



Positionspapier

Grundsätze für eine professionelle Aromatherapie

1.0
2025

Inhaltsverzeichnis

AUSGANGSLAGE	2
SICHERHEITSASPEKTE	2
PRODUKTINFORMATIONSDATEI MIT SICHERHEITSBERICHT	3
GUTE HERSTELLUNGSPRAXIS	3
TOXIZITÄT	3
QUALITÄTSMERKMALE ÄTHERISCHER ÖLE	4
AUSBILDUNG MIT EUROPÄISCHEM STANDARD	5
QUALITÄT DER VERWENDETEN ÖLE UND HYDROLATE	5
DOSIERUNGSRICHTLINIEN	5
VERNETZTES ARBEITEN UND WEITERBILDUNG	5
GRUNDSÄTZE FÜR EINE PROFESSIONELLE AROMATHERAPIE	6
FAZIT	6
IMPRESSUM	7
LITERATURVERZEICHNIS	7

Ausgangslage

Aromatherapie ist eine zunehmend beliebte komplementäre Praxis, bei der konzentrierte ätherische Öle aus aromatischen Pflanzenmaterialien (z. B. Blumen, Kräutern, Blättern, Rinde, Holz, Wurzeln, Samen und Schalen) verwendet werden, um gesundheitliche Beschwerden zu behandeln und das psychische sowie körperliche Wohlbefinden zu fördern. Der Begriff wurde 1936 vom französischen Chemiker Gattefossé geprägt, während die Anwendung destillierter Pflanzenmaterialien bis ins mittelalterliche Persien zurückreicht. ⁽¹⁾

Aktuelle Forschungsansätze beleuchten die biochemischen Mechanismen ätherischer Öle und deren Wirkungen. Auch die Aufnahme über den Geruchssinn und die Haut sowie deren Stoffwechsel sind zentrale Forschungsfelder. Das wachsende Interesse an natürlichen Behandlungsmethoden und klinische Studien deuten darauf hin, dass Aromatherapie in der integrativen Medizin an Bedeutung gewinnt.

Dennoch bestehen erhebliche Herausforderungen für die Anerkennung der Aromatherapie als fundierte Therapieform, darunter fehlende Standardisierung der Ölqualität, individuelle Wirkungsvariabilität sowie unzureichende Regulierung der Produkte. Uneinheitliche Ausbildungsstandards für Therapeut*innen und die Risiken des Multi-Level-Marketings im Bereich der ätherischen Öle verstärken diese Probleme. Eine interprofessionelle Arbeitsgruppe von ARTHES hat untersucht, welche Merkmale eine sichere und professionelle Aromatherapie kennzeichnen.

Sicherheitsaspekte

Bei der Verwendung ätherischer Öle sind Sicherheitsüberlegungen von grosser Bedeutung. Es ist essenziell, potenzielle Nebenwirkungen, Kontraindikationen und bewährte Verfahren zu berücksichtigen, um eine verantwortungsvolle Anwendung und die Sicherheit der Anwender*innen zu gewährleisten. ⁽²⁾

In der Schweiz werden ätherische Öle meist als Chemikalien und seltener als Arzneimittel verkauft. Arzneimittel benötigen vor der Zulassung eine Genehmigung durch Swissmedic (Art. 9 Abs. 1 HMG). Als Chemikalien sind ätherische Öle frei erhältlich, jedoch chemikalienrechtlich geregelt. Einige Öle enthalten potenziell allergene oder krebserregende Stoffe. Für diese ist eine Sachkenntnis der abgebenden Person erforderlich, und sie dürfen nicht im Selbstbedienungsverkauf angeboten werden. ⁽³⁾

Produktinformationsdatei mit Sicherheitsbericht

Werden Produkte mit ätherischen Ölen in den Verkehr gebracht, ist seit dem 1. Mai 2017 für jedes kosmetische Produkt eine Produktinformationsdatei (PIF) erforderlich. Diese Datei muss enthalten:

