

## Aromatherapie mit Massage kann Verhaltens- und psychologische Symptome von dementen Menschen lindern

**Datum:** 29.05.2018

**Original Titel:**

Management of behavioral and psychological symptoms of dementia (BPSD) by an aroma-massage with acupressure treatment protocol: a randomized clinical trial

Psychologische und Verhaltenssymptome, die mit einer Demenzerkrankung einhergehen, sind häufig sehr belastend, nicht nur für die Erkrankten, sondern auch für Angehörige und Pflegende. Wie damit umzugehen ist, hängt sicher von dem Ausmaß und den Umständen ab. Sicher kann das verwirrende Dasein eines dementen Menschen zu großen Ängsten führen. Auch Schmerzen, wegen Mangel an Mitteilungsmöglichkeiten oft unerkannt oder unterschätzt, können zu depressiven Symptomen und aggressivem Verhalten führen. Diese Punkte sollten grundlegend immer bei sogenanntem unangemessenem Verhalten dementer Menschen bedacht werden. Gleichzeitig sollte man sich bewusst sein, dass psychologische und Verhaltenssymptome der Demenz oft mit Medikamenten nicht ausreichend behandelt werden können – möglicherweise, weil häufig grundlegende Probleme wie Frustrationen, Ängste und Schmerzen die Basis sind, die mit beispielsweise antipsychotischen Medikamenten nicht therapiert werden können. Aber welche alternativen oder ergänzenden Ansätze stehen zur Verfügung, wenn körperliche Beeinträchtigungen wie Schmerzen bereits behandelt worden sind? Eine klassisch angewandte Methode ist die kognitive Verhaltenstherapie, die ‚angemessene‘ Verhaltensweisen einüben helfen soll. Eine ganz andere Methode, die eine alle Sinne ansprechende wohltuende Aromatherapie-Massage mit einer Akupressur verband, wurde nun in einer Studie von Rehabilitationswissenschaftlern der Hong Kong Polytechnischen Universität rund um Prof. Tsang im Vergleich zur kognitiven Verhaltenstherapie (als bei diesen Symptomen wirksames Training) und Bewegungsübungen (als bei diesem Aspekt typischerweise kaum wirksamer Behandlung) untersucht.

### **Zuerst: Abklären möglicher Ursachen für psychische Symptome bei Menschen mit Demenz**

Dazu wurden 60 Menschen mit Demenz zufällig einer von drei Gruppen (je 20 Teilnehmer) zugeteilt. Eine Gruppe wurde mit Aromatherapie-Massage zusätzlich zu Bewegungsübungen behandelt. Die zweite Gruppe erhielt das kognitive Training mit zusätzlichen Bewegungsübungen. Die dritte Gruppe erhielt sowohl Aromatherapie-Massage als auch kognitives Training. Die Patienten wurden vor und direkt im Anschluss an die Behandlungsphase sowie 3 Monate später mit unterschiedlichen Tests untersucht, um ihre Denkleistung (Mini-Mental-Status-Test MMST), demenzabhängige Symptome wie zum Beispiel Ängste oder Depressionen (Neuropsychiatrisches Inventar) sowie Gereiztheit und Unruhe (Cohen-Mansfield Agitationsinventar) zu bestimmen.

### **Hilft Aromatherapie-Massage so gut wie kognitive Verhaltenstherapie, oder so wenig wie Bewegungsübungen gegen psychische Symptome der Demenz?**

Im Vergleich dieser Symptome zeigten sich klar Unterschiede zwischen den Behandlungsgruppen: beide Aromatherapiegruppen waren deutlich weniger gestresst und zeigten einen geringeren Schweregrad ihrer psychologischen und Verhaltenssymptome im Anschluss an die Behandlung. Die Forschungsgruppe hatte ihre Studie gut vorbereitet: in einem früheren Übersichtsartikel (Sanchez-

Vidana und Kollegen, 2017 im Journal *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicines* erschienen) analysierten sie die Datenlage zu Aromatherapie als unterstützende Behandlung von Depressionen. Sie fanden vielversprechende, aber meistens eher schlecht kontrollierte Studien mit geringer Aussagekraft.

### **Alle Sinne anregen ist vielversprechend als unterstützende Behandlung**

Ihre neue Studie nun gibt darauf aufbauend eine gute Grundlage, um Aromatherapie als ergänzende Therapie weitergehend, auch in größeren Patientengruppen und über längere Zeit, zu testen. Da andere Studien bereits fanden, dass es Patienten gut tut, [alle Sinne anzuregen](#), kann eine Aromastützte Massage (natürlich nur mit Aromen, die den Betroffenen angenehm sind), auch durch Familienangehörige durchgeführt durchaus ein paar Versuche wert sein.

#### **Referenzen:**

Fung JKK, Tsang HW. Management of behavioral and psychological symptoms of dementia (BPSD) by an aroma-massage with acupressure treatment protocol: a randomized clinical trial. *J Clin Nurs*. October 2017. doi:10.1111/jocn.14101.