LYUDMILA ANANIEVA

# ÄTHERISCHE ÖLE

• Für Ihre Gesundheit und für Ihre Schönheit •

Lyudmila Ananieva

# Ätherische Öle Für Ihre Gesundheit Und Ihre Schönheit

«Tektime S.r.l.s.»

**Ananieva L.**

Ätherische Öle Für Ihre Gesundheit Und Ihre Schönheit /
L. Ananieva — «Tektime S.r.l.s.»,

ISBN 978-8-87-304475-8

ISBN 978-8-87-304475-8

© Ananieva L.
© Tektime S.r.l.s.

# Содержание

Ã#THERISCHE Ã#LE 6
Copyright 7
INHALTSVERZEICHNIS 8
Wie Sie Ihren Hauttyp bestimmen: 10
Wie bestimmen Sie Ihren Hauttyp? 11
Dieses Buch bietet Ihnen: 12
Einfluss auf den menschlichen KÃ¶rper 15
Verschiedene Arten, es zu benutzen: 17
FÃ¼r die NÃ¤gel 18
FÃ¼r das Gesicht 19
FÃ¼r den KÃ¶rper 20
Wirkung des Ã¤therischen BasilikumÃ¶ls 23
Gesichts-, Haut-, KÃ¶rper- und Haarpflege 24
Rezepte fÃ¼r die SchÃ¶nheit und fÃ¼r die Gesundheit 25
Kosmetik gegen Pickel: 26
Haartoner 27
VorsichtsmaÃ#nahmen 28
Das Ã¤therische Ã#l der Bergamotte in der Kosmetologie 31
Behandlung mit BergamotteÃ¶l 32
Gegenanzeigen bei der Verwendung von BergamotteÃ¶l 33
Anwendung in der Kosmetik 36
Die nÃ¼tzlichen Eigenschaften fÃ¼r Gesicht, KÃ¶rper und Haar 37
Конец ознакомительного фрагмента. 38

# Ã#THERISCHE Ã#LE
# FÃ¼r Ihre Gesundheit und fÃ¼r Ihre SchÃ¶nheit
# Teil 1

Geschrieben von
Lydmila Ananieva
Ã#bersetzung aus dem Englischen:
Alexandra Efthimiou

# Copyright

Copyright Â© 2017 von Lyudmila Ananieva
Alle Rechte vorbehalten.
Dieses E-Book ist nur fÃ¼r ihr persÃ¶nliches VergnÃ¼gen lizenziert. Dieses E-Book darf nicht verkauft oder an andere Menschen gegeben werden. Wenn Sie dieses E-Book mit einer anderen Person teilen mÃ¶chten, kaufen Sie bitte eine weitere Kopie fÃ¼r jede Person, mit der sie es teilen. Wenn Sie dieses E-Book lesen und es nicht gekauft haben, kaufen Sie bitte ihre eigene legale Kopie. Vielen Dank, dass Sie die harte Arbeit dieser Autorin respektieren.

# INHALTSVERZEICHNIS

Cover
Titelseite
Copyright
Allgemeine Merkmale
Orange
Basilikum
Bergamotte
Vanille
Baldrian
Nelke (GewÃ¼rznelkenstiele)
Geranium
Grapefruit
Jasmin
Ylang-ylang
Ingwer
Zeder
Lavendel
Weihrauch
Zitronengras
Zitronen
Mandarine
Minze
Tanne
Palmarosa
Rosmarin
Sandelbaum
Teebaum
Salbei
Eukalyptus
Vielen Dank
ALLGEMEINE MERKMALE

Ã#therische Ã#le sind DÃ¼fte, die nicht nur heilsam fÃ¼r Stimmung und Gesundheit sind, sondern ihnen sind einzigartige medizinische Eigenschaften eigen. Sie erhÃ¶hen den Widerstand eines Organismus' gegen negative Faktoren der Ã¤uÃ#eren Umwelt, wie ionisierende Strahlung, Fremdstoffe, Karzinogene, sind Prophylaxe vor Krankheiten, optimieren die Luftumgebung, erhÃ¶hen den Widerstand eines Organismus' zu negativen Ã¶kologischen Faktoren und so weiter.