- Einen Sicherheitsbericht von einer qualifizierten Fachperson
- Eine Beschreibung der Herstellungsmethode sowie eine Bestätigung der Einhaltung der guten Herstellungspraxis (GMP) ⁽⁴⁾

Dies gilt nicht für handwerklich hergestellte kosmetische Produkte, die lokal in kleinem Rahmen vertrieben werden, etwa auf Basaren oder Schulfesten. Ausgenommen sind Produkte für Kinder unter 3 Jahren sowie solche, die nahe den Augen oder auf Schleimhäuten angewendet werden. ⁽⁵⁾ Eine Definition der Terminologien «handwerklich hergestellt» und «lokal, in kleinem Rahmen vertrieben» ist im Informationsschreiben 2020/8 des Eidgenössischen Departements des Innern (EDI), Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV), im Bereich Lebensmittel und Ernährung ersichtlich. ⁽⁶⁾

Gute Herstellungspraxis

Kosmetische Produkte müssen unter Einhaltung hoher Hygiene- und Sauberkeitsstandards hergestellt werden. Der neue GHP-Standard basiert auf der ISO-Norm 22716 (Art. 12 und Anhang 7 VKos). Eine Zertifizierung ist jedoch nicht vorgeschrieben. ⁽⁴⁾

Die ISO 22716 legt weltweite GMP-Richtlinien für die sichere Herstellung von Kosmetikprodukten fest. Sie definiert Qualitätsstandards für alle Produktionsstufen, von der Rohstoffbeschaffung bis zum Vertrieb, und wird von Aufsichtsbehörden anerkannt, um Marktanforderungen zu erfüllen. ⁽⁷⁾

Toxizität

Die Toxizität einer Substanz kann durch Wechselwirkungen mit anderen im Körper vorhandenen Substanzen beeinflusst werden. Bei ätherischen Ölen treten solche Wechselwirkungen zwischen den Bestandteilen des Öls, Medikamenten oder Nahrungsmitteln auf und sind oft schwer vorherzusagen. ⁽⁸⁾ Die Anwendung von ätherischen Ölen setzt Kompetenzen und Rahmenbedingungen voraus, welche nachfolgend beleuchtet werden.

Qualitätsmerkmale ätherischer Öle

Hochwertige ätherische Öle sollten folgende Merkmale aufweisen, zudem muss gewährleistet sein, dass für die berufliche Verwendung ein Sicherheitsdatenblatt kostenlos beim Hersteller angefordert werden kann: ⁽⁹⁾

- **Qualität:** Wenn möglich, Bio- oder Demeter-Anbau. ⁽¹⁰⁾
- **Etikettierung:** Notwendige Informationen umfassen Herkunft, botanischen Namen, Inhaltsstoffe, Angaben des Herstellers inkl. Adresse, Gefahrenpiktogramme, Füllmenge, chemische Bezeichnung, Gewinnungsmethode und Haltbarkeit sowie ein eindeutiger Rezepturidentifikator für Gemische, gemäss Vorgaben der Chemsuisse. ⁽⁹⁾
- **Reinheit:** Öle müssen 100 % naturrein sein; bei Verdünnungen ist eine klare Deklaration erforderlich.
- **Neutralität:** Seriöse Fach- und Sachbuchautoren schreiben firmenneutral und ohne Verkaufs-Förderungs-Hintergründe. Sie legen Wert auf Wissensvermittlung und nicht auf Profit. ⁽¹¹⁾
- **Nachhaltigkeit:** Öle sollten von nicht gefährdeten Pflanzen stammen und möglichst lokal bezogen werden. Die Liste des Airmid-Instituts mit gefährdeten und CITES-geschützten Pflanzen ist zu berücksichtigen. ⁽¹²⁾
- **Fairer Handel:** Anbieter sollten ihre Lieferanten unterstützen und faire Bedingungen gewährleisten.
- **Transparenz:** Informationen über die Vertriebsfirma sowie Sicherheitszertifikate müssen verfügbar sein.
- **Authentizität:** Öle sollten schonend gewonnen werden, um eine hohe Qualität sicherzustellen. Standardisierung kann zu Unverträglichkeiten führen. ⁽¹³⁾
- **Verpackung:** Gemäss Anhang II Teil 3 der Verordnung über die Einstufung, Kennzeichnung und Verpackung von Stoffen und Gemischen (CLP-Verordnung) müssen Verpackungen ätherischer Öle je nach Gefahrenmerkmal kindersichere Verschlüsse und tastbare Warnhinweise enthalten. ⁽¹⁴⁾ Lichtundurchlässige Behälter. Lichtundurchlässige Behälter schützen ätherische Öle vor schädlicher UV-Strahlung und Oxidationsprozessen, wodurch ihre chemische Stabilität bewahrt und ihre Haltbarkeit erheblich verlängert wird.

