

LYUDMILA ANANIEVA



ETERIČNA ULJA

• za vaše zdravlje i ljepotu •

Lyudmila Ananieva
Eterična Ulja Za Vaše
Zdravlje I Ljepotu

Eterična Ulja Za Vaše Zdravlje I Ljepotu:
ISBN 978-8-87-304525-0

Содержание

SADRÅ½AJ	6
U ovoj knjizi Ä#ete pronaÄ#i:	9
1.1. Korisna svojstva	11
1.2. RuÅ¼ino ulje u kozmetici i parfumeriji	12
1.2.1.NoÄ#na krema protiv starenja	14
1.2.1.2. Upotreba	15
1.3. Recepti za lijeÄ#enje uljem ruÅ¼e	16
1.3.1. RuÅ¼ina vodica	17
1.3.1.2. Sastav	18
1.3.1.3. Upotreba	19
1.4. MoguÄ#e nuspojave koriÄ#tenja eteriÄ#nog ulja ruÅ¼e	20
2.1. UÄ#inak eteriÄ#nog ulja anisa	23
2.2. Primjena anisovog ulja u kozmetici	25
2.3. Mjere opreza	26
3.1. Dodatni recepti	30
3.1.2. Ulje borovice protiv strija	31
3.1.3. Ulje borovice za mrÄ#avljenje	32
3.2. Mjere opreza	33
4.1.KoriÄ#tenje ulja za njegu koÅ¼e lica, tijela i kose	36
4.1.1. EteriÄ#no ulje neroli za lice	39
4.1.2. Kupka s neroli uljem	40

4.1.3. EteriÄ#no ulje neroli za kosu	41
4.2. Mjere opreza	42
Конец ознакомительного фрагмента.	46

EteriÄ#na uljaâ#ç za vaÅ¡e zdravlje i ljepotu â#ç2.
dioAutorLyudmila AnanievaPrevoditeljSilvio Jolic

Autorsko pravoEteriÄ#na ulja za vaÅ¡e zdravlje i ljepotu2.
dioAutorsko pravo Â© 2017 by Lyudmila AnanievaListopad
2017IzdavaÄ#: Tektime â## www.traduzionelibri.itSva prava
pridrÅ¾ana. Ova e-knjiga je licencirana samo za vaÅ¡u osobnu
upotrebu. Ova e-knjiga ne moÅ¾e biti prodana ili dana drugim
ljudima. Ukoliko Å¼elite podijeliti ovu e-knjigu s drugom
osobom, molimo kupite zasebni primjerak za svaku osobu s
kojom ju Å¼elite podijeliti. Ukoliko Ä#itate ovu e-knjigu, a
niste ju kupili, molimo kupite vlastiti primjerak. Hvala vam Å¡to
poÅ¡tujete trud ovog autora.

SADRÅ½AJ

Korice

Naslovnica

Autorsko pravo

Pregled

RuÅ¾a

Anis

Borovica

Neroli

Petitgrain

PaÅ¶uli

Plavi vratiÅ¶

NjemaÅ¶ka kamilica

Balzam

MuÅ¶katni oraÅ¶iÅ¶

Vrbena

Oregano

Neven

Kumin

Limeta

Lovor

MajÅ¶ina duÅ¶ica

Å¶empres

Kopar

KomoraÄ#

Kava

Kajaput

Mira

EteriÄ#na ulja protiv akni i osjetljive koÄ#e

Nuspojave prilikom koriÄ#tenja

Oprez pri koriÄ#tenju eteriÄ#nih ulja

Hvala vam

Pregled

MeÄ#u jedinstvenim svojstvima eteriÄ#nih ulja treba naglasiti sposobnost reguliranja razine hormona u organizmu koji su odgovorni za oÄ#uvanje i odrÄ#avanje mladosti. MeÄ#u njima moÄ#emo spomenuti ulje smirne, sandalovine, jasmina, ylang-ylang, ruÄ#e, nerolija, paÄ#ulija i tako dalje Visoka uÄ#inkovitost njihove uporabe je zbog fitohormona sadrÄ#anih u uljima, koji imaju strukturu sliÄ#nu ljudskim hormonima.

