

## Herzpatienten im Krankenhaus: Weniger Ängste und bessere Schlafqualität durch Damaszener-Rose

**Datum:** 11.01.2021

**Original Titel:**

Effect of rosa damascene aromatherapy on anxiety and sleep quality in cardiac patients: A randomized controlled trial

**MedWiss - Herzpatienten im Krankenhaus konnten von einer Aromatherapie mit Damaszener-Rose profitieren. Diese reduzierte im Vergleich zu einem Placebo die Ängste und verbesserte die Schlafqualität der Patienten.**

---

Viele Patienten, die im Krankenhaus liegen, haben mit Ängsten und Schlafproblemen zu kämpfen. Wissenschaftler aus dem Iran und Irak untersuchten, ob hier eine Aromatherapie mit Damaszener-Rose bei Herzpatienten Abhilfe schaffen kann.

### **Herzpatienten inhalierten entweder Damaszener-Rosen-Essenz oder destilliertes Wasser**

An der Studie nahmen 60 Patienten teil, die 24 Stunden zuvor aufgrund von Herzrhythmusstörungen, Herzinsuffizienz oder eines akuten Koronarsyndroms ins Krankenhaus eingeliefert wurden. Die Patienten wurden nach dem Zufallsprinzip in zwei verschiedene Gruppen eingeteilt (Aromatherapie und Kontrolle). Die Patienten der Aromatherapie-Gruppe inhalierten zusätzlich zur Standardversorgung 5 Tropfen Damaszener-Rosen-Essenz (40 % in destilliertem Wasser). Die Kontrollgruppe inhalierte stattdessen nur destilliertes Wasser. Die Inhalation erfolgte an drei aufeinanderfolgenden Nächten von 22:00 bis 06:00 Uhr. Zu Beginn und nach den drei Nächten erfassten die Wissenschaftler die Ängste und die Schlafqualität aller Patienten (unter Nutzung der Fragebögen *St. Mary's Hospital Sleep Quality Questionnaire* (SMHSQ) und *Spiel Berger State-Trait Anxiety Inventory* (STAI)).

### **Inhalation von Damaszener-Rose verbesserte Schlafqualität und reduzierte Ängste**

Bei der Auswertung der Daten stellten die Wissenschaftler fest, dass im Vergleich zur Kontrolle die Aromatherapie mit Damaszener-Rose die Ängste der Patienten, die auf der Herzstation im Krankenhaus lagen, signifikant reduzierte. Positive Effekte konnten auch hinsichtlich der Schlafqualität beobachtet werden. Im Vergleich zu Kontrolle verbesserte die Aromatherapie die Schlafqualität signifikant.

Die Aromatherapie mit Damaszener-Rose reduzierte Ängste und verbesserte die Schlafqualität von Patienten, die aufgrund von Herzerkrankungen im Krankenhaus lagen. Die Aromatherapie könnte demnach eine sinnvolle ergänzende Maßnahme darstellen, um das Wohlbefinden der Patienten zu verbessern.

**Referenzen:**

Jodaki K, Abdi K, Mousavi MS, Mokhtari R, Asayesh H, Vandali V, Golitaleb M. Effect of rosa damascene aromatherapy on anxiety and sleep quality in cardiac patients: A randomized controlled trial. *Complement Ther Clin Pract.* 2020 Dec 29;42:101299. doi: 10.1016/j.ctcp.2020.101299. Epub ahead of print. PMID: 33395586.