

# Erfaringer fra 40 år som holistisk, klinisk aromaterapeut

I denne spalten får ulike terapeuter ordet for å fortelle om resultater fra deres praksis. Denne gangen slipper vi til aromaterapeut Gry Fosstvedt i Oslo.

I alle kulturer til alle tider har mennesker tatt i bruk naturens rikholdige gaver – kultisk, kulinarisk, kosmetisk og medisinsk. Aromatiske planter har vært særlig ettertraktet på grunn av duftene som gir glede og velvære, i tillegg til de fysiske virkningene. Ikke minst har de vært suverene hjelpemidler til å lege alle typer sår. Det mennesker har erfart i flere tusen år, har moderne vitenskap bekreftet.

På en konferanse i England ble jeg gjort oppmerksom på et imponerende klinisk forsøk. På seks forskjellige australske sykehjem ble pasienter med kroniske sår – liggesår, leggsår, diabetessår – behandlet med kompresser med eteriske oljer, samt massasje. Etter varierende tid, fra noen dager til mange uker, grodde sårene selv hos de eldste pasientene.

Både som terapeut og privat har jeg hatt tallrike opplevelser med de eteriske oljenes sårlegende virkning. De to pasienthistoriene som følger, har gjort spesielt sterkt inntrykk på meg.

## Koldbrann

Ella, en sengeliggende dame på 95 år med diabetes type 1, hadde pådratt seg aggressiv koldbrann i en tå. Hennes datter tok et bilde av tredje tå, som viste et lite gnagsår som vakte bekymring

grunnet morens diabetes og dårlige sirkulasjon. Såret ble gradvis verre, og siden sykehjemets tiltak var uten virkning, besluttet man å amputere tåa. Uansett alder, hvem ønsker vel en amputasjon, og ofte må det dessuten én eller flere omfattende amputasjoner til.

Siden såret gikk helt ned til senefestet og tåa var følelsesløs, kunne man trygt dryppe eteriske oljer rett ned i såret. Vanligvis ville valget vært å smøre eterisk olje rundt såret, men siden det hastet for å unngå amputasjon og pasienten ikke følte noen smerte, valgte vi å dryppe olje rett på såret.

Etter kort tid begynte en helbredelsesprosess som førte til at det stygge og betente såret grodde helt, og amputasjonen ble avlyst. Det tok lengre tid enn nødvendig, da sykehjemmet nektet å bruke slike remedier. Pasienten fikk derfor bare behandling når datteren var til stede. Mer intensiv behandling, noe som gis på australske sykehjem, ville gitt raskere heling, men pasienten fikk i alle fall flere gode år med alle tærne i behold.

Datteren fortalt at hun overhørte en samtale mellom den behandlende legen og en sykepleier om at noe slikt hadde han aldri opplevd.



24.02.2016



11.03.2016



01.06.2016



17.05.2016



16.10.2016



### Tunefluebitt

Så var det Anne, en aktiv lærer i 40-årene som hadde hatt et utrivelig møte med den fryktede tunefluu. Bittet førte til en

kraftig infeksjon/betennelse i beinet som ble hovent, rødt og blåflammet. Legene prøvde på alle måter å slå det tilbake, men forgjeves. Igjen ble amputasjon vurdert som eneste løsning.

Jeg ga hennes fortvilte datter et arsenal av kraftig antibakterielle og betennelseshemmende oljer til fotbad og innsmering av fot og legg. Det virket momentant!

Etter første behandling med utvalgte oljer merket Anne at sirkulasjonen kom i gang og at smerten avtok. På få dager var leggen så bra at hun kunne gå rett på jobb. I Frankrike er aromatisk medisin både en toårig spesialisering for leger og et treårig universitetsstudium for å bli

medisinsk aromaterapeut. I England kan man ved flere universiteter ta en master i dette faget, så her har norsk helsevesen mye å lære.

### Om artikkelforfatteren

Gry Fosstvedt (f. 1948) er cand.mag. i språkfag fra Universitet i Oslo (1976) og har i tillegg videregående studier i blant annet psykologi og religionshistorie. Etter dette studerte hun aromaterapi og andre naturmedisinske disipliner under et fire år langt opphold i England. Som pioner innen aromaterapi i Norge startet Fosstvedt sin praksis i 1981. Siden underviste hun i flere år ved Norsk Høyskole for Helhetsterapi, inntil hun i 1983 startet sin egen skole, Norsk Aromaterapiskole. I 1989 stiftet Fosstvedt Norsk Aromaterapeutforbund for å samle alle landets terapeuter til samarbeid om profesjonelle krav og regler, og for å gi aromaterapien et navn som en seriøs behandlingsform. I 1998 ga hun ut den første norske boka om aromaterapi, *Naturens duftende apotek – en innføring i aromaterapi*. I tillegg driver Fosstvedt firmaet Aromedica, som importerer over 120 forskjellige eteriske oljer.

E-post: gry.fosstvedt@gmail.com. Nettside: [www.aromedica.no](http://www.aromedica.no)