

Домашно приложение на етерични масла „Арома Life“

(Наръчник за практическа употреба)

Етеричните масла са ценен дар от Природата, получени с минимална човешка намеса. Те представляват силно концентрирани, летливи ароматни смеси, извлечени от цветовете, листата, плодовете, семената или корените на растенията чрез дестилация или студено пресоване. Съдържат биологично-активни вещества, наподобяващи хормони, витамини, антибиотици и антисептици. Заради вкуса, аромата, биологичните си свойства, козметичния ефект и терапевтичните си възможности, етеричните масла имат широк диапазон на приложение. При употреба те винаги се „съчетават“ с други субстанции, за да се активира тяхното действие и да се запази благоуханната им природа.

Най-ценно приложение етеричните масла намират при **професионалните ароматерапевтичните масажи**, чрез които след разреждане с базови масла, се втриват в кожата. Като базово масло може да се използва всяко качествено растително масло – бадемово, кайсиево, сусамово, арганово, масло от гроздови семена, от пшеничен зародиш, зехтин и др. В зависимост от масажираната площ и ефекта се различават няколко вида масаж – на цялото тяло, точков масаж, масаж на лице. Масажът на лице с масажни смеси, съдържащи етерични масла, по-често се прилага с козметична (за разхубавяване, подмладяване), но също и с лечебна цел. За масаж на цялото тяло се използват от 10 до 15 капки етерично масло на 50 мл базово масло, а при масаж на лице – 1 до 3 капки на 20 мл базово масло. Всеки би могъл да се наслажда на ползите от етеричните масла в домашни условия. Популярен метод е добавянето на няколко капки от тях в горещата вода във ваната (15-20 капки към 100-150 л вода). **Аромаваните** са водни процедури за лечение, профилактика и красота. Ваните се правят сутрин или вечер при температура на водата от 28 до 37°C в продължение на 10-15 минути. По време на процедурите се препоръчва дълбоко вдишване, за да може етеричното масло да подейства и чрез лигавицата на носа и устата. Други възможности за приложение на етеричните масла в домашни условия включват **инхалации, топли и студени компреси**, добавянето им към готови **козметични продукти** за тяло или грижа за косата (5 - 6 капки на 100 ml продукт), ароматизиране и пречистване на въздуха чрез **аромалампа** или различни видове **натурални ароматизатори** (подходящи за тази цел са малки глинени съдове без глазура, парченца от необработено дърво и др). Аромалампите имат контейнер, в който се поставя определено количество вода (обикновено 20 мл). След като водата в изпарителния съд се затопли, се прибавят 5 – 6 капки етерично масло (чисто или комбинация).

Приложени върху тялото /чрез масаж, компреси, вана или включени в готови козметични продукти/ етеричните масла лесно преминават през кожата в организма, а могат да проникнат също и през стените на кръвоносните съдове и телесните тъкани, в крайна сметка разпространяват се по цялото тяло и по този начин действат не само външно и локално, но и вътрешно, като оказват въздействие върху редица важни жизнени функции – обменна, отделителна, ендокринна, имунобиологична. По този начин стимулират кръвообращението и обмяната на веществата. Парите от етеричните масла, вдишани чрез инхалация или аромалампа, в зависимост от състава им могат да окажат освежаващо, прочистващо, стимулиращо, релаксиращо, успокояващо, укрепващо, хармонизиращо, емоционално, антисептично и друго действие. Етеричните масла са динамични, защото влизат в тялото, оказват своето действие и го напускат. Една от причините да се разреждат е необходимостта от обезпечаване на продължителното им действие. Независимо от степента на разреждане те са ефикасни. В организма престояват около 3-4 часа като отключват оздравителния процес, който може да продължи няколко дни или седмици. Етеричните масла са динамични, защото действат на няколко нива едновременно – върху органи, тъкани, течности, клетки и фина енергия. Те притежават ценни биологични свойства – потискат развитието и убиват

микроорганизмите и паразитите /чревни, причинителите на краста по хора и животни/, т.е. имат бактериостатично, бактерицидно, вирусостатично, вирусоцидно, микостатично, микоцидно и паразитоцидно действие. Етеричните масла стимулират тъканната регенерация, подпомагат растежа на косата и съдействат за бързото заздравяване на рани, язви, възпаления. Те подпомагат имунните процеси като стимулират образуването на антитоксини, съдействат за формиране на фагоцити, стимулират увеличението на броя на левкоцитите /чрез масаж, инхалация, перорално/. Освен това етеричните масла подобряват кръвообръщението, намаляват мускулното напрежение и отоците, намаляват болките, усилват отделянето на урина, подобряват качеството на съня, ободряват, имат релаксиращо действие, намаляват стреса. Етеричните масла са синергични – те действат съвместно, в хармония. Най - ефективно се оказва смесването на две до пет етерични масла. Опитът е показал, че смесването на повече от пет етерични масла намалява лечебния ефект.

Внимание: За получаване на оптимален ефект от употребата на етеричните масла и избягване на възможни странични действия трябва да се спазват следните препоръки:

- Не приемайте етеричните масла вътрешно! Избягвайте контакти между етеричните масла и деликатните области около устата и очите.
- Прилагайте върху кожата само правилно разреждени етерични масла, внимателно следвайки рецептите и описаните методики. Изключения от това правило са маслото от лавандула и чаено дърво, които можете да прилагате неразредени, стига да не сте с много чувствителна кожа.
- Етеричните масла не бива да се използват без предварителна консултация с лекар при пациенти със сенна хрема и алергични заболявания.
- Всеки организъм проявява различна чувствителност към етеричните масла! Ако се колебаете за някое масло, направете тест като втриете няколко капки от масажната смес, съдържаща етерични масла, върху вътрешната страна на лакътната сгъвка, изчакайте 4-6 часа за реакция на организма. При прием чрез обонянието изчакайте няколко минути за странични реакции. **Ако се появи сърбеж, зачервяване или някаква друга реакция, не използвайте това масло върху този човек.**
- В случай, че поради невнимание етерично масло попадне в очите, използвайте малко количество базово масло за разреждане и попейте с мека кърпа преди да изплакнете очите си със студена вода. В случай на сериозен инцидент потърсете лекарска помощ.
- Преди слънчеви бани или облъчване със солукс и солариум да не се употребяват етерични масла от бергамот, грейпфрут, лимон, портокал, мандарина, и върбинка, тъй като са фототоксични и могат да предизвикат неравномерна пигментация на кожата. Тези масла използвайте вечер или поне четири часа преди да изложите кожата си на ултравиолетова светлина.
- Етеричните масла са запалими. Пазете далеч от огън.
- Етеричните масла не се препоръчват при хора със сериозни здравословни проблеми като астма, епилепсия, онкоболни. С предпазливост да се използват при възрастни и отпаднали хора.
- Повечето етерични масла не се препоръчват при бременни. Не се назначават на деца до 3 години, да се употребяват внимателно само след лекарска консултация при деца до 6 години.
- Етеричните масла да не се използват продължително време. Ежедневното нанасяне на една и съща комбинация от масла върху цялото тяло да бъде не повече от две седмици, след което може да се използва друга комбинация. Продължително прилагане на една и съща комбинация от масла за грижа за лицето е допустимо, понеже се третира малка част от тялото.