Ã#therische Ã#le sind sehr konzentrierte Substanzen. Daher werden sie in reiner Form fast nicht angewendet. Ausnahmen bilden nur die Ã#le von Lavendel und Teebaum.

Alle anderen Ã¤therischen Ã#le muss man auf jeden Fall in einem Basis-LÃ¶sungsmittel lÃ¶sen â## PflanzenÃ¶l (Olive, Mandel, Avocado, Traubenkerne und so weiter, sie beinhalten eine verlÃ¤ngerte Wirkung von Ã¤therischen Ã#len, da sie langsam an der Luft verdampfen), Milch, Joghurt, Alkohol, Shampoos, Balsam, Creme. Es ist auch mÃ¶glich, sie mit Salz zu mischen.

Als Basis-LÃ¶sungsmittel werden Milch, Creme, Joghurt, aliphatische Ã#lbasis und auch Honig, Wein oder Wodka verwendet.

Ã#therische Ã#le sind von groÃ#em Interesse fÃ¼r die Kosmetologie. Durch GemÃ¼se/ FruchtÃ¶le ist es mÃ¶glich, eine Reihe von dermatologischen Problemen zu lÃ¶sen. Die

verschiedensten Kosmetologie-Verfahren werden unter Anwendung von Ã¤therischen Ã#len durchgefÃ¼hrt, da diese eine bakterizide Auswirkung haben und den Zustand von Haut, Haaren und NÃ¤geln beeinflussen.

Die Haut benÃ¶tigt mit zunehmendem Alter mehr Feuchtigkeit und Nahrung und auch Schutz vor dem Einfluss von Sonne, Wind und Frost. Es ist besser, fÃ¼r die Pflege der Haut von Gesicht und KÃ¶rper schrittweise zu Ã¤therischen Ã#le zu wechseln, und sie kÃ¶nnen gleichzeitig nÃ¼tzlich sein fÃ¼r die Prophylaxe von verschiedenen Krankheiten.

Die Eigenschaften von Ã¤therischen Ã#len als entzÃ¼ndungshemmend, antiseptisch, reinigend, befeuchtend, weich machend und anderen Wirkungen werden seit Jahrhunderten in der Kosmetologie verwendet.

FÃ¼r trockene Haut verwenden Sie die Ã¤therischen Ã#le von Lavendel, Geranium, Rose, Ylang-Ylang, Fenchel, Rosmarin, Majoran, Jasmin, Sandel und rosa Baum in Kombination mit grundlegenden Ã#len.

Grundlegende Ã#le fÃ¼r trockene Haut: Macadamia, Jojoba, Mandel. Ã#l von Aprikosen und Pfirsichkernen.

FÃ¼r normale Haut ist es mÃ¶glich, die Ã¤therischen Ã#le von Lavendel, Geranium, Rose, Zitrone in Kombination mit grundlegenden Ã#len zu verwenden.

Grundlegende Ã#le fÃ¼r normale Haut: Macadamia, Jojoba, Mandel, Ã#l von Aprikosenkernen, Wein- und Pfirsichsamen.

Ã#therische Ã#le fÃ¼r fettige Haut: Bergamotte, SÃ¼Ã#orange, Vetiver, Grapefruit, Geranium, Zitrone, Lavendel, Ylang-Ylang, Zypresse, Wacholder, Zeder.

Grundlegende Ã#le fÃ¼r fettige Haut: Ã#l von Weinsamen, Mandel, Aprikosen- und Pfirsichkernen. Diese Ã#le normalisieren in Kombination mit Ã¤therischen Ã#len das Fettgleichgewicht der Haut.