Ausbildung mit europäischem Standard

Die Ausbildung zur Aromatherapeut*in, einschliesslich der schulmedizinischen Grundlagen in Anatomie, Physiologie und Pathologie, erfüllt die Anforderungen von EMR und ASCA sowie den europäischen Standard der professionellen Aromatherapieausbildung. ⁽¹⁵⁾ ⁽¹⁶⁾ Sie basiert auf evidenzbasiertem Wissen und entspricht den internationalen Standards der IFPA (International Federation of Professional Aromatherapists). ⁽¹⁷⁾ Botanisches Grundwissen ist essenziell. Professionelle Aromatherapeut*innen kennen die botanischen Pflanzennamen, die unterschiedlichen Chemotypen ätherischer Öle und deren gezielte Anwendung. ⁽¹⁸⁾

Empfohlene Ausbildungsorte sind auf der Homepage von ARTHES gelistet.

Qualität der verwendeten Öle und Hydrolate

Die Aromatherapie beruht auf der Anwendung von ätherischen Ölen, fetten Pflanzenölen und Hydrolaten. Kompetente Aromatherapeut*innen kennen deren Wirkung, Haltbarkeit und mögliche Anwendungseinschränkungen. ⁽¹⁸⁾ ⁽¹⁹⁾ ⁽²⁰⁾

Dosierungsrichtlinien

Professionelle Aromatherapeut*innen halten sich an die geltenden Dosierungsrichtlinien der deutschsprachigen Aromatherapie und berücksichtigen die Schweizer Gesetzgebung. Weiter berücksichtigen sie die spezifischen Anforderungen von Säuglingen, Kindern, Schwangeren und älteren Menschen und kennen Indikationen sowie Kontraindikationen. ⁽¹⁸⁾ ⁽¹⁵⁾ Es dürfen keine Heil- oder Gesundheitsversprechen gemacht werden. ⁽³⁾

Vernetztes Arbeiten und Weiterbildung

Qualifizierte Aromatherapeut*innen bilden sich regelmässig auf anerkannten Kongressen oder bei renommierten Institutionen weiter. Sie arbeiten interdisziplinär, z. B. mit Hausärzten, vernetzen sich in Fachgruppen, Vereinen (z. B. ARTHES ⁽²¹⁾, PsychAroma ⁽²²⁾, VAGA ⁽²³⁾) oder mit Mentor*innen. ⁽²⁴⁾ ⁽¹⁶⁾ ⁽²¹⁾

Sie kennen ihre Grenzen, können medizinischen Handlungsbedarf einschätzen und Klient*innen bei Bedarf an Ärzt*innen oder andere Fachpersonen weiterleiten.

