 10 Tage
Spezielles:	Ganz selten allergische Reaktion auf Inhaltsstoffe.

Name:	Nasobol Inhalo Brausetabletten
Arzneiform:	Brausetabletten zum inhalieren
Inhaltstoffe:	1 Brausetablette enthält 8,5mg Cineol (Eucalyptol), 9,2mg Levomenthol, 7,9mg Rosmarinöl und 4,2mg Thymianöl
Hersteller:	Sanofi-Aventis
Indikation:	Atemwegserkrankungen, grippale Infekte, akute und chronische Sinusitis
Dosierung:	2 bis 3 Brausetbl. in heissem Wasser auflösen und ca. 5 bis 10 Minuten lang diesen Dampf inhalieren. Für Erwachsene und Kinder über 5 Jahre können 3- bis 4-mal tgl. solche Inhalationen durchgeführt werden.
Spezielles:	Sehr selten kommen allergische Hautreaktionen vor.

Name:	Valverde Beruhigungsdragées
Arzneiform:	Drg.
Inhaltstoffe:	1 Drg. Enthält 425 mg Trockenextrakt aus der Passionsblumenkraut. Auszugsmittel 50% Ethanol. DEV: 5-7:1.
Hersteller:	Sidroga
Indikation:	Nervosität und Unruhe
Dosierung:	Dosierung für Erwachsene und Kinder über 12 Jahre 2- bis 3-mal tgl. 1 Drg.
Spezielles:	Leichte Nausea kann vorkommen.

Name:	Valverde Entspannungsfilmtabletten
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. enthält 90mg Trockenextrakt der Pestwurz Wurzel (Auszugsmittel 90% Ethanol, DEV: 7-14:1.), 90mg Trockenextrakt aus Passionsblumenkraut (Auszugsmittel 50% Ethanol, DEV: 3-6:1.), 90mg Trockenextrakt der Baldrianwurzel (Auszugsmittel 45 % Methanol, DEV: 4-6:1.) und 60mg Trockenextrakt von Melissenblättern (Auszugsmittel: 20% Ethanol, DEV: 2,5-3,9:1.)
Hersteller:	Sidroga
Indikation:	nervöse Spannungszustände und Prüfungsangst
Dosierung:	Erwachsene und Kinder über 6 Jahren 3-mal 1 Drg. nach dem Essen.
Spezielles:	CAVE: Leberfunktionsstörungen aufgrund der Pestwurzanteile.

Name:	Valverde Schlaf forte Filmtbl.
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltstoffe:	1 Tbl. enthält 500mg Trockenextrakt der Baldrianwurzel (Auszugsmittel 45 % Methanol, DEV: 4-6:1.) und 120mg Trockenextrakt aus Hopfenzapfen (Auszugsmittel 45% Methanol, DEV: 5-7:1.).
Hersteller:	Sidroga
Indikation:	Ein- und Durchschlafstörungen
Dosierung:	Erwachsene und Jugendliche über 12 Jahren 1 bis 1½ Tbl. tgl. ca. 1 Stunde vor dem Schlafen gehen. Bei Kindern über 6 Jahren eine ½ Tbl. auch ca. 1 Stunde vor dem Schlafen gehen.
Spezielles:	Leichte allergische Reaktionen können selten vorkommen.

Name:	Valverde Verstopfungssirup
Arzneiform:	Sirup
Inhaltstoffe:	200ml Flasche enthält Sennesfrüchte und Feigen in 4% Volumen. Alkohol!
Hersteller:	Sidroga
Indikation:	Verstopfung
Dosierung:	1-mal tgl. 10 bis 20ml Sirup abends vor dem Schlafen mit mind. 2dl Flüssigkeit einnehmen.
Spezielles:	Kontraindiziert bei Ileus und Stenosen im Magen-Darmtrakt.

Name:	Vitango
Arzneiform:	Filmtbl.
Inhaltsstoffe:	1 Filmtbl. enthält 200mg Trockenextrakt aus der Rosenwurz (Rhodiola-rosea- Wurzel und Wurzelstock) , Auszugsmittel 60% Ethanol. DEV: 1,5-5,1:1.
Hersteller:	Schwabe Pharma
Indikation:	Bei Anspannungen, Reizbarkeit, Angstzuständen, Schlaf- und Libidostörungen sowie körperlichen Symptomen wie Erschöpfung, Müdigkeit, Verspannungen, Kopfschmerzen und funktionellen Magendarmstörungen
Dosierung:	Für Kinder nicht zugelassen. Erwachsene 2-mal tgl. 1 Tbl. (1-mal vor dem Morgen und 1-mal vor dem Mittag).
Spezielles:	Am Abend soll es nicht eingenommen werden wegen möglicher zu starker aktivierender Wirkung. Lactose- und glutenfrei.