- **РОЗОВО ЕТЕРИЧНО МАСЛО /LA ROSE DE LA BULGARIE, ESSENTIELLE DE ROSE/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от ROSA DAMASCENA, сем. Розоцветни (Rosaceae)

Състав: ROSA DAMASCENA FLOWER OIL

Алергени: Citronellol, Geraniol, Eugenol, Linalool, Farnesol, Citral

Представяне: Притежава регенериращо, успокояващо и подмладяващо кожата действие. Подобрява тургора и еластичността. Нормализира дейността на мастните жлези. Подходящо за всякакъв тип кожа, особено - за чувствителна и дехидратирана. Добавено към лосиони и кремове, то оказва благоприятно въздействие върху зряла, суха, възпалена и чувствителна кожа, придавайки ѝ сияещ и свеж израз. Специална добавка към смеси за масаж и вана, намира широко приложение в много парфюми.

Домашна козметика:

Масло за лице, 30 мл: *подходящо за кожа със спукани капилари*

Масло Жожоба – 30 мл

Розово етерично масло – 4 капки

Етерично масло Здравец /Лайка/ – 3 капки

Парфюм от рози, 50 мл: *дарява хармония и душевен комфорт, балансира емоциите*

Розово етерично масло – 30 капки

Етерично масло от лимонена трева – 10 капки

Етерично масло сантал /иланг-иланг/ – 10 капки

Спирт – 20 мл

Вода – 30 мл

Етеричните масла се накапват в спирта, след което сместа се разрежда с вода.

- **НАТУРАЛНО ЛАВАНДУЛОВО МАСЛО /LAVENDER ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от LAVANDULA ANGUSTIFOLIA, сем. Устоцветни (Lamiaceae)

Състав: LAVANDULA ANGUSTIFOLIA OIL

Алергени: Linalool, Geraniol, Limonene

Представяне: Маслото притежава приятен аромат на лавандула с успокояващо и релаксиращо действие. Намалява напрежението при умствена умора, възбуда и безсъние. Почиства и овлажнява кожата, подпомага микроциркулацията. Ускорява процеса на подхранване и регенериране на клетките на кожата. Ефикасно средство против молци.

Домашна козметика

Спрей за лице, 200 мл: *възстановява загубата на вода от кожата*

Дестилирана вода – 200 мл

Етерично масло Лавандула – 5 капки

Етерично масло Салвия – 2 капки

Сместа се съхранява в бутилка с помпа-пулверизатор и се разклаща преди употреба. Нанася се с помощта на помпата или памучен тампон върху кожата на лицето два - три пъти дневно. Остава се да изсъхне естествено.

Омекотяващ крем за загубели ръце, 80 мл: *прониква дълбоко в епидермиса и прави кожата хидратирана и еластична*

Бадемово масло – 20 мл

Масло от гроздови семена – 10 мл

Масло от карите /ший/ - 50 мл

Етерично масло Лавандула – 5 капки

Етерично масло Розмарин – 5 капки

Базовите масла се разтопяват на водна баня и се разбъркват до хомогенизиране. Добавят се етеричните масла и отново всичко се разбърква добре. Докато е още топла, сместа се изсипва в подсушено бурканче. Затваря се с капачка след пълното изстиване на крема.

- **НАТУРАЛНО ХВОЙНОВО МАСЛО /JUNIPER NEEDLE OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от JUNIPERUS COMMUNIS, сем. Кипарисови (Cupressaceae)

Състав: JUNIPERUS COMMUNIS WOOD OIL

Алергени: Limonene, Linalool

Представяне: Регулира течността на организма, има стягащо действие при целулит и разширени вени /отпусната кожа/, премахва стрийте от кожата. Оказва добър ефект при мазна, раздразнена и склонна към акне кожа. Спомага за заличаване на пигментните петна. Добавено в козметика за коса, прави косъма лъскав и здрав, подпомага премахването на пърхута. Аромалампа с хвойново масло притежава релаксиращо и укрепващо действие.

Домашна козметика

Масажно масло за лице, 20 мл: *изглаждащ ефект при повяхнала и отпусната кожа*

Масло гроздови семена - 20 мл

Етерично масло Хвойна – 2 капки

Розово етерично масло – 1 капки

Домашна аптека

Масло срещу настинки, 50 мл: *има загаряващо действие, повишава имунитета*

Бадемово масло 50 мл

Етерично Масло Хвойна – 8 капки

Етерично Масло Евкалипт – 5 капки

Етерично Масло Розмарин – 3 капки

- **НАТУРАЛНО БОРОВО МАСЛО /PINE ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от PINUS SYLVESTRIS, сем. Борови (Pinaceae)

Състав: PINUS SYLVESTRIS OIL

Алергени: Limonene, Linalool

Представяне: Действа тонизиращо, освежаващо и ароматизиращо. Пречиства въздуха и ограничава разпространението на инфекциозни болести по въздуха. Избистря тена. Придава на кожата балансиран, гладък, обновен и сияещ вид. Подобрява микроциркулацията и укрепва косата. Аромалампа с масло от бор пречиства въздуха при настинка и грип.