# Wie Sie Ihren Hauttyp bestimmen:

Kosmetologen bestimmen 5 Haupt-Hauttypen: normal, trocken, fettig, Mischhaut, sensible Haut. Der Unterschied von einem Hauttyp zum anderen besteht darin, wie viele TalgdrÃ¼sen intensiv Talg absondern und in welchen Bereichen des Gesichts sie am aktivsten sind. Was auch eine Rolle spielt, ist die geerbte FÃ¤higkeit der Haut, Feuchtigkeit zu speichern.

# Wie bestimmen Sie Ihren Hauttyp?

1. Um den Hauttyp zu bestimmen, muss sie zuerst grÃ¼ndlich gereinigt werden, wobei das Make-up entfernt wird.

2. Lassen Sie die Haut einige Stunden ohne Make-up ruhen.

3. Danach untersuchen Sie die Haut sorgfÃ¤ltig im Tageslicht mit einem einfachen, besser mit einem VergrÃ¶Ã#erungsspiegel. Was Sie sehen werden, kann als Richtlinie fÃ¼r die Auswahl von Kosmetika dienen.

# Dieses Buch bietet Ihnen:

1. Medizinische Eigenschaften von Ã¤therischen Ã#len und wie sie helfen kÃ¶nnen
2. Kosmetologische Eigenschaften
3. Rezepte von hausgemachten Kosmetika mit Ã¤therischen Ã#len.

Orange

Das Ã¤therische Ã#l der Orange ist eine halbtransparente FlÃ¼ssigkeit von gelber oder oranger Farbe.

# Einfluss auf den menschlichen KÃ¶rper

Das frische und sÃ¼Ã#e Orangenaroma war immer sehr attraktiv fÃ¼r die Menschen und es wurde fÃ¼r lange Zeit zur Behandlung benutzt. Die modernen Forschungen haben gezeigt, dass die wesentlichen medizinischen Eigenschaften dieses Ã#ls sich unterteilen lassen in die folgenden Bereiche:

beruhigend;
entzÃ¼ndungshemmend;
antiseptisch;
das Immunsystem stimulierend;
anregend;
regenerierend.

Die innere Anwendung dieses Ã#ls wird empfohlen fÃ¼r die Verbesserung der DarmtÃ¤tigkeit, es erhÃ¶ht den Appetit, senkt den arteriellen Druck, verbessert den Stoffwechsel, mindert spastische Schmerzen und wirkt lindernd. OrangenÃ¶l wird in einer Menge von nicht mehr als zwei Tropfen in einem Glas jeglichen GetrÃ¤nks akzeptiert und kann dann 2 Mal tÃ¤glich eingenommen werden, nicht Ã¶fter.

1. Das Ã¤therische Ã#l der Orange ist sehr effizient fÃ¼r SpÃ¼lungen bei Angina, Stomatitis, Dentagra und Inhalationen bei katarrhalischen Krankheiten. Eine SpÃ¼lung erfordert einen Tropfen der Substanz auf ein Glas Wasser. Zur Dampf-Inhalation nehmen Sie drei Tropfen des Ã#ls auf ein Glas sehr heiÃ#es Wasser.

2. Zur trockenen Inhalation tragen Sie drei Tropfen auf einen trockenen Stoff oder eine PorzellanoberflÃ¤che auf, es hat eine beruhigenden und entzÃ¼ndungshemmende Wirkung, inhalieren Sie mit geschlossenen Augen.

3. Sehr oft wird OrangenÃ¶l fÃ¼r Einreibungen und Kompressen bei Gelenkschmerzen, Spasmen und spastischen Schmerzen, ErkÃ¤ltung und Angina angewendet. Zum Auftragen auf Zahnfleisch oder einem schmerzenden Zahn wird das Ã#l der Orange mit der gleichen Menge PflanzenÃ¶l gemischt. Es ist mÃ¶glich, mit derselben Mischung die NasengÃ¤nge bei einer Rhinitis einzufetten.

