



Zanna ulei esential de busuioc 10 ml SMART NUTRACEUTICAL

Beneficiile terapeutice ale uleiului esential de busuioc includ capacitatea sa de a trata greata, raul de miscare, problemele respiratorii, pierderea mirosului, tusea convulsiva, ameteala, etc. Este o sursa importanta de vitamina A, magneziu, potasiu, fier si calciu.

Uleiul esential de busuioc are reputatia unui stimulent al senzualitatii, fiind un afrodisiac eficace mai ales pentru femei.

Modul de intrebuintare in aromaterapie:

- Inhalatiile sunt foarte potrivite pentru tratarea problemelor respiratorii, a racelilor, gripei si pentru pregatirea tenului in vederea unui tratament cosmetic. Pentru aceasta, se toarna intr-un vas 1 l de apa clocotita si se adauga 3-4 picaturi de ulei. Vaporii degajati se inspira stand aplecat peste vas, cu capul acoperit cu un prosop mare.
- Masajul este una dintre cele mai populare metode de utilizare a uleiurilor esentiale. Pentru o sedinta de masaj se adauga 4-6 picaturi de ulei esential in aproximativ 10 ml ulei de masaj.
- Baia este o cale foarte placuta si totodata eficienta de a folosi uleiurile prin relaxarea care o induce apa calda si prin faptul ca porii se dilata, permitand uleiului sa patrunda prin tegumente. Uleiurile se adauga inainte de a incepe baia si nu mai devreme, deoarece datorita caldurii ele se evaporaza foarte usor. Astfel, pentru o baie se pun 4-6 picaturi de ulei esential (sau 4-6 picaturi de amestec) in 2-3 linguri de lapte nedegresat sau 2 linguri de ulei de baza, apoi se toarna in cada si se amesteca bine. Baia va dura 10-20 minute.
- O compresa fierbinte este un mod eficient de a trata multe probleme ale pielii, ca de exemplu injectiile, sau durerile musculare de natura reumatica. Cantitatea de ulei depinde de suprafata pielii pe care aplicati compresa: 2 picaturi pentru suprafete mici, 6-8 picaturi pentru suprafete mari.
- Candela (lampa) odorizanta se foloseste pentru a aroma camera, pentru a genera o stare de spirit pozitiva, tonica, sau dimpotriva de relaxare, sau pur si simplu pentru a crea o atmosfera speciala. Pentru aceasta, se pune apa calduta in farfuria candelii, se adauga 3-5 picaturi de ulei si se aprinde lumanarea.

A se folosi pentru uz extern.