Name:	Alpinamed Preiselbeer Kapseln:
Arzneiform:	Kps.
Inhaltsstoffe:	1 Kps. enthält 250 mg Nativ-trockenextrakt von Preiselbeeren aus dem nördlichen Europa. Entspricht 26mg Procyanidinen, zusätzlich Magnesiumcitrat, Maltodextrin, Vitamin C, Magnesiumstearat.
Hersteller:	Alpinamed.
Indikation:	Zur Prophylaxe von rez. Harnwegsinfektionen bei der Frau.
Dosierung:	2- bis 3-mal 1 Kps. vor den Mahlzeiten.

Name:	Perskindol Classic Gel:
Arzneiform:	Gel.
Inhaltsstoffe:	1g enthält: 15mg Levomenthol, 4mg Orangenschalenöl, 1mg Bergamotteöl, 3,5mg Gaultheria-Öl, 0,2mg Lavendelöl, 1mg Zitronenöl, 13,5mg Kiefernadelöl, 0,6mg Rosmarinöl, 1mg Terpeneol und 1mg Terpinylacetat.
Hersteller:	Vifor
Indikationen:	Rheumatische Schmerzen, stumpfe leichte Verletzungen, Epicondylitis, Nacken- und Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Ischias, Muskelkater und Muskelkrämpfe.
Dosierung:	mehrmals tgl. lokal auftragen
Spezielles:	Kontraindiziert bei offenen Wunden, Okklusivverbänden und Kleinkindern.

c) Bädersortiment

Eukalyptusbad, Biokosma

Vitalisierend und stimulierend.

Heublumenbad, Biokosma

Belebend und stimulierend.

Melissenbad, Biokosma

Beruhigend und entspannend.

Rosmarinbad, Biokosma

Vitalisierend und stimulierend.

Lavendelbad, Weleda

Beruhigend und harmonisierend.

Perskindol Classic Bad, Vifor

Bei Erkältungen und Muskelkater.

Pulmex Bad, Novartis Consumer Health

Erkältungs- und Bronchialbad.

d) Teesortiment

Zuerst werden Therapie- und Heilpflanzentees aufgeführt, inklusive spezieller Teesorten mit gezielter Indikation. Danach werden noch einige Wellnessstees aufgeführt, welche vor allem von unseren Patientinnen und Patienten oft gewünscht werden.

Therapie- und Heilpflanzentee's

Name:	Abführtee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	67% Sennesfrüchte, 20% süsse Fenchelfrüchte, 8% Sternanisfrüchte und 5% Süssholzwurzel
Indikation:	Gelegentliche Verstopfung z. B. bei Kostumstellung, Bettlägerigkeit oder Ortswechsel
Dosierung:	1 Tasse abends. Die abführende Wirkung tritt 8 bis 12 Stunden nach Einnahme ein. Pro Tasse 1 bis 2 Beutel. Dieser Abführtee sollte nicht länger als 2 Wochen aneinander eingenommen werden. Für Kinder und Jugendliche erst ab 12 Jahren zugelassen.
Spezielles:	

Name:	Bärentraubenblätterttee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Beerentraubenblätter
Indikation:	Schmerzen im Bereich der Blase und Harnröhre zusammen mit Harndrang und brennen beim Wasserlösen. Unterstützende Massnahme bei Blasenentzündungen. Wirkt sehr gut antibakteriell.
Dosierung:	1 bis 3 Tassen tgl. vor oder zwischen den Mahlzeiten. Sollte max. 1 Woche angewendet werden. Ansonsten Konsultation eines Arztes. Nicht zugelassen für Kinder und Jugendliche.
Spezielles:	Cave: Bei Leberfunktionsstörungen kontraindiziert.

Name:	Beruhigungstee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	1 Beutel enthält 2g Panssionsblumenextrakt.
Indikation:	Nervöse Unruhe
Dosierung:	1 bis 2 Tassen abends vor dem Schlafen gehen. 1 Tasse darf auch tagsüber verwendet werden.

Name:	Blasen- und Nierentee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	5% Pfefferminzblätter, 10% Wachholderbeeren, 10% Liebstöckelwurzel, 20% indische Nierenteeblätter (Katzenbad), 20% Birkenblätter, 35% Bärentraubenblätter
Indikation:	Schmerzen und Reizungen der Harnwege. Wirkt sehr gut harntreibend und entzündungshemmend.
Dosierung:	1 bis 5 Tassen tgl. unabhängig von den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren.