4. Massagen und Einreibungen bei Kopfschmerzen, ErkÃ¤ltung, einem prÃ¤menstruellen Syndrom erfordern auf einem LÃ¶ffel grundlegendem Ã#l drei Tropfen des Produkts; wenn die Mischung fÃ¼r Kinder gedacht ist (zum Beispiel fÃ¼r eine beruhigende Massage), dann ist ein Tropfen eines Ã¤therischen Ã#ls auf einem LÃ¶ffel grundlegendem Ã#l erforderlich.

5. FÃ¼r Knirschen der Gelenke machen Sie eine Ã#lkompresse mit drei Tropfen eines Ã¤therischen Ã#ls auf einen TeelÃ¶ffel des grundlegenden PflanzenÃ¶ls.

Die beruhigende und entspannende Wirkung des OrangenÃ¶ls bei Schlaflosigkeit, Stress, Ã#bererregung erzielt man am Besten von allen bei der Inhalation seiner DÃ¤mpfe oder in einem Badeduft. Es ist sehr gut in einem Bad in einer Duftlampe zu benutzen:

Bei der Dosis des Ã#ls geht man von einem VerhÃ¤ltnis von 1 Tropfen auf fÃ¼nf Quadratmeter Raum aus, fÃ¼r das Kinderzimmer genÃ¼gen ein-zwei Tropfen;

FÃ¼r eine Badewanne sind fÃ¼nf Tropfen Ã#l nÃ¶tig, die mit Salz, Milch, Soda oder einem anderen Emulgator gemischt werden mÃ¼ssen;

In der Kosmetologie findet OrangenÃ¶l Anwendung als sehr wirksames Mittel fÃ¼r den Kampf gegen Zellulitis. Es wird in Ã#lmischungen bei der Massage (ebenso wie fÃ¼r eine medizinische Pulverisierung) und auch in Form von UmschlÃ¤gen benutzt. FÃ¼r UmschlÃ¤ge ist es nÃ¶tig, fÃ¼nf Tropfen der Substanz zu zwei EsslÃ¶ffeln irgendeiner Anti-Zellulitis-Creme oder zu zwei EsslÃ¶ffeln kosmetischem Ton hinzuzufÃ¼gen und dann Wasser hinzuzufÃ¼gen, bis zur Dicke von saurer Sahne. Eine solche Anti-Zellulitis-Mischung wird auf die Problemzonen aufgetragen und bleibt fÃ¼r mehrere Stunden auf dem KÃ¶rper. Das Ã#l der Orange stellt die ElastizitÃ¤t der Haut wieder her und erfrischt sie, fÃ¶rdert eine Resorption von Aknemalen, klÃ¤rt einen Nevus Pigmentosus. Es ist besonders nÃ¼tzlich bei trockener Haut und Haaren und ebenso bei Schuppen. Es wird zu Creme, Maske oder Shampoo direkt vor der Anwendung hinzugefÃ¼gt.

**FÃ¼r die Gesichtspflege** ist es nÃ¶tig, drei Tropfen Ã#l auf einen EsslÃ¶ffel voll grundlegendem Ã#l zu geben, bei Shampoo kann die Dosis verdoppelt werden.

OrangenÃ¶l beeinflusst das Haar auf wundersame Weise: es beschleunigt das Wachstum, eliminiert Trockenheit und Schuppen, fÃ¼gt seidigen Glanz hinzu und verleiht ihm auÃ#erdem einen leichten angenehmen Duft. Und es wird aktiv von jenen aufgetragen, die von langem Haar trÃ¤umen, es stimuliert das Wachstum.

# Verschiedene Arten, es zu benutzen:

â#¢ fÃ¼gen Sie zu einer fertigen Portion Shampoo oder Balsam 3-5 Tropfen Ã#l hinzu;

â#¢ tragen Sie als Mittel zu einem Aroma-BÃ¼rsten mehrere Tropfen auf eine HaarbÃ¼rste auf;

benutzen Sie es als eine Komponente zur Vorbereitung von Haarmasken (mischen Sie zum Beispiel auf einen TeelÃ¶ffel SÃ¼Ã#mandel- und OrangenÃ¶l und lassen sie die aufgewÃ¤rmte Mischung nicht weniger als eine halbe Stunde ins Haar einziehen und waschen Sie es dann mit Shampoo aus):

# FÃ¼r die NÃ¤gel

Es ist mÃ¶glich, es regelmÃ¤Ã#ig auf die Nagelplatte und in die Nagelhaut zu reiben. So werden die NÃ¤gel krÃ¤ftiger und glÃ¤nzender und werden vor Trockenheit und BrÃ¼chigkeit geschÃ¼tzt. Man sollte solch eine Prozedur nicht mehr als einmal in der Woche durchfÃ¼hren, um eine Allergie zu vermeiden.