Домашна козметика

Вана с енергизиращо действие: *създава спокойствие и бодрост*

15 до 20 капки борово етерично масло се накапват във вана, съдържаща 100-150 л вода с температура 28-37°C. Действие на ваната в продължение на 10-15 минути.

Маска за коса, 50 мл: *подхранващо и тонизиращо действие*

Масло пшеничен зародиш – 30 мл

Бадемово масло – 20 мл

Борово етерично масло – 8 капки

Етерично масло Розмарин – 6 капки

- **НАТУРАЛНО КОРИАНДРОВО МАСЛО /CORIANDER ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от CORIANDRUM SATIVUM, сем. Сенникоцветни (Umbelliferae/Apiaceae)

Състав: CORIANDRUM SATIVUM FRUIT OIL

Алергени: Linalool, Limonene, Geraniol

Представяне: Маслото притежава нежен подправъчен аромат, внася приятна и интересна нотка в смесите за масаж. Въздейства благоприятно за облекчаване на стрес и раздразнителност, помага при мускулни спазми. При предозиране възпалява кожата. Аромалампа или вана с кориандрово масло, особено в комбинация с иглолистни (борово, елово) масла има освежаващо и ободряващо действие.

Домашна аптека:

Топъл компрес: *загаряващо действие при артритни и ревматични болки и навяхвания*

Топла вода – 2 л

Етерично масло Кориандър – 7-8 капки

Напоява се памучна кърпа със сместа, изстиска се добре, поставя се на съответните места и се покрива със суха кърпа за запазване на топлината. Остава се да действа около 30 минути, процедурата може да се повтори няколко пъти на ден.

Натурален дезодорант, 120 мл: *намалява отделянето на пот и действа противовъзпалително /кориандровото масло потиска развитието на бактериите под мишниците, които са причина за появата на неприятна миризма/*

Етерично масло Кориандър – 5 капки

Етерично масло Кипарис – 5 капки

Гераниево етерично масло /Индрише/ – 5 капки

Спирт – 20 мл

Лавандулова /Лайкова/ вода – 100 мл

Смесват се всички съставки в шише с помпа. Разклаща се добре преди употреба.

- **НАТУРАЛНО БОСИЛКОВО МАСЛО /BASIL ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от OCIMUM BASILICUM, сем. Устоцветни (Lamiaceae)

Състав: OCIMUM BASILICUM HERB OIL

Алергени: Linalool, Eugenol, Limonene, Citronellol, Geraniol

Представяне: Маслото притежава възстановяващо, ободряващо и освежаващо действие. Прекрасно средство за подобряване на микроциркулацията, прочистване на кожата от токсини и стимулиране на клетъчната регенерация. Стимулира кожното кръвообръщение, подобрява обмяната на веществата, прочиства и възстановява изпънатостта и еластичността на кожата, подпомага кожните регенеративни процеси. Аромалампа или вана с босилково масло се препоръчва при умствена преумора, стрес, нервно напрежение, безсъние.

Домашна козметика:

Масажно масло за тяло, 50 мл: *препоръчва се при настинка и грип*

Босилково етерично масло – 5 капки

Етерично масло Лимонена трева - 3 капки

Етерично масло Евкалипт – 5 капки

Бадемово масло – 50 мл

Маска за лице: *препоръчва се при намалена регенеративна способност и отпусната кожа*

Кисело мляко – 2 супени лъжици

Пчелен мед – 1 супена лъжица

Масло гроздови семена – 1 супена лъжица

Босилково етерично масло – 5 капки

Нанася се върху лицето и се оставя да действа 15 – 20 минути.

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ БЯЛ РАВНЕЦ /MILFOIL ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от ACHILLEA MILLEFOLIUM, сем. Сложноцветни (Asteraceae)

Състав: ACHILLEA MILLEFOLIUM OIL

Алергени: Limonene, Linalool

Представяне: Притежава изразено успокояващо и регенериращо действие при различни видове кожни раздразнения. Предназначено е за влагане в масажни смеси, като добавка към водата за вана или към козметични средства за кожата или косата и др. Аромалампа или вана с масло от бял равнец оказват общотонизиращо и укрепващо действие.

Домашна козметика

Парна баня за лице: *елиминира токсините и пречиства кожата*

В 2 литра кипяща вода се добавят 6-8 капки етерично масло от бял равнец.

Покрийте главата с хавлиена кърпа и задръжте лицето под въздействие на парата около 10-15 минути.

Масло за лице, 30 мл: *омекотяващ ефект при суха, чувствителна и раздразнена кожа*

Маслен извлек от жълт кантарион или арганово масло – 30 мл

Етерично масло Бял равнец – 5 капки

Гераниево етерично масло /Индрише/ – 2 капки

• **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ РЕЗЕНЕ /SWEET FENNEL ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от FOENICULUM VULGARE, сем. Сенникоцветни (Apiaceae)

Състав: FOENICULUM VULGARE DULCE FRUIT OIL

Алергени: Limonene

Представяне: Действа ободряващо, има антиоксидантно действие, подобрява тургура на кожата и подпомага регенеративните процеси. Масажи с резенево масло упражняват антицелулитен ефект като стимулират детоксикацията и предотвратяват задържането на течности. Вода за уста с няколко капки етерично масло от резене освежава устната кухина и има добър ефект при възпаление на лигавицата и венците.

Домашна козметика:

Маска за лице: *подходяща при суха и застаряваща кожа, забавя появата на бръчки*

Хума – 2 супени лъжици

Разова вода – 4 супени лъжици

Масло от кайсиеви ядки – 1 супена лъжица

Етерично масло Резене – 5-6 капки

• **НАТУРАЛНО МЕНТОВО МАСЛО /CORNMINT ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от MENTHA ARVENSIS (полска мента), сем. Устоцветни (Lamiaceae)

Състав: MENTHA ARVENSIS LEAF OIL

Алергени: Linalool

Представяне: Притежава охлаждащ и успокояващ кожата ефект. Стимулира отделянето на себум, полезно за дълбоко почистване на лицето. Подходящо за масаж на корените на косата, тъй като засилва притока на кръв. Аромалампа с ментово масло има стимулиращо действие, засилва аналитичното мислене и генерирането на нови идеи.