Grundsätze für eine professionelle Aromatherapie

Die interprofessionelle Arbeitsgruppe von ARTHES definierte die folgenden Grundsätze für eine sichere und effektive Aromatherapie:

- Fundierte Ausbildung und aktuelles Fachwissen
- Stetige Weiterbildungen
- Integration evidenzbasierter Literatur und Studien
- Firmenunabhängigkeit ohne Verkaufsförderung
- Sichere Anwendung gemäss gesetzlicher Vorgaben
- Verantwortungsvolle Beratung ohne Heilversprechen
- Besondere Berücksichtigung sensibler Personengruppen (z. B. Babys, Schwangere)
- Ressourcenschonung
- Qualitätssicherung durch geprüfte Hersteller aus dem deutschsprachigen Raum (CH, A, DE, I)
- Transparente Deklaration: Pflanze (botanischer Name), Gewinnungsart, Chemotyp, Herkunft, Charge, Verfallsdatum, Gefahrensymbole. (13)

Fazit

Die Aromatherapie ist eine anspruchsvolle Disziplin, die fundierte Fachkenntnisse, hochwertige Produkte und eine verantwortungsvolle Anwendung voraussetzt. Ihre Integration in die Gesundheitsversorgung bietet grosse Chancen, erfordert jedoch eine konsequente Professionalisierung und klare Abgrenzung zu unseriösen Praktiken.

Die vorliegende Analyse zeigt, dass nur eine evidenzbasierte und ethische Aromatherapie, frei von kommerziellen Interessen und gestützt durch standardisierte Qualitäts- und Sicherheitsrichtlinien, langfristig eine seriöse Ergänzung zur konventionellen Medizin sein kann.

Es ist essenziell, dass Anwender*innen und Therapeut*innen fundiert geschult sind und gesetzliche Vorgaben konsequent einhalten. Besondere Aufmerksamkeit gilt gefährdeten Zielgruppen sowie dem nachhaltigen Umgang mit Ressourcen, um sowohl Mensch als auch Umwelt zu schützen. Die Qualität der eingesetzten Produkte muss transparent und nachweisbar sein – eine Praxis, die unseriösen Marktakteuren keinen Raum lässt.

Wir positionieren uns klar für eine professionelle, verantwortungsvolle Aromatherapie, die auf fundiertem Fachwissen basiert und sich bewusst von profitgetriebenen Strukturen distanziert. Nur so kann sie langfristig ihren Platz in der integrativen Medizin behaupten und einen echten Mehrwert für die Gesundheitsversorgung bieten.

Impressum

Herausgeber: ARTHES

Interprofessionelle Arbeitsgruppe, diplomierte Aromatherapeut*innen: Mirjam Fischer, Nicole Nussbaum, Katrin Gibson, Fränzi Imhof, Damaris Hostettler, Sandra Basuino, Verena Stalder, Sévérine Hofmann, Ramona Flury, Franziska Imhof, Ursula Bürgi, Franziska Pfyl, Angela Hegi, Susanna Anderegg

Autor*innen: Arbeitsgruppe, Sévérine Hofmann (MScN)

Dossierverantwortliche: Sévérine Hofmann (severine.hofmann@gmx.ch)

Literaturverzeichnis

1. Williams L. Is Aromatherapy a Critical Care Intervention? AACN Adv Crit Care. 15. Juni 2020;31(2):198–202.
2. Vora LK, Gholap AD, Hatvate NT, Naren P, Khan S, Chavda VP, u. a. Essential oils for clinical aromatherapy: A comprehensive review. J Ethnopharmacol. August 2024;330:118180.
3. Fachgremium für Abgrenzungsfragen. Merkblatt: Einstufung von ätherischen Ölen - Abgrenzungskriterien. Swissmedic, Schweizerisches Heilmittelinstitut, Bundesamt für Gesundheit BAG, Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV, Kantonsapothekervereinigung KAV, Verband der Kantonschemiker der Schweiz VKCS; 2024 Juni S. 8. Report No.: 1.0.
4. Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen. Spezifische gesetzliche Anforderungen für kosmetische Mittel [Internet]. EDI; 2017 Mai. Verfügbar unter: <https://www.blv.admin.ch/blv/de/home/gebrauchsgegenstaende/rechts-und-vollzugsgrundlagen/gesetzliche-anforderungen-kosmetika.html>
5. Das Eidgenössische Departement des Innern (EDI). Verordnung des EDI über kosmetische Mittel. 817.023.31 Dez 16, 2016.
6. Beer M. Informationsschreiben 2020/8: Handwerklich hergestellte und lokal, in kleinem Rahmen vertriebene kosmetische Mittel – Auslegung. Eidgenössisches Departement des Innern EDI Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV Lebensmittel und Ernährung; 2020.
7. ISO 22716 | ISO-Spezialisten | IMSM LTD [Internet]. IMSM CH. [zitiert 5. November 2024]. Verfügbar unter: <https://www.imsm.com/ch/iso-22716/>