Es ist auch mÃ¶glich, die HÃ¤nde in einer Schale zu verwÃ¶hnen: FÃ¼gen Sie dazu 1 EsslÃ¶ffel Meersalz und 5 Tropfen Ã#l zu warmem Wasser hinzu.

# FÃ¼r das Gesicht

Das Ã#l der Orange hat eine mÃ¤chtige Wirkung auf die Durchblutung und ist daher unersetzbar beim Kampf gegen viele Gesichtsprobleme.

â#¢ FÃ¼r Haut mit verstopften Poren und flachen EntzÃ¼ndungen wird eine solche Maske nÃ¼tzlich und beruhigend sein: schlagen Sie EiweiÃ#, fÃ¼gen Sie 1 EsslÃ¶ffel blauen Ton und 3-4 Tropfen OrangenÃ¶l hinzu.

â#¢ Trockene mÃ¼de Haut wird eine Maske aus Lucco-Ã#l gemischt mit OrangenÃ¶l im VerhÃ¤ltnis 2:1 schÃ¤tzen.

â#¢ Beim Kampf gegen Akne und Pickel ist es mÃ¶glich, OrangenÃ¶l als das wahre antibakterielle Mittel zu benutzen. Es genÃ¼gt, es punktuell auf die entzÃ¼ndeten Stellen aufzutragen. Tun Sie dies nicht Ã¶fter als einmal am Tag, weil es eine starke Irritation hervorrufen kann

# FÃ¼r den KÃ¶rper

Und schlieÃ#lich â## Rezepte fÃ¼r den Kampf gegen Zellulitis auf der Basis von OrangenÃ¶l. Es ist anerkannt, dass es das effizienteste Mittel im Kampf gegen rauhe Haut ist.

â#¢ FÃ¼gen Sie Honig und einige Tropfen OrangenÃ¶l zu einer Mischung von Kaffeepulver hinzu. Benutzen Sie die Mischung als Scrub fÃ¼r Problemzonen.

â#¢ Es kann auch als Basis fÃ¼r einen Anti-Zellulite-Umschlag verwendet werden. Es genÃ¼gt, es zusammen mit grundlegendem Ã#l auf Problemzonen aufzutragen, genieÃ#en Sie das wundervolle Aroma fÃ¼r eine Stunde und spÃ¼len Sie es dann mit Wasser ab.

Basilikum

**Wirkung:** starkes Antioxidans und anti-mikrobisch, wirkt entzÃ¼ndungshemmend, reguliert das Immunsystem und agiert spasmolytisch.

Das Ã¤therische Ã#l des Basilikums bekÃ¤mpft Viren, bakterielle und Pilzinfektionen, ein geschwÃ¤chtes Immunsystem, beugt ErkÃ¤ltungen vor und krÃ¤ftigt das Haar.

# Wirkung des Ã¤therischen BasilikumÃ¶ls

Es ist ein starkes Antioxidans und wirkt anti-mikrobisch in einem groÃ#en Wirkungsbereich (Bakterien, Viren, Pilze, Mykoplasmen), entzÃ¼ndungshemmend, reguliert das Immunsystem, agiert spasmolytisch, wirkt gegen Sklerose, macht unempfindlich, ist antiallergisch, heilt Wunden, wirkt diuretisch, betÃ¤ubend und angstlÃ¶send.

