

Лаванда №72

100 % эфирное масло

LOLIDREAM

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

ОСНОВНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА

- Лаванду часто считают маслом, которое всегда должно быть под рукой, из-за его универсальных, в том числе успокаивающих и расслабляющих свойств, которые способствуют спокойному сну и снимают напряжение.
- Эфирное масло лаванды используется при лечении бессонницы, тревожного состояния, нервного истощения, мигрени, стресса.

Объем: 10 мл.

Способ сбора: паровая дистилляция

Часть растения: цветки

Цвет: слегка желтоватый или желтовато-зеленоватый

Описание аромата: душистый, цветочный, легкий

Состав: 100% масло лаванды

Основные ингредиенты: линалоол, линалилацетат

РЕКОМЕНДАЦИИ

Чтобы избавиться от стресса, добавьте масло лаванды в воду при принятии ванны или нанесите на виски и заднюю часть шеи. Чтобы расслабиться и подготовиться к спокойному ночному сну, нанесите несколько капель масла лаванды на подушки, постельные принадлежности или стопы.

Меры предосторожности: Возможна кожная реакция. Хранить в недоступной для детей месте.

Беременным, кормящим и людям, находящимся под наблюдением врача, необходимо проконсультироваться со своим лечащим врачом. Избегайте попадания в глаза и кожи вокруг глаз, уши и на чувствительные и поврежденные участки кожи.

Условия хранения: Хранить в сухом прохладном месте при температуре от 2 °C до +25 °C вдали от прямых солнечных лучей.

Срок годности: Срок годности 3 года с даты разлива (см. на упаковке)

ПРИМЕНЕНИЕ

Чтобы уменьшить вероятность появления реакции, особенно на молодой или чувствительной коже, рекомендуется во время первого применения (или просто чтобы разбавить более сильнодействующие масла) использовать базовое масло (к примеру, фракционированное кокосовое). Рекомендуемый процент разбавления обычно составляет одну каплю эфирного масла на три капли базового.

НАИЛУЧШИЕ ЗОНЫ ДЛЯ МЕСТНОГО ПРИМЕНЕНИЯ

- Шея;
- Лоб и виски;
- Грудь и живот;
- Руки, ноги, в том числе и подошвы.

ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ МЕСТНОГО ПРИМЕНЕНИЯ

- Перед сном нанесите 1-2 капли масла лаванды на подушки, постельные принадлежности или стопы.
- Сделайте горячий или холодный компресс, положив полотенце или тряпку в воду, добавив 2-3 капли эфирного масла, и затем положите компресс на нужную зону.
- Использование ароматерапии с помощью аромалампы. Добавьте 1 каплю эфирного масла в аромалампу.
- Смешав масло лаванды с водой в бутылке-распылителе, вы можете освежить свой платяной шкаф, матрас, салон автомобиля или воздух в помещении.
- Добавьте 1-2 капли эфирного масла в теплую ванну.

Общие рекомендации процентного содержания эфирного масла для достижения желаемого эффекта (1% = 1 капля)

- 1% - для косметического применения (когда масло должно работать на поверхности кожи с черными точками, порами, морщинами, пятнами и т.д.);
- 3% - для дермокосметического применения и восстанавливающего действия (когда масло должно поработать в более глубоких слоях кожи, например, с кровеносными сосудами, для заживления ран и восстановления тканей);
- 5% - для воздействия на центральную нервную систему и улучшение общего самочувствия, борьбы со стрессом, эта дозировка используется в целом для достижения терапевтического эффекта, она безопасна и с ней тяжело ошибиться;
- 7% - для циркуляционного массажа и улучшения кровообращения (лимфа, кровь);
- 10% - для воздействия на мышцы, сухожилия и суставы (такая концентрация уже используется не в косметических, а в лечебных целях);
- 15% - для спортивной деятельности (для мышечной активности);
- 20%-30% - сильное системное или локальное воздействие, а также липолитическое воздействие на жиры;
- 30%-50% - чисто терапевтическое (лечебное) действие, а также сильное местное воздействие (противопаразитарное, антибактериальное).

Таблица концентрации эфирных масел в смеси и необходимое количество капель:

| Желаемая концентрация, % | Объем смеси в мл. | | | | | |
|--------------------------|-------------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | 10 мл. | 15 мл. | 20 мл. | 30 мл. | 40 мл. | 50 мл. |
| 1% | 2 | 3 | 4 | 6 | 8 | 10 |
| 2% | 4 | 6 | 8 | 12 | 16 | 20 |
| 3% | 6 | 9 | 12 | 18 | 24 | 30 |
| 4% | 8 | 12 | 16 | 24 | 32 | 40 |
| 5% | 10 | 15 | 20 | 30 | 40 | 50 |
| 6% | 12 | 18 | 24 | 36 | 48 | 60 |
| 7% | 14 | 21 | 28 | 42 | 56 | 70 |
| 8% | 16 | 24 | 32 | 48 | 64 | 80 |

- Кумулятивная доза для взрослого человека - 20 капель на 12 часов.
- Кумулятивная доза для подростков - 10 капель на 12 часов.
- Кумулятивная доза для детей 6-10 лет - до 5 капель на 12 часов.
- Кумулятивная доза для детей младше 6 лет определит только врач!