Name:	Brennesselblätterttee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Brennesselblätter
Indikation:	Reizungen im Bereich der Blase und Harnröhre mit Harndrang und brennen beim Wasserlösen sowie als unterstützende Massnahme bei Blasen- und Nierensteinen.
Dosierung:	3- bis 5-mal tgl. 1 Tasse zwischen oder nach den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren.

Name:	Brust- und Hustentee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	5,5% dreilappiger Salbei, 5,5% Isländischmoos, 5,5% süsse Fenchelfrüchte, 5,5% Eibischwurzel, 6,5% Klatschmoonblüten, 7,3% Sternanisfrüchte, 11% Thymian, 11% Spitzwegerichblätter, 11% Eibischblätter und 31,2% Süssholzwurzel
Indikation:	Husten und Brustschmerzen bei Husten vor allem beim Erkältungshusten und übermässiger Produktion von zähem Schleim. Wirkt sehr gut entzündungshemmend, reizmildernd und schleimlösend.
Dosierung:	3- bis 5-mal tgl. zwischen den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 6 Jahre.

Name:	Durchfalltee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	1 Beutel besteht aus 2g getrockneten Heidelbeeren
Indikation:	akuter und spezifischer Durchfall ohne Fieber
Dosierung:	1 bis 4 Tassen tgl. führen durch die Gerbstoffe zur Beruhigung der gereizten Darmschleimhaut und die darin enthaltenen Proanthocyanide haben eine antientzündliche Wirkung.

Name:	Entspannungstee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	Orangenblüten, Melissenblätter, Verveine, Rosenblütenblätter, Brombeerblätter, Lavendelblüten und Hopfenzapfen.
Indikation:	Leichte Entspannung.
Dosierung:	Bis zu 5-mal tgl.

Name:	Erkältungstee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	20% Hagenbuttenschalen, 20% Holunderblüten, 20% Kamillenblüten, 20% Lindenblüten, 20% Quendelkraut
Indikation:	Bei Erkältungen und leichten grippalen Infekten. Wirkt schweisstreibend und hustenreizlindernd und sehr gut bei übermässiger Bildung von zähem Schleim.
Dosierung:	3- bis 5-mal tgl. zwischen oder nach den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren.

Name:	Fencheltee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% süsse Fenchel Früchte
Indikation:	Blähungen, Dyspepsie, leichte Inappetenz und Bauchkrämpfe. Wirkt sehr gut entblähend, krampflösend und appetitfördernd.
Dosierung:	2- bis 3-mal tgl. zwischen den Mahlzeiten. Erwachsene und Kinder über 10 Jahre.

Name:	Fenchel-Anis-Kümmel-Tee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	süsse Fenchel Früchte, Kümmel- und Anisfrüchte
Indikation:	leichte krampfartige Bauch- und Verdauungsbeschwerden. Wirkt sehr gut entblähend und krampflösend
Dosierung:	3- bis 5-mal tgl. zwischen den Mahlzeiten

Name:	Frauenmantelkraut (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Frauenmantelkraut
Indikation:	gilt als wohltuender Wellnessstee
Dosierung:	Bis zu 5-mal tgl. unabhängig von den Mahlzeiten

Name:	Gallen-Leber-Tee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	10% Boldoblätter, 10% Pfefferminzblätter, 15% Schafgabelkraut, 15% Artischockenblätter, 25% Löwenzahnkraut mit Wurzeln, 25% Mariendistel Früchte
Indikation:	Verdauungsbeschwerden mit Völlegefühl, Blähungen sowie bei Magenbeschwerden. Wirkt sehr gut gallensafttreibend und verdauungsfördernd und hat eine karminative (blähungslösende) Wirkung.
Dosierung:	3-mal 1 zu den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 6 Jahre

Name:	Happy-Balance-Happy-Tee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	Melissen- und Orangenblüten,
Indikation:	Wohltuender, leicht entspannender Wellness Tee
Dosierung:	Kann bis zu 5-mal tgl. eingenommen werden

Name:	Herz-Kreislauftee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	5,9% Krauseminzblätter, 11,8% Melissenblätter, 17,6% Birkenblätter, 23,5% Herzgespannkraut und 41,2% Weissdornblätter mit Blüten
Indikation:	Herz-Kreislaufbeschwerden nervöser Art wie Herzklopfen, Pulsrasen oder Schwindelgefühl
Dosierung:	3-mal tgl. 1 Tasse zwischen den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren.