Neke vrste eteriÄ#nih ulja imaju snaÄ#an antioksidativni uÄ#inak (smreka, ruÄ#a drvo, vetivera, mira, ruÄ#a i tako dalje), oni pridonose obnovi ravnoteÄ#u kisika u naÄ#em tijelu, pri tome eliminirajuÄ#i otrovni utjecaj kisika kada je vrlo zasiÄ#eno, Ä#ime se usporava prirodno starenje stanica, jaÄ#anje tkivno disanje i cirkulacija krvi.

Jedinstvenost eteriÄ#nih ulja je da, kada se primjenjuju u svakom pojedinom sluÄ#aju, njihov ljekoviti i blagotvorni uÄ#inak upravo je usmjeren na najpotrebnije podruÄ#je. Zato je tako vaÄ#no odabrati pravo eteriÄ#no ulje u ovom ili onom

sluĀaju. Ako je ovaj uvjet zadovoljen, pozitivan uĀinak Āe biti priliĀno brz.

VaĀno je napomenuti da je eteriĀna ulja za koĀu u pravilu zabranjena u nerazrijeĀenom ili Āistom obliku (s iznimkom nekih tipova koji se izravno primjenjuju na problematiĀna podruĀja), buduĀi da uzrokuju jake iritacije povrĀine koĀe. Stoga se prije upotrebe moraju razrijediti u biljnim uljima (osnovno ili noseĀe). U osnovi oni se koriste za obogaĀivanje domaĀe kreme i maske za koĀu lica i tijela, te kose.

Za njegu koĀe, eteriĀna ulja imaju Āirok spektar djelovanja. Koriste se za bilo koju vrstu koĀe kako bi se oĀistila, pomladila, poveĀala ĀvrstoĀu i elastiĀnost lijeĀila iritaciju, upale, crvenilo, akne, koĀu nakon akni, itd. U prvom dijelu knjige Āete pronaĀi tablicu za odreĀivanje tipa koĀe.

U ovoj knjizi ćete pronaći:

- 1 Korisna svojstva eteričnih ulja.
- 2 Pozitivan utjecaj na kožu, kosu i nokte.
- 3 Recepti za zdravlje i ljepotu.



1.1. Korisna svojstva

otklanja upalne procese na koži, bori se s iritacijom kože i ljuštenjem;

potiže pomlađivanje stanica;

zaglađuje kožu, povećava elastičnost i gipkost;

regulira lučenje lojnih žlijezda;

uklanja ožiljke;

bori se sa strijama (striae);

učinkovito sredstvo protiv migrena i glavobolja, otklanja grube krvnih žila mozga;

uravnotežuje endokrini sustav, regulira hormonalnu ravnotežu žena;

ima pozitivan učinak na probavni trakt;

ima ljekovito i zaštitno djelovanje na sluznicu;

je odlično sredstvo protiv gljivica (candidiasis);

ima dezinfekcijski učinak, stimulira obnovu tkiva;

ima smirujuće djelovanje tijekom stanja prevelike uzbuđenosti, oslobađa od neuroze, depresije i nesanicе;

poboljšava pamćenje, tonus, koncentraciju;

ima pozitivan učinak na cjelokupni kardiovaskularni sustav;

liječi bolesti oči, općenito poboljšava vid;

blagotvorno djeluje na dane predmenstrualnog sindroma (PMS), normalizira menstrualni sekret.

1.2. RuÅ¾ino ulje u kozmetici i parfumeriji

RuÅ¾ina se s pravom smatra caricom mirisa i kraljicom cvijeća. Njen je miris od davnina povezan s luksuzom i Å¾enstvenostu. U današnje vrijeme, ruÅ¾ino eterično ulje se koristi u proizvodnji parfema, kozmetike, te posebice u proizvodima za njegu kože lica i kose.

