Õli

Rosmariiniõli

// {Rosemarinus officinalis} //
on õlide seas üks tõhusamaid stimulaatoreid.
Värskendab mälu, soodustab keskendumist ja selget mõtlemist. Asjatundjad soovitavad kasutada õli juuste hooldamiseks (veidi õli piserdada juukseharjale või šampooni), massazh- ja nahahooldusõlide koostises. Lihastevalu ja väsimust vähendab ravivann (kuni 6 tilka vannivette). Peavalu leevendamiseks määrida otsaesist, meelekohti ja kukalt.

Kasutamine: massaazh, vann, inhalatsioon, lõhnalamp (8 tilka), aerosoolid, lõhnapall. Lahjendamisel alus-õliga piirduda 1,5-3% lahusega (2-3 tilka 100 tilga kohta).

Bergamotiõli

{Citrus bergamia}

Ylang ylang

{Cananga odorata}

Piparmündiõli

{Mentha piperita}

Teepuuõli

{Melaleuca alternifolia}

Lavendliõli

{Lavendula angustifolia}

Eukalüpt

{Eucalyptus polybraktea}

Apelsiniõli

{Citrus aurantium}

– 24. 02. 2025

From:
https://www.sannebild.eu/ - **Sanne Andi Bild**

Permanent link:
https://www.sannebild.eu/ee/oli

Last update: **08.04.2025 11:47**