Name:	Holunderblütentee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% getrocknete und geriebene Blütenstände der Holunderblütenstaude und des Holunderblütenbaumes
Indikation:	bei fiebrigen Erkältungskrankheiten, wirkt sehr gut schweisstreibend
Dosierung:	3- bis 5-mal tgl. unabhängig von den Mahlzeiten Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 6 Jahren.

Name:	Ingwertee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Ingwerwurzel (anregender Gewürztee, schmeckt würzig pikant mit ätherischen Ölen)
Indikation:	Aromatee
Dosierung:	kann mehrmals täglich eingenommen werden

Name:	Johanniskrauttee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Johanniskraut
Indikation:	gedrückte Stimmung, Stimmungsschwankungen und Unausgeglichenheit
Dosierung:	2- bis 3-mal tgl. nach den Mahlzeiten
Spezielles:	Wichtig: muss vom Arzt verordnet werden wegen möglicher Interaktionen bei blutgeringenden Medikamenten. Nicht für Kinder zugelassen.

Name:	Kamillenblütentee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Kamillenblüten
Indikation:	Im Magendarmtrakt vor allem bei Verdauungsstörungen, Blähungen, saures Aufstossen und Völlegefühl. Lokal bei Entzündungen und Schwellungen im Mundrachenbereich. Wirkt sehr gut entzündungshemmend und im Magen-Darm-Bereich auch krampflösend.
Dosierung:	3- bis 4-mal tgl. zwischen den Mahlzeiten. Lokal mehrmals tgl. aufgetragen.

Name:	Lavendeltee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Lavendel
Indikation:	wirkt entspannend, beruhigend und angstlösend
Dosierung:	kann bis zu 3-mal tgl. nach den Mahlzeiten eingenommen werden.

Name:	Lindenblütentee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Lindenblüten
Indikation:	Bei fiebrigen Entzündungen vor allem im Bronchialsystem aber auch im Urogenitaltrakt. Wirkt sehr gut schweisstreibend.
Dosierung:	2- bis 3-mal 1 Tasse unabhängig von den Mahlzeiten. Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre.

Name:	Magentee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	10% Melissenblätter, 10% Krauseminzblätter, 20% Tausendgoldkraut, 20% Schafgabekraut, 20% Kamillenblüten und 20% Kalmuswurzel
Indikation:	Magenfunktionsstörungen mit Übelkeit, Aufstossen und Völlegefühl. Wirkt sehr magenberuhigend, krampflösend und verdauungsfördernd.
Dosierung:	3-mal tgl. zwischen den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Jugendliche über 12 Jahre

Name:	Malvenblätterttee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Malvenblätter
Indikation:	Husten bei Bronchialkatarrh, lokal zum Gurgeln bei Mund- und Rachenreizungen. Wirkt sehr gut entzündungshemmend und reizmildernd bei Husten
Dosierung:	3-mal tgl. unabhängig von den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 6 Jahre

Name:	Melissenblätterttee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Melissa officinalis (Zitronenmelisse)
Indikation:	Spannungszustände, Magendarmtraktfunktionsstörungen. Wirkt sehr gut beruhigend und entblähend.
Dosierung:	Bis zu 3-mal tgl. unabhängig von den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 10 Jahre

Name:	Orangenblütentee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Orangenblüten
Indikation:	Bei Spannungszuständen und Schlafstörungen. Wirkt allgemein entspannend, beruhigend und schlaffördernd
Dosierung:	2 bis 3 Tassen abends. Zugelassen für Erwachsene und Jugendliche über 12 Jahre

Name:	Pfefferminzblättertée (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Pfefferminzblätter
Indikation:	leichtes Fieber, Kopfschmerzen vor allem im Rahmen von Erkältungserkrankungen, zusätzlich Blähungen oder Dyspepsie. Wirkt sehr gut krampflösend und entblähend im Magendarmtrakt und verdauungsfördernd bei krampfartigen Magendarmbeschwerden.
Dosierung:	3- bis 4-mal tgl. zwischen den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 6 Jahre

Name:	Reizhustentée (Sidroga)
Inhaltstoffe:	entspricht in der Zusammensetzung dem Malvenblättertée.
Indikation:	
Dosierung:	
Spezielles:	-

Name:	Rooibustée Wellness (Sidroga)
Inhaltstoffe:	-
Indikation:	Beide Wellnesstees sind wohltuend, allgemein leicht entspannend und sehr bekömmlich.
Dosierung:	-
Spezielles:	-

Name:	Rooibus Honig Vanille Wellness Tee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	Rotbusch, Zimtrinde, Honig- und Vanillearoma
Indikation:	Beide Wellnesstees sind wohltuend, allgemein leicht entspannend und sehr bekömmlich.
Dosierung:	-
Spezielles:	-