Домашна аптека:

Студен компрес: *добро действие при главоболие*

Ледена вода – 1 л

Ментово етерично масло – 5 капки

Етерично масло Лавандула – 2 капки

Намокря се памучна материя с тази смес и се поставя на челото за 15 – 20 минути.

Процедурата може да се повтори няколко пъти.

Вана: *благоприятно действие при кожни раздразнения*

Етерично Масло Мента – 5 капки

Етерично Масло Чаено дърво – 5 капки

Етерично Масло Бергамот – 5 капки

Маслата се накапват в 100 – 150 л вода с температура 28-37°C, време за действие на ваната: 10-15 минути.

• **НАТУРАЛНО ЕВКАЛИПТОВО МАСЛО /EUCALYPTUS ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от EUCALYPTUS GLOBULUS сем. Миртови /Myrtaceae/

Състав: EUCALYPTUS GLOBULUS LEAF OIL

Алергени: Limonene

Представяне: Маслото притежава регенериращо и освежаващо действие, подобрява микроциркулацията, повишава еластичността при отпусната кожа. Подходящо за масажи при изтощена коса и пърхот. Уханието на евкалипт повишава енергията, помага при физическа

слабост и дисбаланс. Ликвидира чувството за умора и повдига настроението. Аромалампа или ароматизатори с евкалиптово масло действат тонизиращо и отстраняват неприятния мирис в помещения (напр. тютюнев дим) и пропъждат насекоми (комари).

Домашна козметика:

Спортно масажно олио, 50 мл: *за разтриване при мускулни болки*

Масло от кайсиеви ядки - 25 мл

Бадемово масло - 25 мл

Етерично масло Евкалипт – 5 капки

Етерично масло Мента – 5 капки

Етерично масло Розмарин – 5 капки

Интензивна маска за проблемна кожа с акне: *стягащо действие, намалява разширените пори*

Хума – 1 супена лъжица

Вода – 1 супена лъжица

Етерично масло Евкалипт - 2 – 3 капки

Време за действие: 20 – 30 минути

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ РОЗМАРИН /ROSEMARY ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от ROSMARINUS OFFICINALIS, сем. Устоцветни (Lamiaceae)

Състав: ROSMARINUS OFFICINALIS LEAF OIL

Алергени: Limonene, Linalool

Представяне: Стимулира клетъчната регенерация, поддържа свежестта и еластичността на кожата, извлича излишните течности и премахва подпухналостта. Много добро действие при мазна кожа с разширени пори. Стимулира растежа на косата, тонизира скалпа, прави мазната коса жива и блестяща. Има добро антицелулитно действие.

Домашна козметика:

Масажно масло „След тренировка“, 50 мл: *за отпускане на уморените мускули и сухожилия*

Масло от жожоба – 25 мл

Сусамово масло – 25 мл

Етерично масло Розмарин – 5 капки

Етерично масло Канела – 6 капки

Етерично масло Лимон – 5 капки

Антицелулитно масло, 50 мл: *използва се в програми за редукция на теглото*

Масло от кайсиеви ядки – 50 мл

Етерично масло Розмарин – 5 капки

Етерично масло Хвойна – 4 капки

Етерично масло Кедър – 5 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ПОРТОКАЛ /SWEET ORANGE ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от CITRUS SINENSIS, сем. Седефови /Rutaceae/

Състав: CITRUS SINENSIS PEEL OIL EXPRESSED

Алергени: Limonene, Geraniol, Linalool, Citral

Представяне: „Масло на слънчевата усмивка“ – действа ободряващо и енергизиращо. Има почистващ ефект, спомага за стягане и тонизиране на кожата, засилва клетъчната регенерация. Особено ефективно при мазна и склонна към акне кожа. Засилва метаболизма. Да не се използва преди излагане на слънце. Аромалампа с портокалово масло неутрализира неприятните мирисми в помещенията и повишава настроението.

Домашна козметика:

Маска за кожата на шията и деколтето: *маската съчетава стягащия ефект на кафето, подхранващия на авокадото и тонизиращия на маслото от портокал*

1 авокадо, смачкано на пюре

Смляно кафе - 1-2 чаени лъжици

Масло от кайсиеви ядки – 1 чаена лъжица

Етерично масло Портокал – 5 капки

Нанася се вечер върху шията и деколтето и престоява 20-30 минути, след което се измива.

- **НАТУРАЛНО ГЕРАНИЕВО МАСЛО /GERANIUM ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от PELARGONIUM GRAVEOLENS, сем. Здравецови /Geraniaceae/

Състав: PELARGONIUM GRAVEOLENS OIL

Алергени: Citronellol, Geraniol, Linalool, Citral, Limonene

Представяне: Ценно масло за кожата – регулира производството на себум, извлича токсините и течностите, свива разширени пори, забавя появата на бръчки. Свеж цветисто-розов и топъл аромат – носи настроение и баланс. Аромалампа с герианиево масло уравновесява резките колебания в настроението, дарява емоционална стабилност.

Домашна козметика:

Крем за суха кожа, 100 мл: *запазва кожата мека и еластична, предпазва от напукване и лющене*

Пчелен восък – 10 гр

Масло от карите – 20 гр

Масло от кайсиеви ядки – 70 мл

Герианиево етерично масло (масло от индрише) – 10 капки

Пчелният восък и базовите масла се разтопяват на водна баня (при температура около 60°C) и се хомогенизират. Добавя се герианиевото етерично масло и отново всичко се разбърква добре. Докато е още топла, сместа се изсипва в подсушено бурканче. Затваря се с капачка след пълното изстиване на крема.

Ароматни соли за вана: *отморяват и успокояват мускулите*

Морска сол (натриев хлорид) – ½ чаша

Сода за хляб (натриев бикарбонат) – ½ чаша

Герианиево етерично масло (масло от индрише) – 12 капки

Етерично масло Лавандула – 10 капки

Смесват се сухите съставки и се добавят етеричните масла, като се разбърква добре. За баня за крака се използва ¼ до ½ чаша соли за вана, а за цяла вана – 1 чаша.