# Gesichts-, Haut-, KÃ¶rper- und Haarpflege

Verbindungen mit antioxidativen Eigenschaften werden viel in**Anti-Aging-Kosmetika** und Mitteln fÃ¼r die Pflege einer problematischen Haut verwendet. BasilikumÃ¶l â## ein starkes natÃ¼rliches Antioxidans. Komponenten der wohlriechenden FlÃ¼ssigkeit helfen, den negativen Einfluss von freien Radikalen zu eliminieren. Diese instabilen chemischen Partikel verschlechtern den Zustand der Haut und verschlimmern die EntzÃ¼ndungsphÃ¤nomene.

Es ist nÃ¶tig. Gesicht und KÃ¶rper tÃ¤glich zu pflegen, sie morgens und abends zu reinigen und zu hydrieren. Es wird helfen, Falten, Pickel und frÃ¼her Kahlheit vorzubeugen. Die wohlriechende FlÃ¼ssigkeit ist in der Zusammensetzung von Gels und Lotionen enthalten, reichert Peelings, Masken und Cremes an.

# Rezepte fÃ¼r die SchÃ¶nheit und fÃ¼r die Gesundheit Kosmetik fÃ¼r die Entfernung von Falten:

Wirkung: Reinigt, hydriert und strafft schwache und trÃ¼be Haut. Rezept: BasilikumÃ¶l â## 10â##12 Tropfen Tagescreme â## 50 ml Anwendung: FÃ¼gen Sie die angegebene Menge Ã#l zur Tagescreme hinzu. Tragen Sie die Lotion mit einem Wattepad auf das Gesicht auf. FÃ¼r trockene Haut nehmen Sie weniger Ã¤therisches Ã#l. Bei sensibler Haut kann es Irritationen hervorrufen.

# Kosmetik gegen Pickel:

Wirkung: Reduziert die ViskositÃ¤t von fettiger Haut, reinigt tief.Rezept: BasilikumÃ¶l â## 10â##12 Tropfen. JojobaÃ¶l â## 50 ml. **Anwendung:**Mischen Sie die Komponenten und tragen Sie die Mischung mit einem Wattepad auf das gereinigte Gesicht auf.

# Haartoner

Wirkung: Verbessert die Mikrozirkulation und die Belieferung der Follikel, stimuliert das Haarwachstum, fÃ¼gt Glanz hinzu.Rezept:Kokosnussmilch â## Â½ GlasKastorÃ¶l â## 3 EsslÃ¶ffelJojobaÃ¶l â## 15 TropfenBasilikumÃ¶l â## 5â##7 TropfenAnwendung: Mischen Sie die Komponenten und tragen Sie die Mischung auf die Haut auf, lassen Sie sie fÃ¼r 10 Minuten einwirken. Dann mit Haarshampoo auswaschen, nachdem Sie 15 Tropfen BasilikumÃ¶l auf 50 ml Shampoo hinzugefÃ¼gt haben.

# VorsichtsmaÃ#nahmen

Wenn es in die Haut einzieht, wird ein ausgeprÃ¤gter phototoxischer Effekt beobachtet. In dieser Hinsicht begrenzt die IFRA Ã#l, das mit bitterer Orange angereichert ist, in Parfumkompositionen und es ist verboten, es in der Schwangerschaft anzuwenden wegen der erhÃ¶hten Gerinnbarkeit des Blutes. Bei exzessivem Gebrauch kann es das Nervensystem niederdrÃ¼cken. Kann Hautirritationen bei Menschen mit sensibler Haut hervorrufen.

## BergamotTE

BergamotteÃ¶l hat viele nÃ¼tzliche Eigenschaften. Es wird als anti-spasmisch, beruhigend, lÃ¶send als Mittel zur Massage von mÃ¼der Haut und auch als antiseptisch verwendet.

Bei kosmetischen Verfahren hilft die Eigenschaft des BergamotteÃ¶ls, die Absonderung von Fett und der SchweiÃ#drÃ¼sen zu normalisieren und hat die FÃ¤higkeit, die Hautporen zu verkleinern.