Name:	Rheumatee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	5% Krauseminzeblätter, 10% Passionsblumenkraut und 85% Weidenrinde (Salicin).
Indikation:	rheumatische Beschwerden.
Dosierung:	3-mal tgl. 2 Tassen nach den Mahlzeiten
Spezielles:	Nur zugelassen für Erwachsene. Cave: sollte nur 6 bis 8 Wochen abgegeben werden, sonst Konsultation eines Arztes

Name:	Salbeitee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	Dreilappiger Salbei
Indikation:	Bei Erkältungskrankheiten und lokal bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum als Gurgel- und Spüllösung. Wirkt sehr gut entzündungshemmend sowohl innerlich wie auch bei äußerlicher Anwendung

Dosierung:	3- bis 5-mal tgl. vor den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren.
------------	---

Name:	Schafgarbe (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Schafgarbe
Indikation:	unspezifische Verdauungsstörungen wie Blähungen, Aufstossen, Völlegefühl und leichte krampfartige Verdauungsbeschwerden. Wirkt sehr gut krampflösend und verdauungsfördernd.
Dosierung:	2- bis 3-mal tgl. 1 Tasse zwischen den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren
Spezielles:	-

Name:	Schlaf- und Nerventee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	5% Krauseminzblätter, 15% Baldrianwurzel, 20% Orangenblüten, 25% Melissenblätter und 35% Hopfenzapfen
Indikation:	Nervöse Unruhe und Schlafstörungen
Dosierung:	1 bis 2 Tassen ca. ½ Stunde vor dem Schlafen gehen. Bei Anwendung von länger als 6 bis 8 Wochen muss ein Arzt konsultiert werden. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 10 Jahre
Spezielles:	-

Name:	Thymiantee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	Laubblätter und Blüten des Thymianstrauches von Thymian vulgaris L. und Thymus zygis L.
Indikation:	bei Erkältungshusten oder leichten viralen Infekten der oberen Luftwege. Wirkt entzündungshemmend und schleimlösend bei Erkältungshusten.
Dosierung:	3 bis 5 Tassen unabhängig von den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder über 6 Jahre.
Spezielles:	-

Name:	Wellness 7 Kräutertee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	Thymian, Rosmarin, Hagebutenschalen, Krauseminzblätter, Kamillenblüten, Kümmel und Brennesselblätter.
Indikation:	Angenehmer Kräutertee mit leicht antientzündlicher und entspannender Wirkung.
Dosierung:	-
Spezielles:	-

Name:	Verveine (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Zitronenstrauchblätter
Indikation:	Spannungszustände und nervöse Verdauungsbeschwerden
Dosierung:	1 bis 2 Tassen ca. eine ½ Stunde vor dem Schlafen oder bei nervösen Verdauungsbeschwerden 1 bis 3 Tassen während oder nach den Mahlzeiten. Erwachsene oder Kinder ab 12 Jahren zugelassen.
Spezielles:	-

Name:	Weissdorntee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Weissdornblätter mit Blüten
Indikation:	Funktionelle Herzkreislauf-Beschwerden, wirkt sehr beruhigend bei nervösen Herzrhythmusstörungen
Dosierung:	3-mal 1 Tasse unabhängig von den Mahlzeiten. Nur für Erwachsene zugelassen.
Spezielles:	-

Name:	Wermuttee (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Wermutkraut
Indikation:	Funktionelle Verdauungsbeschwerden mit Appetitlosigkeit. Wirkt sehr stark verdauungsfördernd und appetitanregend.
Dosierung:	Bei Appetitlosigkeit 3-mal 1 Tasse ca. eine ½ Stunde vor den Mahlzeiten und bei Verdauungsbeschwerden 1 Tasse nach den Mahlzeiten. Zugelassen für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren.
Spezielles:	-

Name:	Wellness Wildapfel mit Zimt (Sidroga)
Inhaltstoffe:	Zimtrinde, Orangenblüten, Hibiskusblüten und Wildapfel
Indikation:	aromatischer Wellness-tee
Dosierung:	-
Spezielles:	-

Name:	Zimtrinde (Sidroga)
Inhaltstoffe:	100% Zimtrinde
Indikation:	wohltuender belebender Gewürztee
Dosierung:	-
Spezielles:	-

Name:	Künzle Nervenschlaftee (Parroco Erborista Künzle SA)
Inhaltstoffe:	10% Hopfenzapfen, 10% Baldrianwurzel, 5% Rosmarin, 5% Lavendel, 30% Melisse, 20% Pfefferminze, 20% Bitterorangenblüten
Indikation:	Nervosität, Ein- und Durchschlafstörungen, Reizbarkeit
Dosierung:	bis zu 5 Tassen tgl. Für Kinder nicht zugelassen.
Spezielles:	-