- **НАТУРАЛНО ЛИМОново МАСЛО /LEMON ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от CITRUS LIMON, сем. Седефови /Rutaceae/

Състав: CITRUS LIMON PEEL OIL

Алергени: Limonene, Citral, Linalool, Geraniol

Представяне: Натурален продукт с освежаващо, енергиризащо и ревитализиращо действие. Помага при проблемна и мазна кожа, има избелващо действие, премахва луничките, избистря тена и подобрява цвета на лицето. Използва се за изсветляване на светли коси. Да не се нанася върху кожата преди излагане на слънце и солариум.

Домашна козметика:

Вода за изплакване на руса коса: *придава на косите златист цвят, лъскавина и здравина*

Вода – 1 литър

Етерично масло Лимон – 5 капки

Етерично масло Лайка – 3 капки

Преди употреба се разбърква, за да се диспергира маслото.

Парна баня за лице: *при мазна и замърсена кожа*

В 2 литра кипяща вода се добавят 6-8 капки етерично масло от лимон.

Покрийте главата с хавлиена кърпа и задръжте лицето под въздействие на парата около 10-15 минути.

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ЧАЕНО ДЪРВО /TEA TREE ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от MELALEUCA ALTERNIFOLIA, сем. Миртови (Myrtaceae)

Състав: MELALEUCA ALTERNIFOLIA LEAF OIL

Алергени: Limonene

Представяне: Маслото от чаено дърво е най-ефикасното природно бактерицидно средство. Съдържа над 90 антибактериални съставки, има антисептично действие. Добър тоник, хидратира, почиства и дезинфекцира кожата, нормализира работата на мастните жлези. Помага при проблемна кожа, акне, гнойни пъпки, обриви. Укрепва косата и отстранява пърхота. Облекчава сърбежа след ухапване от насекоми. Има много силни противовъзпалителни и ускоряващи заздравяването на рани свойства, при това не дразни кожата и не предизвиква алергии. Изчиства устната кухина, премахва неприятната миризма и възпалението на венците. Аромалампа с масло от чаено дърво спомага за ограничаване на разпространението на инфекции по въздуха.

Домашна козметика:

Масло за тяло, 50 мл: *облекчава мускулните болки след физическо натоварване*

Бадемово масло – 50 мл

Етерично Масло Чаено дърво – 7 капки

Етерично Масло Хвойна – 5 капки

Тоник за лице, 50 мл: *подходящ при кожа, склонна към акне*

Лайкова вода – 50 мл

Етерично масло Чаено дърво – 5 капки

Етерично масло Лавандула – 5 капки

Преди употреба се разклаща!

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ИЛАНГ - ИЛАНГ /YLANG YLANG ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от CANANGA ODORATA, сем. Annonaceae

Състав: CANANGA ODORATA FLOWER OIL

Алергени: Linalool, Benzyl Benzoate, Benzyl Salicylate, Farnesol, Geraniol, Benzyl Alcohol, Eugenol, Isoeugenol.

Представяне: Масло със силен, пикантен, омайващ аромат. Има релаксиращо и облекчаващо сърдечната и дихателната дейност действие. Много добре повлиява както мазна, така и суха и комбинирана кожа, действа успокояващо при кожни раздразнения и зачервявания. Регулира производството на себум. Повлиява добре изтощени и боядисани коси. Укрепва ноктите. Аромалампа с масло от Иланг-иланг се използва при безпокойство и нервно напрежение.

Домашна козметика:

Масло за тяло, 50 мл: *релаксиращ ефект*

Базово масло (бадемово, пшеничен зародиш) – 50 мл

Етерично масло Иланг-иланг – 8 капки

Етерично масло Лимон – 6 капки

Антицелулитен скраб: *изглаждащ ефект*

Смляно кафе – 2 суп. лъжици

Бадемово масло – 50 мл

Етерично масло Иланг-иланг – 5 капки

Етерично масло Лимон – 4 капки

Етерично масло Хвойна – 4 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ БЕРГАМОТ (BERGAMOT ESSENTIAL OIL)**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО ОТ CITRUS BERGAMIA, сем. Седефови (Rutaceae)

Състав: CITRUS BERGAMIA LEAF OIL

Алергени: Limonene, Linalool

Представяне: Свежото и чисто ухание на бергамот действа балансиращо, прогонва меланхолията и безсънието. Дезинфекцира и ароматизира въздуха. Подходящо за приготвяне

на домашни защитни средства срещу комари и насекоми. Увеличава свойството на кожата да произвежда меланин и често се влага в препарати за придобиване на слънчев тен, но може да предизвиква свръхпигментация на кожата, ако се приложи преди излагане на слънце. Не е подходящо за хора със светла кожа и при хора с много големи бенки.

Домашна козметика:

Масажно масло за отпускане на гърба, 50 мл: *премахва напрежението в мускулите*

Бадемово масло – 50 мл

Етерично масло Бергамот – 8 капки

Етерично масло Здравец – 2 капки

Етерично масло Лавандула – 3 капки

Аромалампа: *освежаващо и хармонизиращо действие*

Етерично масло Бергамот – 4 капки

Етерично масло Маточина – 2 капки

Етерично масло Салвия – 2 капки

Затоплена вода – 20 мл в контейнера на лампата

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ КАНЕЛА (CINNAMOM ESSENTIAL OIL)**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от CINNAMOMUM ZEYLANICUM, сем. Лаврови (Lauraceae)

Състав: CINNAMOMUM ZEYLANICUM LEAF OIL

АЛЕРГЕНИ: Eugenol, Linalool, Benzyl Benzoate, Cinnamal, Cinnamyl Alcohol, Coumarin.

Представяне: Маслото е с топъл, подправъчен, сладко-ориенталски, специфичен аромат. Има тонизиращи и възбуждащи свойства, ободрява сетивата. Усилва потенето и сгрыва, облекчава симптомите на настинка и грип. Подобрява кръвоснабдяването на кожата и корените на косата. Ароматът му се свързва с домашния уют и топлина. Неутрализира неприятните миризми. Аромалампа с канелено масло действа общотонизиращо и възстановяващо.