Zahvaljujući svojim obnavljajućim svojstvima, ruÅ¾ino ulje se učinkovito koristi kod tretmana za stariju, slabiju kožu, kao i za kožu koja je djelomično izgubila vrstu i elastičnost. Redovita primjena eteričnog ulja Å¾e stimulira staničnu obnovu, pridaje licu ovalne konture, poboljšava tonus, povećava vrstu i elastičnost epidermisa, zaglađuje lice uklanjanjem plitkih mimikih bora. Osim toga, uklanja staračke pjege, poboljšava ukupni ten i zaglađuje kožu.

Korištenje ruÅ¾inog ulja korisno utječe na suhu kožu s znakovima grubosti i pilinga, intenzivno njeguje i omekšava površinu Å¾e, eliminirajući što je više moguće postojeće probleme. Kada se koristi za njegu Å¾e, on stvara nevidljivi sloj, koji služi kako bi zaštitili kožu od štetnog djelovanja vanjskih čimbenika (vjetra, mraza, sunca).

RuÅ¾ino ulje ima korisna svojstva za njegu vrlo osjetljive Å¾e lica. Njegova primjena omekšava kožu, ublažava

upale i iritacije, spreÄ#ava njihovu ponovnu pojavu. Za one koji imaju problema s rosaceama (paukove vene) na licu, ruÄ¼ino ulje Ä#e pomoÄ#i da ih postanu manje vidljive s redovitom uporabom.

Za njegu koÄ¼e kapaka, ruÄ¼ino ulje takoÄ#er donosi izvrsne rezultate. Dodavanjem njegu proizvoda za koÄ¼u oko oÄ#iju brzo se oslobodite tamnih krugova ispod oÄ#iju, oteklina i mimiÄ#kih bora.

Ovo uistinu "kraljevsko ulje" Ä#e vam pomoÄ#i da sveobuhvatno poboljšate koÄ¼u lica i oboljenja kao Å#to je psorijaza, alergijski dermatitis, ekcem, herpes, neurodermatitis, itd.



1.2.1.NoÄ#na krema protiv starenja

1.2.1.1. Sastav

Ulje slatkog badema 30 ml.

RuÄ¼ino ulje 3 kapi.

Ulje paÄ#ulija 3 kapi.

Ylang-ylang ulje 2 kapi.

Ulje neroli 2 kapi.

1.2.1.2. Upotreba

U bademovo ulje dodajte preostale sastojke i dobro promiješajte. Primijeniti ovu "kremu" na noć na prethodno očišćene kožne lica od neistota i Åminke. Kroz dvadeset minuta, osušiti vlak proizvoda s papirnatim ručnikom. Åuvati u hladnjaku.

1.3. Recepti za liječenje uljem ružičice

Za mlijeko preporučujemo da se upotrijebite s uljem ružičice, dodajte toplu zavreću vodu (5 l) smjesu ružičice i 3 kapi ulja ružičice. Potrebno je ponavljati taj postupak sedam dana.

Za herpes na stidnim usnama, ružičice ulje je korisno u nerazrijećenom obliku. Treba nanijeti izravno na kritično područje tri ili četiri puta dnevno.

Da biste dobili osloboditi od psorijaze, alergijskog dermatitisa, neurodermitisa, ekcema i drugih kožnih bolesti, dobro je dodati ružičice ulje u masti propisane za liječenje tih bolesti. Jedna kap ulja treba uzeti po jednu dozu preparata.

Za ublažavanje zubobolje, kao i za ispiranje usta sa sljedećim sastavom: u 100 ml vode, dodati mješavinu od pola ružičice sode bikarbone i jednu kap ružičice eteričnog ulja.

Kako bi se poboljšalo cjelokupno zdravlje, preporučujemo uzimanje jedne kapi ružičice ulja tri puta dnevno prije jela. Kapa se na komadićima kruha i jede.

1.3.1. RuÅ¾ina vodica

1.3.1.1. UÄ#inak

Uklanja nabore oko oÄ#iju, masni sjaj i suÅ¾ava pore.