9. Informationen der Stationen und Patienten

Die psychiatrische und psychotherapeutische Privatklinik Clienia Littenheid AG gehört seit dem Jahr 2008 zusammen mit der Privatklinik Clienia Schössli AG in Oetwil am See (ZH) zur sogenannten Clienia Gruppe. In der Schwesterklinik Clienia Schössli AG gehört die Phytotherapie und Elemente aus der traditionellen chinesischen Medizin seit 2011 zur gesamten Behandlungspalette dazu.

Seit dem 01.02.2014 gehört die Phytotherapie in der Clienia Littenheid AG neu zum breiten Spektrum der kompetenten ärztlichen und psychologischen Betreuung dazu. Das Pflegepersonal wurde anlässlich der regelmässig stattfindenden Stationsleitungsrapporte über die Einführung der Phytotherapie informiert. Zudem wurden die aufgeführten Präparate aus dem Kapitel 8 auf verschiedenen Dokumenten zusammengefasst und auf alle Abteilungen verteilt. Im hausinternen Medikationskatalog wurden die phytotherapeutischen Präparate gesondert bezeichnet und in der Indikationsliste speziell markiert. Über das Sortiment der Teeangebote gibt es ein separates Merkblatt für alle Stationen und zum Aushändigen an die Patienten. Die Aromapflege verfügt über ein eigenes zusammengefasstes Merkblatt und auch dieses wird an alle Stationen verteilt und für die Patienten zugänglich gemacht. Regelmässig wird bei den Eintrittsgesprächen auf das Angebot der Phytotherapie und Aromapflege hingewiesen. Für die Ärzteschaft wurde anlässlich eines Therapieforums die Phytotherapie vorgestellt und die Hinweise auf die Sortimenterweiterung gegeben. Regelmässig finden Assistenzarztfortbildungen für die Hauptindikationsgebiete der Phytotherapie statt und in meiner täglichen internistischen Konsiliararbeit auf den Stationen wird regelmässig auf die phytotherapeutische Möglichkeiten hingewiesen. Die Zusammenstellungen der Fertigpräparate und das Merkblatt des Teesortimentes sind im klinikeigenen Intranet und der elektronischen Version des Klinikhandbuches implementiert und festgehalten. Somit ist ein rascher, niederschwelliger und alltäglicher Zugang zu den wichtigsten Informationen des phytotherapeutischen Angebotes möglich.

In der von mir geleiteten klinikinternen Arzneimittelkommission wird regelmässig das Sortiment angepasst und auf den neusten Stand gebracht. Phytotherapie soll ein wichtiger therapeutischer Pfeiler im Grundangebot der Privatklinik Clienia Littenheid AG werden. Durch dieses Einführungsprojekt sind nun die wichtigsten Voraussetzungen hierzu gegeben.

Phytotherapie als eine fundierte Form der Heilpflanzenanwendung ist in der Bevölkerung breit akzeptiert, tief in unserer Kultur verwurzelt und weltanschaulich neutral. Sie bietet daher interessante Möglichkeiten sowohl in der Pflege wie auch für die Institution selber, von denen alle Patientinnen und Patienten wie auch Pflegenden und Ärztinnen und Ärzte profitieren können.

Bei bestimmten phytotherapeutischen Anwendungen erfahren die Patientinnen und Patienten ein hohes Mass an qualitativ hochstehender Zuwendung und Aufmerksamkeit. Durch die gleichzeitig aktive Mitwirkung können die Patientinnen und Patienten auf diese Art von Therapie Einfluss nehmen, was sich wiederum sehr positiv auf die Compliance und den Heilungsprozess auswirkt. Für die Pflegenden bedeutet die Ergänzung im Angebot der phytotherapeutischen Anwendungen eine Erweiterung ihres Arbeitsfeldes, was sich als sehr befriedigend herausstellen kann.

Als Klinikinstitution kann das Angebot an Phytotherapie einem verbreiteten Bedürfnis der Gesellschaft entsprechen und somit einen positiven Einfluss auf Image und Attraktivität, sowohl bei Patientinnen und Patienten wie auch bei den Zuweisern führen. Angesichts des grossen Bedürfnisses vieler Bevölkerungsteile nach phytotherapeutischen Angeboten ergeben sich für privatunternehmerisch tätige Institutionen im Gesundheitswesen mit der Einführung eines Phytotherapiekonzeptes durchaus signifikante Wettbewerbsvorteile.

