

Eukaliptusz

Gyógyítja a tested, és ápolja a lelked.

Általában megfázás alkalmával gondolunk csak az eukaliptuszra. Nagyon hatásosan is kezelhető vele, de számos más szuper tulajdonsága miatt sem lehet kifelejteni az otthoni készletedből. Lássuk, hogy mire is használhatod fel ezt a jótékony olajat.

Az Eukaliptusz illóolaj előkelő helyet foglal el a gyógyításban, hiszen a légzőszervi betegségek esetén alkalmazott készítményeket hatékonyan támogatja.

A kozmetikai termékekben is előszeretettel alkalmazzák. Különböző krémek, és szájápolási szerek alapanyagaként találkozhatunk vele.

Testünk mellett lelkünket is ápolja, hiszen tisztító tulajdonságú, és a depresszióra is jó hatással van.

Az Eukaliptusz illóolaj illata friss és balzsamos.

Az Eukaliptusz illóolaj számos, pozitív hatását az alábbi területeken hasznosíthatod:

Aromaterápia:

- segíthet lelked megtisztításában
- meditációk alkalmával tökéletes választás, mivel segít tisztán tartani az elmét
- felerősítheted vele a finom energiák áramlását testedben
- oldhatod a stresszt
- elűzheti a kedvetlenséget

Tipp!

Meditációk alkalmával vagy ha kis pihenésre vágysz cseppents 2-3 cseppet a diffúzor vízébe, vagy a tenyeredbe és lélegezd be mélyen és élvezheted lelkedre ható, nyugtató hatását.

Kozmetika:

- zsíros bőrön alkalmazott krémekhez adva segítheti a faggyúmirigyek helyreállítását
- fejbőr korpásodása esetén, samponodhoz adva gyógyír lehet
- szájvízhez adva, frissíti a leheletet
- érett bőrön alkalmazva, fokozhatja a regenerációt

Tipp!

Szájvíz egyszerűen!

1 dl desztillált vagy ásványvízhez cseppents

2 csepp eukaliptusz olajat, és 2 csepp borsmentát.

Ezt használhatod fogmosások után. Használat előtt rázd fel!

Gyógyászat:

- megfázás esetén használható a hát, és a mellkas bedörzsölésére egy kevés bázisolajjal keverve. Így segíti a légzést.
- masszázsolajhoz adva csillapíthatja a reumás fájdalmakat
- megfázáskor tisztíthatja az orr, és arcüreget, valamint csillapítja a fejfájást
- használható herpesz vírus kezelésére

Tipp!

Egy fárasztó nap után jól esne a kellemes pihenés?

Tenyeredben melegíts fel egy kevés olíva vagy napraforgó olajat, és adj hozzá 1-2 csepp eukaliptusz illóolajat.

Ezzel masszírozd át talpadat. Serkenti a vérkeringést, és kellemes érzést biztosít.

Az Eukaliptusz illóolaj biztonságos használatához az alábbi tényezőket érdemes figyelembe vened!

- várandósság ideje alatt kerülj a használatát
- kisgyermeknél kerülj a használatát
- ne használd hígítatlanul
- túlérzékeny bőrön kerülj a használatát
- kozmetikai készítményekben 1%-os keverési arányban használható
- bőrön való alkalmazás előtt végezz bőrtesztet
(1 cseppet az adott illóolajból keverj össze 1 csepp zsíros olajban és a könyök belső felére kend rá.
Várj vele 20-30 percet. Ha negatív lett a teszt, bátran használhatod.)