1.3.1.2. Sastav

Topla prokuhana vodu 250 ml

RuÅ¼ino ulje 10 kapi.

1.3.1.3. Upotreba

Dodajte ulje u vodu i koristiti svakodnevno, ujutro i navečer, kao losion za čišćenje. Proizvod se može koristiti za otklanjanje edema i vrećica ispod očiju. Da biste to učinili, primijenite pamučne jastuke natopljene ružičastom vodom u zatvorene oči i ostavite deset minuta. Nakon nekoliko postupaka problem u potpunosti nestaje.

1.4. Moguće nuspojave korištenja eteričnog ulja ružmarina

1 Pojedinačna netolerancija.

2 Ne mogu se primijeniti u svom čistom obliku, osim navedenih slučajeva.

3 Alergijske reakcije.

4 Trudnoća.



Učink: iskažljivajuči, protuupalni, baktericidni, spazmolitički, imunomodulatorni, diuretik, antipiretik.

Koristi se za akutne i kronične bolesti dišnog sustava (bronhitis, traheitis, upala pluća, astma), bolesti bubrega i mokraćnog mjehura, intestinalna atonija, normalizacija ravnoteže između vodenih masti i pomlađivanje kože.

2.1. UÅ#inak eteriÄ#nog ulja anisa

Protuupalno, baktericidno, spazmolitiÄ#ko, imunomodulatorno (uglavnom poveÄ#ava aktivnost B-sustava), diuretik, antipiretik, koronarolitik, antikancerogen, antioksidans, ekspektoran.

Stimulira diÄ#ne respiratorne puteve.

PojaÄ#ava luÄ#enje probavnih Å¼4lijezda.

Normalizira cirkulaciju krvi do mozga.

Uklanja tahikardiju.

PoveÄ#ava mentalne i fiziÄ#ke sposobnosti.

UblaÅ¼ava i emocionalni stres.

Optimizira adaptivne reakcije.

Tvori komplekse sa ionima olova, promiÄ#e njihovo izluÄ#ivanje iz tijela.

Uklanja crijevnu atoniju.

Smanjuje menstrualne bolove.

PoveÄ#ava proizvodnju mlijeka kod dojilja.

Ima sedativni uÄ#inak, pomaÅ¼e u uklanjanju depresije i smanjenju djeÄ#je hiperekzibilitnosti i surovosti, pomaÅ¼e u sluÄ#aju nervozne iscrpljenosti.

PomaÅ¼e u normalizaciji ravnoteÅ¼e vode i masti u koÅ¼i i poveÄ#anju turgora svojih stanica, Å#to poveÄ#ava Ä#vrstoÄ#u koÅ¼e.



2.2. Primjena anisovog ulja u kozmetici

Takav biljni proizvod se uglavnom koristi za njegu zrele i stare kože. Ulje stimulira epidermalne stanice da proizvode više kolagena, tonira kožu i povećava elastičnost. Također je učinkovit kod nekih kožnih oboljenja, pomaže da biste dobili osloboditi od prve znakove starenja i ugrušaka i buha. U kozmetici se anisovo ulje primjenjuje za kreme. Ovaj biljni proizvod koriste za obogaćivanje šampona, maski i regeneratora. Također se dodaje u aromatske kupke i posebne opuštajuće tonike i masaže. Pri obogaćivanju kozmetičkih pripravaka, treba se strogo pridržavati količina ulja: uzmite 3 kapi esencije na 10 ml baznog ulja. Kako biste dobili elastičnu mješavinu, koristi se isti omjer, s tom razlikom da se za bazu koristi krema ili losion za tijelo. Kada pripremate aromatsku kupku, dovoljno je kapnuti 7 kapi u vodu.

2.3. Mjere opreza

Jako ulje, vrlo moćan stimulan.

Pri korištenju visokih doza za masažu i kupanje to može uzrokovati iritaciju sluznice i vrtoglavicu, a produljena upotreba visokih doza može dovesti do opijanja, mišića i krvotilnog sustava kao i poremećaja mozga.