Домашна козметика:

Масло за тяло, 50 мл: *при телесно изтощение, засилва обмяната на веществата*

Бадемово масло – 50 ml

Етерично масло Канела - 8 капки

Етерично масло Розмарин - 5 капки

Захарен скраб с канела: *ексфолиращо действие, подпомага естествената регенерация на кожата*

Кафява захар – 5 суп. лъжици

Пчелен мед – 4 суп. лъжици

Етерично масло Канела – 5 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ КАРАМФИЛ /CLOVE ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от EUGENIA CARYOPHYLLUS, сем. Миртови (Myrtaceae)

Състав: EUGENIA CARYOPHYLLUS FLOWER OIL

Алергени: Eugenol, Linalool, Isoeugenol

Представяне: Масло със силен, пикантен, омайващ аромат. Прогонва насекомите. Притежава общоподсилващо и тонизиращо действие. Много добре повлиява както мазна, така и суха и комбинирана кожа, действа успокояващо при кожни раздразнения, зачервявания и ухапвания от насекоми. Регулира производството на себум. Укрепва корените на косата. Ароматизираща лампа с масло от Карамфил проявява силно дезинфекционно действие, препоръчва се за прогонване на молци и комари.

Домашна козметика:

Масло при ухапване от насекоми, 30 мл: *отблъсква насекомите и облекчава кожни раздразнения при ухапване от насекоми*

Масло от пшеничен зародиш – 30 мл

Етерично масло Карамфил – 2 капки

Етерично масло Евкалипт – 2 капки

Етерично масло Мента – 2 капки

Освежаваща вода за уста, 300 мл: *добро средство за орална хигиена, ефективна при възпаление на венците*

Към 300 мл вода прибавете

Етерично масло Карамфил – 3 капки

Етерично масло Мащерка – 3 капки

Етерично масло Мента – 3 капки

Да се разклаща преди употреба!

Съвет:

Намажете болен зъб или афта с памуче, напоено с 1 капка карамфилово масло – ще облекчи болките до оказване на компетентна медицинска помощ.

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ВИРГИНСКИ КЕДЪР /VIRGINIAN CEDARWOOD ESSENTIAL OIL /**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от ВИРГИНСКИ КЕДЪР, сем. Кипарисови (Cupressaceae)

Състав: JUNIPERUS VIRGINIANA OIL

Алергени: не съдържа

Представяне: Ароматът от кедър усилва притока на нова енергия, прочиства и обновява аурата. Има тонизиращ и подмладяващ кожата ефект, балансира дейността на мастните и потните жлези, успокоява скалпа, ефективно средство срещу пърхот. Маслото от кедър е известно с антицелулитното си действие. Подходящо е за направа на ароматни торбички и сашета за гардероб.

Домашна козметика:

Загряващо масло при простуда, 50 мл:

Масло гроздови семена – 20 мл

Масло пшеничен зародиш – 15 мл

Масло Жожоба - 15 мл

Етерично Масло Кедър - 5 капки

Етерично Масло Евкалипт - 5 капки

Етерично Масло Портокал - 5 капки

Аромалампа: *стимулиращо и антисептично действие*

Етерично Масло Кедър – 2 капки

Етерично масло Босилек – 1 капки

Етерично Масло Портокал – 1 капки

Затоплена вода – 20 мл

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ КИПАРИС /CYPRESS ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от CUPRESSUS SEMPERVIRENS, сем. Кипарисови (Cupressaceae)

Състав: CUPRESSUS SEMPERVIRENS OIL

Алергени: Citral, Linalool, Limonene

Представяне: Маслото повишава емоционалната стабилност. Има успокояващо и отпускащо действие. Подходящо при мазна кожа и за потискане на прекомерното потене. Директно прилагано върху кожата регулира метаболизма, тонизира, освежава, укрепва вените, има съдосвиващо, антисептично, отпускащо и детоксикиращо действие, предпазва от появата на стрии при промени в телото.

Домашна козметика:

Вана: *тонизира и освежава тялото, стимулира обмяната на веществата*

Етерично Масло Кипарис – 7 капки

Етерично Масло Хвойна – 6 капки

Етерично Масло Лавандула – 5 капки

Маслата се накапват в 100 – 150 л вода с температура 28-37°C, време за действие на ваната: 10-15 минути.

Антицелулитно масло след вана, 50 мл: *активизира обмяната на веществата, подобрява лимфодренажа и тонуса на кожата*

Масло от кайсиеви ядки – 20 мл.

Масло пшеничен зародиш – 30 мл.

Етерично Масло Кипарис – 7 капки

Етерично Масло Пачули – 3 капки

Етерично Масло Лимон – 3 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ЛИМОНЕНА ТРЕВА /LEMONGRASS ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от CYMBOPOGON CITRATUS, сем. Житни (Poaceae)

Състав: CYMBOPOGON CITRATUS LEAF OIL

Алергени: Citral, Geraniol, Limonene, Linalool, Citronellol, Eugenol

Представяне: Маслото притежава мощно антицелулитно и тонизиращо действие, повлиява добре мазната кожа със запушени пори, освежава тена. Намалява тъмните кръгове под очите, стимулира кръвообращението и заздравява съединителната тъкан. Приложено чрез вана или аромалампа намалява стреса и изпълва с бодрост.

Домашна козметика:

Тонизиращо масло за тяло, 50 мл: *прилага се след тренировки за намаляване на мускулната треска*

Масло кайсиеви ядки - 25 мл

Бадемово масло - 25 мл

Етерично масло Лимонена трева - 8 капки

Етерично масло Розмарин - 5 капки

Етерично масло Босилек - 2 капки

Масло за лице за мека и сияеща кожа, 20 мл: *подходящо за мазна кожа, не се препоръчва за суха и чувствителна кожа*

Масло пшеничен зародиш – 20 мл

Етерично масло Лимонена трева – 2 капки

Етерично масло Иланг иланг – 1 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ МАНДАРИНА /MANDARINE ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от плодови кори на CITRUS RETICULATA, сем. Седефови, (Rutaceae)

Състав: CITRUS RETICULATA PEEL OIL

Алергени: Limonene, Linalool

Представяне: Има общоуспокоително действие, предизвиква отпускане на гладката мускулатура. Повишава настроението. Аромалампа с масло от мандарина носи жизнерадост и позитивизъм. Известно е със свойството си да предпазва кожата от образуване на стрии и да подобрява състоянието на вече съществуващите. Подходящо за мазна и смесена кожа, има добро действие при акне и запушени пори. Да не се използва преди излагане на слънце, защото може да причини пигментиране на кожата. Забавя процесите на стареене, включително побеляването на косата, подхранва и овлажнява скалпа, намалява косопада.