Darüber hinaus bieten Heilpflanzenanwendungen auch Ansätze zur Gesundheitsförderung für alle Mitarbeitenden und das regionale Umfeld.

In den Institutionen des Gesundheitswesens braucht es Pflegefachleute, die in der Lage sind, Sinn und Zweck einer Heilpflanzenanwendung mit entsprechender Fachkompetenz zu unterstützen. Gerade in einer grösseren Klinik ist es wichtig eine kooperative Grundhaltung im Bereich der Phytotherapie einzunehmen, was auch ein klares Bewusstsein um die Grenzen von phytotherapeutischen Anwendungen voraussetzt. Fachkompetenz und entsprechende Kooperation ist ein wichtiger Bestandteil in der Integration von Phytotherapie in einer grösseren Klinik. Engagierte Versuche von Einzelpersonen, welche auf eigene Faust mit Hausmittelchen und traditionellen Kräuterheilanwendungen, Phytotherapie in die Pflege einzuführen sind in der Regel nur begrenzt wirksam und auch sicher nicht nachhaltig. Somit ist es unbedingt notwendig in einer Klinik, das Phytotherapiekonzept auf allen Stufen, sowohl des Pflegepersonals wie der Ärzteschaft als Konzept zu integrieren und den Zugang für diese Fachkompetenz niederschwellig anzubieten.

In der Privatklinik Clienia Littenheid AG werden wir in Zukunft einen hausinternen Phytotherapiezyklus anbieten, welcher sowohl dem Pflegepersonal der Ärzteschaft wie auch interessierten Fachtherapeuten zugänglich ist und wo nebst einer regelmässigen fachlichen Erweiterung unter meiner Führung auch ein breiter und intensiver Austausch der Erfahrungen sowohl der Aromapflege wie auch des neuen Phytotherapiesortimentes erfolgen soll.

10. Erste Erfahrungen

a) Erfahrungen der Aromatherapie in der Privatklinik Clienia Littenheid AG

Frau Roswita Jenny-Frischknecht, dipl. Psychiatriefachfrau ist seit dem Jahre 2006 ausgebildete Aromatherapeutin. Seit 2009 hat Frau Jenny auf der Psychotherapiestation Pünt Mitte im Rahmen der Schlafhygienemassnahmen erste Erfahrungen mit Aromatherapie machen können. Im Jahre 2011 wurde ein Grobkonzept im Rahmen eines Pilotprojektes für alle Pünt Stationen entworfen. Im Dezember 2012 und im Januar 2013 wurden 4 ganztägige Schulungen durchgeführt, welche für das Pflegepersonal der entsprechenden Pünt-Stationen offen stand. Es ging darum die Grundlagen, Anwendungen, Dosierungen der Aromapflege zu schulen. Ziel war, dass das diplomierte Pflegepersonal auf diesen Stationen welche auch autorisiert waren Medikamente abzugeben, die ätherischen Öle im Rahmen der Aromapflege abgeben durften.

Somit kann nun ein bisschen mehr als 1 Jahr nach Einführung der Aromapflege auf den Pünt-Stationen ein erstes Fazit gezogen werden. Die Einführung der Aromapflege wurde als sehr erfolgreich, interessant und therapieoptimierend angesehen. Die Annahme bei den Patientinnen und Patienten war sehr hoch und variierte zwischen 70 bis sogar 100%. In diesem Jahr kam es zu keinem ernstem Zwischenfall, weder im Sinne einer Nebenwirkung nach einer allergischen Reaktion. Diese Tatsache wurde sicherlich begünstigt durch die ausführliche Pflegeanamnese, welche bei jeder Indikationsstellung für eine aromatherapeutische Anwendung durchgeführt wird. Durch die Instruktionen der Patientinnen und Patienten wird ein grosser Beitrag zur Selbstfürsorge geleistet. Die Patientinnen und Patienten spüren diese Selbstwirksamkeit und können selber an ihrer Befindlichkeit etwas ändern. Sogar bei schweren ausgeprägten Essstörungen führt dieser Körperzugang zu einem ganz erneutem Erleben des eigenen Körpers, z. B. im Rahmen einer Bauchmassage mit einem ätherischen Öl.

Da die Nachfrage nach Aromapflege so gross war, hat man sich Ende 2013 entschlossen einen Standard zu erarbeiten, welcher seit diesem Zeitpunkt als Richtlinie zur Aromapflege für die Clienia Littenheid AG gilt.

