

Ein Duft gegen jedes Wehwehchen

Genesung Roswitha Storhas aus Asch ist Aromaexpertin. Sie hilft Menschen durch den Einsatz ätherischer Öle. Jetzt im Winter empfiehlt sie Zimt, Kardamom, Nelke und Vanille. Es gibt auch ein Mittel gegen Kopfschmerzen

VON CHRISTIAN MÜHLHAUSE

Asch Roswitha Storhas aus Asch kennt viele Möglichkeiten, gestressten oder erkrankten Menschen zu helfen. Denn sie hat kürzlich eine einhalbjährige Ausbildung zur Aromaexpertin abgeschlossen. Den Wunsch einiger Mütter, die auf dem Weihnachtsmarkt in Leeder auf sie zukamen, konnte sie jedoch nicht erfüllen. „Sie wollten von mir ein Öl, das sofort ihre nervliche Belastung senkt.“ So funktioniert die Aromatherapie aber nicht. Im Gespräch mit unserer Zeitung erklärt sie, wie eine Aromaexpertin hilft.

„Es ist keine Zauberei, sondern eine begleitende Unterstützung fürs körperliche und seelische Wohlbefinden der Menschen.“ Die Mütter müssten sich schon eine Auszeit gönnen – und sei es nur eine längere Kaffeepause oder ein Bad –, damit die ätherischen Öle ihre Wirkung entfalten können, sagt sie. Die 58-Jährige nutzt die Öle auch, um beispielsweise Menschen mit Schmerzen oder Depressionen zu helfen. Dabei stimmt sie sich mit dem behandelnden Mediziner ab. Bislang habe noch kein Arzt die Behandlung verweigert, sagt die Fuchstalerin. „Man muss den Mediziner im Gespräch beweisen, dass man versteht, was man da macht.“

Gerüche lösen im Gehirn immer etwas aus, deswegen funktioniert die Methode, sagt sie. „Das fängt bei dem Hervorrufen von Gefühlen an und geht bis zur Blockade des Schmerzentrums“, sagt Roswitha Storhas. Zu ihren Dozenten während der Ausbildung gehörte unter anderem auch Professor Hanns Hatt. Der Biologe und Mediziner gilt als einer der renommiertesten Duftforscher in Deutschland.

Die Fuchstalerin arbeitet seit 40 Jahren bei der Lebenshilfe. In der Arbeit mit Menschen mit Behinderung sei die Anwendung dieses Wissens bei Weitem noch nicht so verbreitet wie in der Kranken- und Altenpflege oder auch in der Psychiatrie. Das mache sie auch an den Teilnehmern an der Ausbildung fest. Es waren 80, und nur sie und



Roswitha Storhas aus Asch ist Aromaexpertin. Sie verwendet ätherische Öle und mixt ihre Produkte selbst. So kann sie gestressten oder erkrankten Menschen helfen.

Foto: Julian Leitnerstorfer

eine weitere Teilnehmerin arbeitete mit Menschen mit Handicap. Die anderen arbeiteten fast alle im medizinischen Bereich, sagt sie. Die ätherischen Öle setzt sie auch im Arbeitsalltag bei der Lebenshilfe ein. „Die Vorfreude ist immer groß, wenn es darum geht, dass die Bewohner sich einen Duft aussuchen dürfen.“ Aufgrund ihrer Ausbildung – in der es viel um chemische Prozesse ging – darf Roswitha Storhas die Produkte selber mixen.

Vieles kommt auch bei Alltagsproblemen zum Einsatz. Gegen

Kopfschmerzen empfiehlt sie Pfefferminze und wer an langen Arbeitstagen wach und fokussiert bleiben möchte, dem empfiehlt sie, zum ätherischen Öl aus Orangen zu greifen. In der dunklen und kalten Advents- und Winterzeit seien Zimt, Kardamom, Nelke und Vanille besonders gut geeignet, um der Dunkelheit und dem nasskalten Wetter etwas entgegenzusetzen. So regten Zimt und Nelken den Stoffwechsel an und wirkten wärmend und Kardamom steigere die Lust am Leben, verweist die Expertin. Die ätheri-

schen Öle werden durch den Zusatz von Alkohol haltbar gemacht.

Die Anwendung ist einfach: Ein paar Tropfen auf eine Serviette oder in eine Duftlampe tröpfeln, das reiche. Storhas warnt beim Einsatz der Öle vor der Methode „Viel hilft viel“. Dann bekomme der Nutzer am Ende nur Kopfschmerzen. „Die Nase nimmt nur eine begrenzte Menge auf und leitet es ans Gehirn weiter.“ Nicht geeignet seien die Öle für Menschen mit Bluthochdruck und Epileptiker. Bei der Auswahl der Düfte achtet sie darauf,

das sie dem Anwender zusagen. „Ich selbst mag beispielsweise den Duft von Rosen und Lavendel nicht. Dann suche ich mir eben ein anderes Öl heraus mit ähnlichen Inhaltsstoffen. Statt der Rose könnte man auf Petitgrain, ein Öl, das aus den Blättern und Zweigen der Bitterorange gewonnen wird, zurückgreifen.“

Preislich gibt es große Unterschiede. Billig ist im Vergleich das Öl, das aus der Orange gewonnen wird. Ein Milliliter kostet einen Euro. Die Schalen der Frucht sind als Abfallprodukt bei der Saftproduktion übrig und werden für das Öl

„Es reicht mir nicht zu wissen, dass etwas funktioniert.“

weiterverwendet. Deutlich teurer sind hingegen Rosen. Hier werden 20 Euro für den Milliliter fällig, obwohl es eigentlich massenhaft Rosen gibt. „Es eignen sich nur Duftrosen dafür und der Ertrag ist überschaubar. Man braucht rund fünf Tonnen, um daraus einen Liter ätherisches Öl herstellen zu können“, begründet Storhas den Preis.

Neben der Zeit hat Storhas auch eine niedrige vierstellige Summe in die Ausbildung investiert. Doch warum hat sie diese Belastung von 300 Unterrichtsstunden, Facharbeit und Prüfung im fortgeschrittenen Stadium ihres Berufslebens noch auf sich genommen und dafür ihren Urlaub investiert? „Es reicht mir nicht zu wissen, dass etwas funktioniert. Ich will auch wissen warum und ich möchte das Wissen weitergeben“, sagt die Mutter von drei erwachsenen Töchtern. In ihrem großen Garten hat sie viele Kräuter angebaut und bietet seit sechs Jahren zudem Kräuterführungen und andere Kurse rund um die Heilpflanzen an.

Und was entgegnet sie Skeptikern, die die Wirkung ähnlich wie bei Globuli anzweifeln? „Ich greife auf jahrhundertaltes Wissen über Heilpflanzen zurück, das leider vielerorts in Vergessenheit geraten ist. Und weil alles auf pflanzlicher Basis abläuft, gibt es auch keine Nebenwirkungen“, sagt Storhas.