



Téli illóolajok 1.

2010 december 03. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

Az illóolajok növényi részek természetes kivonatai. Sajtolással, lepárlással, vagy alkoholos kivonással nyerik a növény különböző részeiből. A felhasznált részek, a lehető legváltozatosabbak, vagyis az illóolaj a növény gyökeréből, szárából, leveléből, fás kérgéből, virágából, gyümölcséből, magjából, vagy ezek kombinációjából jöhet létre.

Az egyik legrágább illóolaj a rózsaoaj. Ahhoz, hogy fél kilogramm olajhoz jussunk, kb. 1 tonna virágsziromra van szükség.

Felhasználástól függően az illóolajokat elpárologtathatjuk aromalámpákban, de felhasználhatók masszázshoz, bedörzsöléshez, inhaláláshoz vagy aromafürdőkhez is. Az illóolajok hatnak az orron keresztül (belégzés vagy inhalálás), a bőrön át (masszázsolajok, fürdők, borogatás), illetve az esszenciák belsőleg történő felhasználásával is, a kezelőorvos által elírt adagolásban.

Az olajok a testre és a lélekre lazítóan, élénkítően, görcsoldóan vagy csíraölően hatnak.

Az aromaszerekkel óvatosan kell bánni. Bizonyos olajokból túl nagy mennyiség fejfájást vagy émelygést okozhat. Olajok hígítatlanul történő kenésekor sérülhet a bőr. Egyes olajok allergiás reakciókat válthatnak ki.



A levegő frissítésére: bergamott, borsmenta, citrom, citromfű, eukaliptusz, levendula, rozmaring, zöldcitrom

Meleg, családias hangulatteremtéshez: narancs, fenyő, fahéj, szegfűszeg, ánizs, mandarin, szantál, gyömbér, vanília

A forró érzéki éjszakák kísérőjeként: fahéj, fekete bors, ilang-ilang, narancs, narancsvirág, szantál, szegfűszeg, vanília

Stressz oldására: bergamott, ilang-ilang, kamilla, levendula, majoranna, narancsvirág, rózs, szantál

Fejfájás esetén: borsmenta, eukaliptusz, kamilla, levendula, majoranna

Influenza esetén: borsmenta, ciprus, fokhagyma, eukaliptusz, izsó, niaouli, rozmaring, teacserje

Köhögés enyhítésére: borsmenta, ciprus, eukaliptusz, fenyő, kakukkfű, mirha, rozmaring, tömjén

Megfázás esetén: babér, bazsalikom, borsmenta, cajep, eukaliptusz, kámfor, fokhagyma, levendula, izsó, niaouli, rozmaring, teacserje

Depresszió ellen: bazsalikom, bergamott, geranium, ilang-ilang, jázmin, narancsvirág, rózs, zsálya



Legismertebb illóolajok:



Ánizs:

jellegzetes friss illatú

Alkalmazása: étvágygerjesztő, gyomorérzést, vizelethajtó, hányingercsillapító, fertőtlenítő, epeműködést serkentő.

Nagy adagja izomrángást és kábultságot okoz.



Bergamott:

könnyű, citromos, friss illatú

Alkalmazása: feszültségoldó, antidepresszív, bőrpörblémák, herpesz, húgyúti gyulladás, stressz, láz. Használata esetén kerülni kell a napozást és a szoláriumot.



Bazsalikom:

édes, tiszta, fűszeres illatú

Alkalmazása: fájdalomcsillapító, csiraöl?, élénkít?, havi vérzést megindító, köptet?, frissít?.
Túlzott alkalmazása lehangoltságot okozhat. Kontraindikált terhesség esetén.

**Borsmenta:**

friss, mentolos illatú

Alkalmazása: hányinger, puffadás, émelygés, menstruációs fájdalmak, fáradtság, görcsoldó.

Gyermekeknek belsőleg használata tilos! Nagy mennyiségben álmatlanságot okoz

**Citrom:**

könnyed, citromos, frissít? illatú

Alkalmazása: emésztési problémák, b?rproblémák, magas vérnyomás, megfázás.

Érzékeny b?rt irritálhatja, napozást, szoláriumozást használata esetén kerülni kell.

Édeskömény:

édeskés, friss, köményillatú

Alkalmazása: étvágyjavító, görcsoldó, puffadáscsökkent?, nyálkaoldó, tejszaporító, antiszeptikus, hormonszabályozó, szélhajtó.

Nagy dózisban görcsöket és félelmet okoz.