Als Ausblick will ich noch erwähnen, dass 4 zusätzliche Stationen (Park A, Park C, Waldegg A und Waldegg C) sich nun in der Ausbildung befinden und im Verlaufe dieses Jahres die Aromapflege einführen werden.

b) Erste Erfahrungen der Phytotherapie

Bei den Patientinnen und Patienten in der Clienia Littenheid AG ist das Angebot der Phytotherapie sehr gut angekommen. Die Bereitschaft bei entsprechenden Indikationen ein Phytotherapeutikum einnehmen zu können, ist hoch und deckt sich in vielen Fällen mit der "natürlichen-biologischen" Einstellung zur medikamentösen Therapie. Die Patientinnen und Patienten in einer psychiatrischen oder psychosomatischen Klinik haben aufgrund des hohen Stellenwertes des Dialoges und der verbalen Therapiemöglichkeit ein überdurchschnittlich hohes Bedürfnis, therapeutische Entscheide mitzutragen. Somit deckt sich diese Bedürfnis ausserordentlich mit der initiierten offenen Kommunikation über das Angebot der Phytotherapie.

11. Konklusionen und Schlusswort

Gezielt ausgewählte Phytotherapeutika führen zu einer Reduktion von Problemen, welche mit Mehrfachverordnungen von Medikamenten zu tun haben. Dies darum, weil mit 1 Phytotherapeutikum jeweils mehrfache Wirkungsmöglichkeiten bestehen und somit für mehrere Indikationen eingesetzt werden können.

In den Bereichen der Hausarztmedizin, der Pädiatrie und Gynäkologie vernehme ich eine immer höhere Akzeptanz für Phytotherapeutika. Es gibt aber kaum einen Bereich der Medizin, in welchem nicht ergänzend phytotherapeutische Anwendungen sinnvoll eingesetzt werden können. Meine Erfahrungen zeigen, dass insbesondere in einer psychiatrischen Klinik einerseits die Nachfrage nach Phytotherapeutika der Patientinnen und Patienten sehr gross ist und andererseits die verschiedenen Krankheitsbilder eine breite Palette von phytotherapeutischen Möglichkeiten nach sich ziehen.

Phytotherapie bietet zudem eine ideale Brücke zu den Patientinnen und Patienten, welche nach "natürlichen Behandlungsmöglichkeiten" fragen. Phytotherapie nimmt grösstenteils die alte Tradition der "Hausmittel" auf und ermöglicht dadurch den sinnvollen Einbezug der Patientinnen und Patienten, sowie auch ihrer Angehörigen in ein Behandlungskonzept. Diese Mitarbeit wirkt sich positiv auf die therapeutische Beziehung, die Compliance und den Heilungsverlauf aus.

Heilpflanzenanwendungen wie am Beispiel der Aromapflege beschrieben, ermöglicht ein hohes Mass an Zuwendung im Rahmen der Behandlung. Die stellt auch einen wertvollen Beitrag zur Steigerung der Selbstverantwortlichkeit im Heilungsprozess dar. Die Auseinandersetzung mit Phytotherapie schafft auch eine gute Naturbeziehung. In Zeichen persönlicher Krisen, was meist während einer psychiatrischen Hospitalisation für die Patientinnen und Patienten der Fall ist, stellt diese Naturbeziehung eine grosse Ressource dar. Dies gilt speziell für die Clenia Littenheid AG: dies aufgrund der idyllischen Lage mitten im Naturschutzgebiet rund um den Ägelsee.

Ich muss zum Schluss feststellen, dass die Einführung der Phytotherapie in der Clenia Littenheid AG eine optimale Ergänzung der Therapieangebotspalette und eine willkommene Ergänzung zur psychotherapeutisch orientierten Haltung darstellt. Die ersten Erfahrungen stimmen mich sehr zuversichtlich und schlussendlich wirkt die Phytotherapie hier in der Clenia Littenheid AG auf allen therapeutischen Ebenen sehr integrativ.

12. Literaturverzeichnis

1. Clenia Littenheid AG
 - Entstehungsgeschichte
 - 2011 Clenia AG führend in Psychiatrie und Psychotherapie unter www.clenia.ch
2. Dokumed online
 - Arzneimittelcompendium 2014 unter www.dokumed.ch
3. Sirdroga
 - Teesortiment Homepage 19.09.2013 unter www.sidroga.com
4. Arzneimittelinformation für Fachpersonal unter www.schwabepharma.ch
5. www.zellermedical.ch
6. www.swissmedicinfo.ch
7. www.phytomed.ch
- 8.- www.nada-acupuncture.ch
- 9.- Handbuch der Aromapflege, Clenia Littenheid AG, 1.1.2014