Redovito interno konzumiranje ulja može uzrokovati upalu sluznice želuca. S posebnom pažnjom preporučuje se koristiti ga sa bolestima probavnog trakta i samo pod nadzorom liječnika.

Ne smije se koristiti tijekom trudnoće i njegova primjena mora biti ograničena, kada je jako zgrušavanje krvi.



UÅ#inak: opÅ#i stimulans, diuretik, antiseptik, ekspektoran, protuupalni, detoksikantni, lokalni protunadraÅ¼ujuÅ#i, ozdravljenje rana. MoÅ¼e izdvojiti mokraÅ#ne kiseline i toksine. PobjÅ;ava probavu. PotiÅ#e gubitak teÅ¼ine. PoveÅ#ava elastiÅ#nost krvnih Å¼ila i hrskavice. SavrÅ;eno tonizira Å¼ivÅ#ani sustav, smanjuje razdraÅ¼ljivost, uklanja stresne reakcije i destruktivne emocije.

EteriÅ#no ulje borovice primjenjuje (za detalje pogledajte u nastavku) za poboljÅ;anje metabolizma, poboljÅ;anje otpornosti organizma i prevenciji utjecaja Å;etnih kemijskih Å#imbenika i malih zraÅ#enja, a u sluÅ#aju artritis, degenerativne, uganuÅ#a, sojevi, dislokacija, oticanje, giht, bronhitis, akutne respiratorne bolesti (ARI), gripa, mokraÅ#ni kamenac, hemoroidi, dermatitis, ekcem, psorijaza, rana koje ne zacjeljuju i Å#irevi.

Smrekino ulje se koristi kao djelotvorni kozmetiÅ#ki preparat za njegu uljane i normalne koÅ¼e, kao i kao sredstvo osobne higijene, koja normalizira reakciju baze kiseline i bakterijsku ravnoteÅ¼u spolnih organa.

EteriÅ#na ulja obogaÅ#ena kremom, tonikom, preparatima za ispiranje, maske, obloge koje se preporuÅ#uju za masnu i upaljenu koÅ¼u, otvorene pore, akne, Å#ireve i rane, proÅ;irene vene, ekceme, psorijaze i druge vrste dermatitisa i dermatoze.

Ispiranjem kose s ovim eteriÅ#nim uljem Å#ete otkloniti perut. Tjera krpelje i buhe, te se koristi za dezinfekciju domova

i kuÄ#nih ljubimaca. ObogaÄ#ivanje kozmetike: 2-3 kapi na 10 g baze (krema, Å;ampon, gel, tekuÄ#i sapun i tako dalje).



3.1. Dodatni recepti

3.1.1. EteriÄ#no ulje borovice za kosu

Protiv peruti, za jaÄ#anje i rast kose uÄ#inkovito primijeniti aromatiÄ#nu masaÄ#¼u vlasiÄ#ta i aromatiÄ#no ispiranje kose s eteriÄ#no ulje borovice. Za suhi tip kose: jednom tjedno, za masni tip: dva puta.

Aromatizacija i dezinfekcija zraka u stambenim i radnim prostorijama: 5 kapi u aromatiÄ#noj lampi za svakih 15-17 Ä#etvornih metara prostorije. Parne inhalacije: 2-3 kapi Ä#istog ulja borovice se dodaju u vruÄ#u vodu (temperatura od 80-85 Ä#°C), mi savijanje nad kontejner i duboko disati ljekovita parovi u roku od 7-10 minuta, prekriti glavu ruÄ#nikom i zatvoriti oÄ#i.

MasaÄ#¼a: 5-7 kapi na 30 g baznog ulja; Oblozi: 5-7 kapi na 300 g ulja. Povez s gazom se impregnira sa smjesom i primjenjuje na zahvaÄ#eno podruÄ#je tijela, te izolirano s celofanom i ljepljivom trakom. ObogaÄ#ivanje kozmetike: 2-4 kapi na 15 g baze.

