

Lavendelöl gegen Operationsangst

Datum: 01.08.2018

Original Titel:

The effects of preoperative aromatherapy massage on anxiety and sleep quality of colorectal surgery patients: A randomized controlled study

Die meisten Patienten haben Angst vor anstehenden Operationen. Das führt nicht selten dazu, dass sie in der Nacht vor der Operation nur schlecht schlafen. Eine Aromatherapie-Massage vor einer Darmoperation könnte Patienten dabei helfen, in der Nacht vor der Operation besser zu schlafen und ruhiger zu werden, wie die vorliegende Studie zeigte.

Vor einer Operation stehen viele Patienten Ängste durch. Diese Ängste beziehen sich zumeist darauf, dass der Patient dem Arzt in dieser Situation ausgeliefert ist und selbst keine Kontrolle mehr hat. Außerdem befürchten viele Patienten, dass bei der Operation etwas schief gehen könnte oder dass sie im Anschluss an Schmerzen leiden. Diese Ängste sind sehr belastend und führen nicht selten dazu, dass die Patienten vor der Operation nicht zur Ruhe kommen und keinen Schlaf finden. Eine Aromatherapie-Massage vor der Operation könnten diesen Patienten helfen, die Ängste zu lindern und die Schlafqualität vor der Operation zu verbessern. Bei der Aromatherapie-Massage werden ätherische Öle eingesetzt, die das Wohlbefinden steigern sollen. Allerdings gab es zu dieser Maßnahme bisher widersprüchliche Studienergebnisse. Deswegen widmete sich nun auch ein Forscherteam der *Dokuz Eylul University* in Izmir (Türkei) dieser Thematik.

Einige Patienten bekamen vor der Darmoperation Aromatherapie-Massagen

Die Wissenschaftler bezogen 81 Patienten, die eine Darmoperation vor sich hatten, in die Studie mit ein. Nach dem Zufallsprinzip wurden diese einer von zwei Gruppen zugewiesen. Die Patienten der einen Gruppe (40 Patienten) bekamen insgesamt zweimal eine Aromatherapie-Massage. Hierbei wurde 5 %iges Lavendelöl (bestehend aus 5 % Lavendelöl und 95 % Mandelöl) verwendet, welchem eine beruhigenden Wirkung zugesprochen wird. Die Massagen dauerten jeweils 10 Minuten. Die erste Massage erhielten die Patienten am Abend vor der Operation (zwischen 19:00 und 21:00 Uhr). Die zweite Aromatherapie-Massage wurde am Morgen der Operation (zwischen 6:30 und 8:00 Uhr) durchgeführt. Die Patienten der anderen Gruppe (41 Patienten) dienten hingegen als Vergleichspersonen. Sie wurden standardmäßig von einem Krankenpfleger betreut und bekamen keine Aromatherapie-Massage. Mithilfe verschiedener Fragebögen ermittelten die Wissenschaftler, wie stark die Ängste und wie gut die Schlafqualität der Patienten waren. Die Patienten füllten diese am Vortag vor der Aromatherapie-Massage und am Morgen der Operation nach der Aromatherapie-Massage aus – die Vergleichspersonen taten dies zum gleichen Zeitpunkt. Zu Beginn der Studie gab es keine nennenswerten Unterschiede zwischen den Patienten der beiden Gruppen.

Die Aromatherapie-Massage linderte Ängste und verbesserte die Schlafqualität vor der Darmoperation

Die Analyse der Daten ergab, dass die Patienten, die die Aromatherapie-Massage erhielten, an dem Morgen der Operation weniger unter Ängsten litten als die Patienten, die diese Behandlung nicht

bekamen. Der Vergleich zwischen den Ängsten vor und nach den Behandlungen zeigte, dass sich diese nach den Behandlungen verbessert hatten. Bei den Vergleichspersonen verbesserten sich die Ängste hingegen nicht; sie waren am Morgen der Operation sogar noch stärker als am Vortag. Die Aromatherapie-Massagen hatten noch weitere positive Effekte. Die Patienten, die die Aromatherapie-Massage bekamen, schliefen nämlich in der Nacht vor der Operation besser als die Vergleichspersonen.

Eine Aromatherapie-Massage mit Lavendelöl verbesserte somit die Schlafqualität der Patienten vor einer Darmoperation und reduzierte die Ängste, an denen die Patienten vor der Operation litten. Die Aromatherapie-Massage könnte daher hilfreich sein, um Patienten zu helfen, ihre Ängste vor einer Operation in den Griff zu bekommen. Es ist jedoch anzumerken, dass es sich um eine kleine Studie mit nur wenigen Teilnehmern handelt. Größer angelegte Studien sind notwendig, um diese Ergebnisse zu bestätigen.

Referenzen:

Ayik C, Özden D. The effects of preoperative aromatherapy massage on anxiety and sleep quality of colorectal surgery patients: A randomized controlled study. Complement Ther Med. 2018 Feb;36:93-99. doi: 10.1016/j.ctim.2017.12.002. Epub 2017 Dec 6.