Домашна козметика:

Вода за изплакване на тъмна коса: *тонизира, освежава, намалява косопада*

Вода – 1 литър

Етерично масло Мандарина – 6 капки

Етерично масло Розмарин – 6 капки

Преди употреба се разбърква, за да се диспергира маслото.

Масло за лице, 20 мл: *добро действие при акне и запушени пори*

Масло пшеничен зародиш – 20 мл

Етерично масло Мандарина – 2 капки

Етерично масло Здравец – 2 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ПАЧУЛИ /PATCHOULI ESSENTIAL OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от POGOSTEMON CABLIN, сем. Устоцветни (Lamiaceae)

Състав: POGOSTEMON CABLIN OIL

Алергени: не съдържа

Представяне: Маслото придава еластичност на кожата, регулира мастната секреция. Има стягащ порите ефект. Маслото се препоръчва при много кожни оплаквания – напукана кожа, акне, изгаряния, спомага за заличаване на стари белези. Има отводняващо действие и се използва при третиране на целулита. Аромалампа с масло от пачули преборва унилостта и тревожността.

Домашна козметика:

Масло за заличаване на белези, 30 мл: *добро действие и при кожа с акне*

Масло Жожоба – 30 мл

Етерично масло Пачули – 3 капки

Етерично масло Лавандула – 3 капки

Етерично масло Роза – 1 капки

Нанася се сутрин и вечер върху почистена кожа в продължение на 6 месеца.

Релаксираща вана:

Етерично масло Пачули – 10 капки

Етерично масло Иланг-иланг – 7 капки

Маслата се накапват в 100 – 150 л вода с температура 28-37°C, време за действие на ваната: 10-15 минути.

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ САЛВИЯ (CLARY SAGE ESSENTIAL OIL)**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от SALVIA SCLAREA, сем. Устоцветни (Lamiaceae)

Състав: SALVIA SCLAREA OIL

Алергени: Linalool, Geraniol, Limonene

Представяне: Притежава подчертано успокояващо действие, повишава настроението. Добро средство срещу униние и тревожност. Аромалампа с масло от салвия помага при силно нервно напрежение. Маслото е подходящо при мазен тип кожа и коса, регулира производството на себум, спомага за намаляване на пърхота, редуцира целулита.

Домашна козметика

Подхранващо масло за коса, 50 мл: *добро действие при мазна коса и пърхот*

Арганово масло – 25 мл

Масло Пшеничен зародиш – 25 мл

Етерично масло Салвия – 6 капки

Етерично масло Босилек – 5 капки

Втрива се в корените на косата и се оставя да действа 30 минути, след което косата се измива.

Масажно масло за тяло, 50 мл: *при мускулни болки, в резултат на физически натоварвания*

Бадемово масло – 50 мл

Етерично Масло Салвия – 5 капки

Етерично Масло Босилек – 5 капки

Етерично Масло Лавандула – 5 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ МАЩЕРКА (THYME ESSENTIAL OIL)**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО ОТ THYMUS SERPILLUM, сем. Устоцветни (Lamiaceae)

СЪСТАВ: THYMUS SERPILLUM OIL

Алергени: Linalool, Geraniol, Limonene

Представяне: Освежава и дезинфекцира въздуха. Масажи и вани с масло от Мащерка имат загряващ ефект, спомагат за бързо възстановяване при простуда, физическа и умствена умора,

за повишаване на работоспособността и концентрация на вниманието. Добре повлиява възпалена и раздразнена кожа.

Домашна козметика:

Топъл компрес за лице: *подобрява кожното кръвообръщение, освобождава порите на кожата от замърсители и токсини.*

Топла вода – 300 мл

Етерично масло Мащерка – 3 капки

Етерично масло Лавандула – 2 капки

Етерично масло Лимон – 1 капка

Потопя се памучна кърпа в сместа и се поставя върху лицето. Отгоре се поставя суха хавлиена кърпа за продължително запазване на топлината.

Оставя се да действа за 10 – 15 мин. Процедурата може да се повтори няколко пъти последователно.

Масажно масло за тяло, 50 мл: *общотонизиращо и стимулиращо действие при простуда*

Масло от гроздови семена – 50 мл

Етерично Мащерка – 6 капки

Етерично Евкалипт – 4 капки

Етерично Лавандула – 4 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ МАТОЧИНА (MELISSA OFFICINALIS LEAF OIL)**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от MELISSA OFFICINALIS, сем. Устоцветни /Lamiaceae/

Състав: MELISSA OFFICINALIS LEAF OIL

Алергени: Citral, Citronellal, Linalool, Geraniol

Представяне: Получава се чрез дестилация с водна пара на свежа надземна част на растението *Melissa officinalis*, но поради високата му цена често се прибегва и до съвместна дестилация с лимоново, лемонграсово и цитронелово масло. Такива масла в търговията се отбелязват като *Lemon Melissa*, *Melissa Indicum* или *Melissa Citratum*. Чистото масло от Маточина почиства и витализира кожата, регулира производството на себум. Има стягащ и тонизиращ ефект. Благодарение на свежия си лимонов аромат е желана добавка към смеси за масаж, вана и аромалампа.

Домашна козметика:

Масажно масло за тяло, 50 мл: *оказва едновременно релаксиращо и тонизиращо действие, повдига настроението*

Масло от гроздови семена – 50 мл

Етерично масло Маточина – 6 капки

Етерично масло Канела /Карамфил/ – 3 до 4 капки

Хидратиращ лосион за лице, 60 мл: *подходящ за суха и чувствителна кожа*

Флорална вода /розова, лавандулова/ – 50 мл

Глицерин – 10 мл

Етерично масло Маточина – 5 до 6 капки

Сместа се разбърква и се нанася с памуче върху кожата.

Водите, получени при дестилация на етерични масла от различни растения, се наричат още хидрозоли или флорални води. Те са идеални за почистване и освежаване на кожата. Вместо тях може да се използва и билкова отвара, например от рози, лавандула, лайка, невен. В този случай лосионът има по-малък срок на трайност /около 1 седмица/.