8. Tisserand R, Young R. Toxicity. In: Essential Oil Safety [Internet]. Elsevier; 2014 [zitiert 16. Oktober 2024]. S. 23–38. Verfügbar unter: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/B9780443062414000035>
9. Chemsuisse. Einstufung, Kennzeichnung und Verpackung ätherischer Öle nach Chemikalienrecht. Kantonale Fachstelle für Chemikalien; 2022 Aug S. 9. Report No.: 6.3.
10. Anusati Thumm, Kettenring Maria M. Zitrusdüfte. 1. Aufl. Oy-Mittelberg: Joy Verlag GmbH; 2021. 158 S.
11. Dufte Ideen für die Muttertags-Vorbereitungen [Internet]. [zitiert 16. Oktober 2024]. Verfügbar unter: https://www.vivere-aromapflege.de/?mailpoet_router&endpoint=view_in_browser&action=view&data=WzE1MjMsljMxMTZiY2NkOTNjYSIsMCwwLDE1MTcsMV0
12. Kettenring MM. Ätherische Öle: ganzheitlich anwenden mit zahlreichen Rezepturen. 1. Auflage. München: Bassermann; 2018. 160 S.
13. Werner M, von Braunschweig R. Praxis Aromatherapie: Grundlagen - Steckbriefe - Indikationen. 6., aktualisierte und erweiterte Auflage. Stuttgart: Haug Fachbuch; 2020. 1 S.
14. Chemsuisse. Einstufung, Kennzeichnung und Verpackung ätherischer Öle nach Chemikalienrecht (System GHS/CLP). Ver. 6.1 – 03/2017, Merkblatt D05 März, 2017.
15. Leitlinien Aroma-Forum-International e.V. – Aroma-Forum-International e.V. [Internet]. [zitiert 5. November 2024]. Verfügbar unter: <https://aroma-forum-international.de/leitlinien-aroma-forum-international-e-v/>
16. Herzlich willkommen bei FORUM ESSENZIA e.V. [Internet]. [zitiert 15. November 2024]. Verfügbar unter: <https://www.forum-essenzia.org/>
17. Code of Practice – IFPA [Internet]. [zitiert 5. November 2024]. Verfügbar unter: <https://ifparoma.org/code-of-practice/>
18. Zimmermann E, Herber S. Aromapraxis für Pflege- und Heilberufe: 20 ätherische Öle für über 150 Indikationen. 1. Auflage. Stuttgart: Haug Fachbuch; 2024. 1 S.
19. Wabner D, Theierl S. Klinikhandbuch Aromatherapie: Pflege – Therapie – Prävention. 1. Auflage. Bad Kötzing: Verlag Systemische Medizin; 2017. 598 S.
20. Alliance of International Aromatherapists - Standards of Practice [Internet]. [zitiert 1. Januar 2025]. Verfügbar unter: <https://www.alliance-aromatherapists.org/Standards-of-Practice>
21. ARTHES | ARTHES Schweiz [Internet]. 2019 [zitiert 11. Dezember 2022]. Verfügbar unter: <https://arthes.ch/>

22. Startseite | PsychAroma [Internet]. [zitiert 5. November 2024]. Verfügbar unter:
<https://psycharoma.ch/>
23. VAGA [Internet]. [zitiert 5. November 2024]. Home. Verfügbar unter:
<https://www.aromapraktiker.net/>
24. International Clinical Aromatherapy Network [Internet]. [zitiert 5. November 2024].
Join International Clinical Aromatherapy Network. Verfügbar unter:
<https://www.clinicalaromatherapynetwork.com/>