3.1.2. Ulje borovice protiv strija

Masa^{3/4}a i samo-masa^{3/4}a kod kuće pomoću baznih biljnih ulja s dodatkom borovice uklanja strije koje se formiraju na različitim dijelovima tijela nakon trudnoće, dojenja, i brzog mršavljenja. Najbolje je kombinirati borovice s grejpom: 15 g osnove, 4 kapi svakog eteričnog ulja. Masa^{3/4}a s uljem smreke povećava mišićni tonus, zaglađuje plitke bore, potiče zarastanje oštećenog tkiva i ožiljaka i poboljšava ten.

3.1.3. Ulje borovice za mršavljenje

Prema mišljenju mnogih žena, eterično ulje borovice je dokazno sredstvo u borbi protiv prekomjerne težine. Ulje se primjenjuje u: kupke, anti-celulitne masaže, ljekovite zavoje, kreme i losione za tijelo.

3.2. Mjere opreza

Provjerite miris na individualnu toleranciju. Ne primjenjivati u trudnoći i akutnih oboljenja bubrega (pijelonefritis, glomerulonefritis). Nije preporučljivo djeci u dobi do tri godine. Koristiti s oprezom u slučaju hipertenzije. Nije poželjno koristiti više od dva ili tri tjedna za redom. Nemojte prekoračiti doze pri korištenju.



UÅ#inak: sedativ, antiseptik, analgetik, spazmolitik. Poboljšava cirkulaciju krvi, normalizira srÅ#ani ritam, Å#isti krvne Å¾ile od skleroznih "plakova", olakšava predmenstrualne i menopauzne sindrome. Ima izraÅ¾en regenerativni uÅ#inak, te uÅ#inak usporavanja starenja.

Koristi se za srčane aritmije, kardioneurosu, anginu, koronarnu srčanu bolest, aterosklerozu, krvarenje, umor, razdražljivost, tjeskobne i depresivne uvjete, nesanicu, za prevenciju kapilarnog rupture i strijama, kao i za brigu za nadraženost, mlohavu, osjetljivu i suhu kožu.

4.1. Korištenje ulja za njegu koÅ¾e lica, tijela i kose

Ulje neroli je univerzalno. Savršeno je pogodno za bilo koji tip koÅ¾e. Međutim, sa snažnim tonirajućim i obnavljajućim svojstvima, posebice je učinkovito za stariju koÅ¾u ili koÅ¾u sa stanjem povećanog umora. Njegova upotreba osigurava da koÅ¾a vraća svoju svježinu i postaje elastična i meka. Pomaže u usporavanju postojećih bora i štiti od pojave novih. Osim toga, citopilaktička svojstva, koja su također svojstvena ulju, utječu na rast novih stanica - tj. promicanje regeneracije koÅ¾e.

Suha i osjetljiva koÅ¾a također učinkovita blagotvorne učinke sa vrlo pouzdanim neroli uljem. Primjenom iste, vratit će hidrolipidni plašt koÅ¾e, koji štiti ga zaštititi od prekomjernog sušenja i gubitka elastičnosti. Ublažava iritaciju i mrlje izazvane stresom, te se pretvara u svojevrsni oklop koji štiti koÅ¾u lica od agresivnih efekata vanjske okoline.

Najčešća primjena neroli ulja je u pregratnim kozmetičkim preparata: maske za lice kućne radinosti i kreme, te sve vrste losiona. Obično, 2 kapi ulja se dodaju u jedan dio kreme. Bolje je koristiti biljno ulje u odnosu na masku. Doza: 1 čajna žlica biljnog ulja je dovoljna za dvije kapi neroli.

Pozitivan rezultat se postiÄ½ ako koristite ulja nerolija u sluÄ½aju masne, neÄ½iste i upaljene koÄ½e. AntiseptiÄ½ka i antibakterijska svojstva ovog ulja pomaÄ½u u borbi protiv akni, ublaÄ½avaju upalu, pomaÄ½u suziti proÄ½irene pore koÄ½e lica, Ä½to uvelike smanjuje izluÄ½ivanje masnoÄ½a. Osim toga, savrÄ½eno uklanja paukove vene, vraÄ½a zdravi ten, i uÄ½inkovito oponaÄ½a koÄ½ne bolesti: herpetiÄ½ki osip, dermatoza, neurodermatitis i tako dalje.

