

## Lavendelöl reduziert Ängste vor Brust-OP

**Datum:** 15.02.2021

**Original Titel:**

Effect of Lavender Oil on the Anxiety of Patients Before Breast Surgery

**DGP - Brustkrebs-Patienten, die eine Brustoperation vor sich hatten, hatten weniger [Ängste](#), nachdem sie Lavendelöl inhalierten.**

---

Die meisten Patienten leiden vor einer Operation unter Ängsten. Wissenschaftler aus der Türkei untersuchten, ob die Inhalation von Lavendelöl helfen kann, die [Ängste](#) vor einer Brustoperation zu reduzieren.

### **Die Hälfte der Patienten inhalierten vor der Brustoperation Lavendelöl**

An der Studie nahmen 80 Brustkrebs-Patienten teil, die eine Brustoperation vor sich hatten. Die Patienten wurden nach dem Zufallsprinzip in zwei gleich große Gruppen eingeteilt. Die eine Gruppe inhalierte am Tag der Operation 20 Minuten lang Lavendelöl und die andere Gruppe diente als [Kontrollgruppe](#) und erhielt lediglich die Standardversorgung. Um die Ängste der Patienten zu erfassen, nutzten die Wissenschaftler den *State-Trait Anxiety Inventory* ([STAI](#)).

### **Weniger Ängste durch Inhalation von Lavendelöl**

Vor der [Intervention](#) lag der durchschnittliche [STAI](#)-Wert bei 43,00 und sank nach der Aromatherapie mit Lavendelöl auf 37,28 ( $p < 0,05$ ). Bei der [Kontrollgruppe](#) sank der STAI-Wert hingegen nicht signifikant (44,6 vs. 42,43;  $p > 0,05$ ).

Die Inhalation von Lavendelöl reduzierte somit Ängste von Brustkrebs-Patienten, die eine Brustoperation vor sich hatten.

**Referenzen:**

Beyliklioğlu A, Arslan S. Effect of Lavender Oil on the Anxiety of Patients Before Breast Surgery. J Perianesth Nurs. 2019 Jun;34(3):587-593. doi: 10.1016/j.jopan.2018.10.002. Epub 2019 Jan 16. PMID: 30660371.

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“