Erdei fenyő:

friss, éles, kellemes illatú

Alkalmazása: antiszeptikus, májfertőzés gátló, erősítő, frissítő, nyálkaoldó, dezodoráló, izzadáscsökkentő



Eukaliptusz:

mentolos, friss illatú

Alkalmazása: köhögés, hörghurut, orrmelléküreg-gyulladás, herpesz, láz, húgyúti gyulladás



Fahéj:

kellemes, aromás, édeskés illatú

Alkalmazása: antiszeptikus, gombaölő, szélhajtó, étvágyjavító, görcsoldó, féregölő, vérzéscsillapító.



Gyömbér:

friss, aromás illatú

Alkalmazása: fertőtlenít?, melegít?, emésztést javító, vérnyomásnövel?, lázcsillapító.



Jázmín:

édes, kellemes, friss illatú

Alkalmazása: görcsoldó, tejképz?, szülést könnyít?, fájdalomcsillapító, nemi vágyat növel?.



Kakukkfű:

kellemes és jellegzetes illatú

Alkalmazása: fertőtlenít?, köhögés gátló, antibiotikus felfúvódás, étvágytalanság, bélhurut, borgombásodás, húgyúti gyulladás.

Terheseknek és epilepsziásoknak kontraindikált.



Kamilla:

erős, fűszeres, átható illatú

Alkalmazása: idegesség, gyulladás, álmatlanság, stressz, szorongás, emésztési problémák, ekcéma.



Kámfor:

friss, hideg, jellegzetes illatú

Alkalmazása: fájdalomcsillapító, fertőtlenítő, keringésserkentő, szívérősítő, idegerősítő, görcsoldó, vérnyomást növelő, izzasztó, vízhajtó és gombaölő.



Levendula:

tiszta, könnyű virágillatú

Alkalmazása: égési sérülések, vágások, sebek, hólyagok, hólyaggyulladás, álmatlanság, nyugtatás.



Majoranna:

jellegzetes, friss illatú

Alkalmazása: antiszeptikus, baktériumölő, nyugtató, vérnyomáscsökkentő, értágító, köptető, fájdalomcsillapító.

Méz:

méz illatú

Alkalmazása: nyugtató, kiegyensúlyozó, testhőmérséklet csökkentő.

Mirha:

nehéz, keleti illatú

Alkalmazása: fertőtlenítő, összehúzó, gombaölő, nyálkaoldó, vértisztító, hormonszint beállító.

Narancs:

Hat az emésztésre, étvágygerjesztő, epehajtó; a tüdőre, hurutoldó, köhögéscsillapító; serkenti a vérkeringést, vértisztító, szívérősítő, lázcsillapító, kedélyjavító.

Rozmaring:

friss, fűszeres illatú

Alkalmazása: fejfájás, hajhullás, korpásodás, reuma, sportsérülések, alacsony vérnyomás.

Terheseknek, epilepsziásoknak kontraindikált.

Rózsza:

édes, kellemes illatú

Alkalmazása: fertőtlenítő, nyugtató, epehajtó, szívérősítő, görcsoldó, érszűkítő, hashajtó, vérzéscsillapító, nemi vágyat növelő, vértisztító.

Rózsafa:

édes, kellemes illatú

Alkalmazása: baktériumölő, idegcsillapító, erőt adó, feszültségoldó, emlékezetjavító.

**Szantál:**

gyengéd, meleg illatú

Alkalmazása: torokfájás, légúti problémák, ekcéma, száraz bőr.

**Szantálfa:**

nehéz, édeskés illatú

Alkalmazása: vízajtó, gyulladásgátló, köptető, regeneráló, melegítő, nemi vágyat fokozó.

**Szegfőszeg:**

illatos, aromás, friss illatú

Alkalmazása: szélajtó, antiszeptikus, görcsoldó, erotikus készítmények serkentője.

**Teacserje:**

_fűszeres illatú

Alkalmazása: gombás fertőzések, megfázás, immunerősítés.

**Tömjén:**

jellegzetes illatú

Alkalmazása: fertőtlenítő, összehúzó, nyugtató, vízajtó, érszűkítő.

Vanília:

édés, kellemes, jellegzetes illatú

Alkalmazása: hormonszint szabályzás, nyugtató, feszültségoldó és nemi vágyat növel?.

Zsálya:

jellegzetes illatú

Alkalmazása: változókori panaszok, alacsony vérnyomás, szédülés, izzadás, hólyaghurut, lassú emésztés, vízhajtó, epehajtó.

folytatjuk...

V.N.

DR. DRÁBIK JÁNOS
100 ÉVVEL TRIANON UTÁN
DVD A trianoni gyaláatról tabumentesen



„Egy film amelyet minden magyarnak látnia kell”

Ajánló