ZahvaljujuÄ½i svojoj sposobnosti regeneracije zdravih mladih stanica, neroli ulje ne koristi samo za njegu koÄ½e. TakoÄ½er je korisno za kosu, gdje joj daje volumen i sjaj, te snagu i elastiÄ½nost. Osim toga, dezinfekcijska svojstva ulja pomaÄ½u u borbi s peruti i ljuÄ½tenja koÄ½e glave.

Za njegu koÄ½e lica: za poveÄ½anje kapilarne krvi i bolje apsorbirati tvari, nanijeli na koÄ½u lica vrlo korisno prije trljanja s aromatiÄ½nom mjeÄ½avinom ili eteriÄ½no ulje neroli-obogaÄ½ena krema (kao i druge hranjive kozmetike) za kupku lica.



4.1.1. Eterično ulje neroli za lice

Uvijek se primjenjuje u profesionalnoj i kućnoj kozmetici. Može se koristiti kao neovisni agent i kao pomoćna komponenta za terapijske pripravke (kreme, piling, tonik, balzam). Ulje neroli je pogodno za sve tipove kože. Posebice pomaže u oporavku "umorne", mlitave, dehidrirane i osjetljive kože sa sljedećim efektima: regeneracija, poboljšanje tena, uklanjanje raznih osipa, herpesnih osipa, zaglađuje, uklanja bore (uklanja izvor nastanka); rješava se malih paukovih vena; efektivno i brzo liječenje malih oštećenja (rane, ogrebotine, pukotine); uklanja pigmentirana područja; bori se s dermatološkim oboljenjima (dermatitis, dermatoza, ekcema, i dr.).

4.1.2. Kupka s neroli uljem

Ovo ulje ima visoku sposobnost prodiranja. Jednom u krvotoku, imaju izravan efekt na sve organe. Međutim, potrebno je znati da se ne može koristiti kao nezavisni agent. Nije važno kakva je kupka i u kojem se primjenjuje: ležeći, vruće, sjedeći, toplo ili hladno. Za osnovu kupke s uljem neroli, preporuča se koristiti mlijeko, prirodni med, jestivu sol (dopuna se i morska sol) i krema.

4.1.3. Eterično ulje neroli za kosu

Ovo je ulje jedno od najučinkovitijih prirodnih proizvoda koji mogu ukloniti posljedice štetnih utjecaja negativnih faktora na zdravlje kose i izgled. Može se koristiti na mnoge načine, između ostalog može se dodati u: šampon; za piling tjemena; u balzam; u regenerator; u mješavinu maske s različitim efektima. Redovita upotreba ulja neroli za njegu kose omogućuje postizanje takvih rezultata: obnavljanje strukture kose duž cijele duljine; opskrbu folikula dlake s hranjivim tvarima, mineralima i vitaminima; poboljšanje cirkulacije krvi u tkivima koža koja pokriva dlakave dijelove glave; normalizaciju funkcije lojnih žlijezda koje se nalaze u vlasištu (sprečavanje proizvodnje prekomjerne količine sebuma). Kao rezultat toga, možete se riješiti izgleda "prljave neuredne kose".