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ЖЪЛТ КАНТАРИОН (HYPERICUM PERFORATUM OIL)**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от HYPERICUM PERFORATUM, сем. Звънкови /Hypericaceae/

Състав: HYPERICUM PERFORATUM OIL

Представяне: Притежава регенериращо, успокояващо и подмладяващо кожата действие. Подобрява тургора. Подходящо за всякакъв тип кожа, особено - за чувствителна и

дехидратирана. Добавено към лосиони и кремове, то оказва благоприятно въздействие върху кожата при зачервяване и изгаряния.

Домашна козметика:

Домашен мехлем с масло от жълт кантарион, 100 мл: *подходящ при изгаряния включително и слънчеви*

Пчелен восък – 10 гр

Масло от карите – 20 гр

Какаово масло /масло от ший/ – 10 гр

Зехтин /Масло от кайсиеви ядки/ – 60 мл

10 капки етерично масло от жълт кантарион

Разбърква се пчелния восък /настърган/ със зехтина, какаовото масло и маслото от карите на водна баня до пълно хомогенизиране. Прекратява се нагряването и се добавя етеричното масло, като отново се разбърква добре. Докато е още топла, сместа се изсипва в подсушено бурканче. Затваря се с капачка след пълното изстиване на крема. Маслото от жълт кантарион има почистващо и освежаващо действие, стимулира производството на епителни клетки, подходящо е за мазна кожа със замърсени пори.

• **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ЗДРАВЕЦ /GERANIUM MACRORRHIZUM HERB OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от GERANIUM MACRORRHIZUM, сем. Здравецови /Geraniaceae/

Състав: GERANIUM MACRORRHIZUM HERB OIL

Алергени: Geraniol

Представяне: Съдържащите се в здравецовото етерично масло съставки, сред които азулени, проявяват противовъзпалително и успокоително действие върху кожата. Добавено в козметични продукти и масажни смеси засилва техния ефект и им придава свеж аромат.

Домашна козметика:

Преди употреба стъкления флакон се затопля на водна баня при температура 40 – 45°C, за да може маслото да се дозира на капки.

Старинна рецепта за крем срещу бръчки, 100 мл: *спомага за предотвратяване появата на бръчки и премахване на съществуващите*

Какаово масло – 30 гр

Кокосово масло – 30 гр

Масло от пшеничен зародиш – 40 мл

Розова вода – 20 мл

Етерично масло от здравец – 6 капки

Гераниево етерично масло (масло от индрише) – 5 капки

На водна баня се поставя съд с какаовото, кокосовото и маслото от пшеничен зародиш. Сместа се бърка като не трябва да заври. Добавя се и розовата вода и разбъркването продължава. Отстранява се от котлона, добавят се етеричните масла. Преди дозиране на здравецовото масло, то се затопля при 40 – 45°C докато приеме течна консистенция. Кремът се разбърква още известно време докато се охлади и се изсипва в чисто стъклено бурканче с винтова капачака.

• **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ЛАЙКА НЕМСКА /ОБИКНОВЕНА/, GERMAN CHAMOMILE OIL /MATRICARIA RECUTITA FLOWER OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от MATRICARIA RECUTITA, сем. Сложноцветни /Asteraceae/

Състав: MATRICARIA RECUTITA FLOWER OIL

Алергени: Limonene, Linalool

Представяне: Етеричното масло от немска лайка има отлично успокояващо, овлажняващо и регенериращо въздействие върху кожата, което се дължи на съдържащите се в него алфа

бизаболол и азулени (азулен, вербазулен, хамазулен). Прекрасно средство за добавка към маски и лосиони за чувствителна кожа.

Домашна козметика:

Лосион при слънчеви изгаряния, 50 мл: *прилага се при зачервена кожа, включително и след слънчеви бани*

Арганово масло – 25 мл

Масло Пшеничен зародиш – 25 мл

Етерично масло Лайка немска – 6 капки

Етерично масло Жълт кантарион – 5 капки

Регенериращо масло, 50 мл: *поддържа еластичността на кожата и спомага за регенерацията на колагеновите връзки, помага при охлузвания и кожни раздразнения*

Бадемово масло /Зехтин/ – 50 мл

Етерично Масло Лайка немска /обикновена/ – 5 капки

Етерично Масло Босилек – 5 капки

- **НАТУРАЛНО МАСЛО ОТ ЛАЙКА РИМСКА, ROMAN CHAMOMILE OIL /ANTHEMIS NOBILIS FLOWER OIL/**

Съдържание: 100% ЕТЕРИЧНО МАСЛО от ANTHEMIS NOBILIS, сем. Сложноцветни /Asteraceae/

Състав: ANTHEMIS NOBILIS FLOWER OIL

Алергени: Farnesol

Представяне: Етеричното масло от римска лайка има аналогично действие на маслото от обикновена лайка, макар че съдържа по-малко азулени от него. Успокоява зачервена и раздразнена кожа, като я овлажнява и регенерира. Добавено към продукти за коса придава на косите златист цвят, здравина и лъскавина.

Домашна козметика:

Масло за блестяща коса, 50 мл: *поддържа косата красива и се грижи за кожата на скалпа*

Арганово масло /Масло от жожоба/ – 25 мл

Бадемово масло – 25 мл

Етерично масло Лайка римска – 7 капки

Етерично масло Салвия /Розмарин/ – 5 капки

Втрива се в корените на косата и се оставя да действа 30 минути, след което косата се измива.

Масажирането на скалпа стимулира кръвообръщението и регулира мастната секреция.

Редовната употреба /веднъж седмично/ прави косата блестяща и еластична.

Лосион за след бръснене, 50 мл: *освежава и успокоява неразположението върху кожата след бръснене*

Лайкова или друга етеричномаслена /флорална/ вода – 50 мл

Масло от пшеничен зародиш – 20 – 30 капки

Етерично Масло Лайка римска – 7 капки

Етерично Масло Лавандула /Мента или Чаено дърво/ – от 4 до 5 капки

Сместа се хомогенизира и се налива във флакон /може с пулверизатор/. Преди употреба се разклаща и се нанася или напръсква върху кожата, леко се масажира, оставя се да престои няколко минути и с леко потупване се подсушава с мека кърпа.