4.2. Mjere opreza

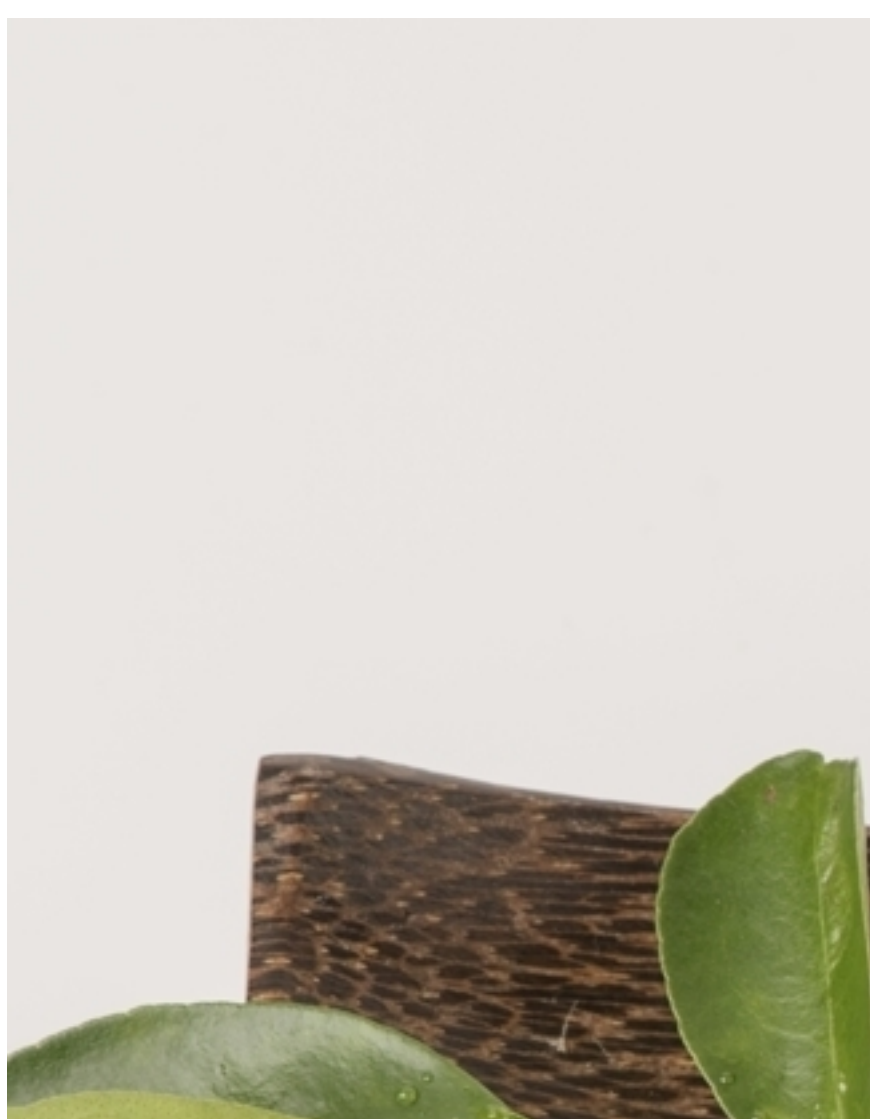
Eterično ulje neroli je nepoželjno za korištenje u slučaju kemoterapije i tumora.

Sigurno je za trudnoću nakon četiri mjeseca.

Umjereno je fototoksično.

Budući da je to ulje relaksant, nije preporučljivo koristiti kada je potrebno imati jasan um i koncentraciju.

Velike doze izazivaju euforiju, slično efektu muškog eteričnog ulja.



UÅ#inak petitgrain eteriÄ#nog ulja: izraÅ¾en antioksidans, ima antiseptiÄ#ki i regenerativni uÄ#inak, potiÄ#e izluÄ#ivanje toksina iz tijela, poboljÅ¼ava cirkulaciju krvi, ima snaÅ¾an antisclerotski uÄ#inak; aromatski adaptogen; afrodisijak.

EteriÄ#no ulje petitgrain koristi se za aterosklerozu, emocionalne poremeÄ#aje, umor, nervoznu iscrpljenost, mlohavu i masnu koÅ¾u, bore, akne, gubitak kose, celulit i jaÄ#anje imuniteta.



• Ima izvrstan efekt pomlađivanja i poboljšanja tena.
• Zaglađuje bore, vraća elastičnost umornoj i starijoj koži lica, grudiju i abdomena.

• Sprječava pojavu strija na koži nakon naglih tjelesnih promjena (trudnoća i veliki gubitak tjelesne mase).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.