# Das Ã¤therische Ã#l der Bergamotte in der Kosmetologie

*Massage:* VerrÃ¼hren Sie 5-7 Tropfen BergamotteÃ¶l mit 10 g des HauptÃ¶ls, massieren Sie damit den KÃ¶rper ein.

Zusatz fÃ¼r Kosmetika: fÃ¼gen Sie 1 bis 5 Tropfen BergamotteÃ¶l zu Creme, Tonic oder Conditioner hinzu. Es wird alle Mittel aufgrund der neuen Eigenschaften anreichern, die in Bergamotte enthalten sind.

*Reinigender Agent fÃ¼r die Haut:* LÃ¶sen Sie 5 Tropfen BergamotteÃ¶l und die gleiche Menge ThymianÃ¶l in 1 TL TraubenÃ¶l. Dieses Mittel muss tÃ¤glich in die Haut eingerieben werden.

*KÃ¶rperÃ¶l:* nehmen Sie SÃ¼Ã#mandelÃ¶l (50 ml) als Basis, fÃ¼gen Sie 5 Tropfen BergamotteÃ¶l hinzu sowie 5 Tropfen ZitronenÃ¶l, 3 Tropfen MeroliÃ¶l und 1 Tropfen RosmarinÃ¶l. Dieses Mittel hat eine erfrischende und kÃ¼hlende Wirkung.

*Mittel fÃ¼r alternde Haut:*fÃ¼gen Sie 15 ml Glyzerin zu 75 ml destilliertem Wasser hinzu und dann 5 Tropen GeraniumÃ¶l und 5 Tropfen BergamotteÃ¶l, auÃ#erdem 3 Tropfen SandelÃ¶l. Mischen Sie das Ganze gut durch und tragen es fÃ¼r die Nacht auf das Gesicht auf. Diese Mischung reinigt fettige, glÃ¤nzende Haut, normalisiert den Fettstoffwechsel der TalgdrÃ¼sen.

*Mittel zur Haarpflege:* tragen Sie 1 Tropfen BergamotteÃ¶l auf eine MassagebÃ¼rste auf und bÃ¼rsten Sie das Haar ausgiebig. Das Haar gewinnt an Glanz und einem unvergesslichen Duft.

*Mittel fÃ¼r HÃ¤nde und NÃ¤gel:* tragen Sie 1-2 Tropfen BergamotteÃ¶l auf die Haut der HÃ¤nde auf, verteilen Sie es auf der ganzen OberflÃ¤che, einschlieÃ#lich der NÃ¤gel. Ihre HÃ¤nde erhalten ein ausgezeichnetes Mittel mit kÃ¼hlender und verjÃ¼ngender Wirkung.

# Behandlung mit BergamotteÃ¶l

Klassisches Rezept: nehmen Sie einen EsslÃ¶ffel Honig und tropfen Sie 2-5 Tropen BergamotteÃ¶l darauf, nehmen Sie ihn dann 30 Minuten vor dem Essen ein. Es hilft, eine EntzÃ¼ndung im â##Hals-Nasen-Ohrenâ##-Bereich loszuwerden, beeinflusst gut die Blase und den sexuellen Bereich. Dieses Mittel wird aus angewendet, um hohe Temperatur zu senken, den Appetit zu fÃ¶rdern und Darmparasiten zu vernichten.

# Gegenanzeigen bei der Verwendung von BergamotteÃ¶l

BergamotteÃ¶l und Sonne sind inkompatibel! Daher ist es nach jeder Prozedur mit BergamotteÃ¶l unmÃ¶glich, hinauszugehen, wenn die Sonne scheint â## die Haut kann eine unerwÃ¼nschte Pigmentierung bekommen. Aus diesem Grund wird das natÃ¼rliche BergamotteÃ¶l nicht in Kosmetika verwendet.

Verwenden Sie es nicht oder begrenzen es stark, wenn Sie an akuten Krankheiten des Verdauungstrakts leiden, schwanger sind oder Epilepsie haben.

Vanille

**Wirkung:** antiseptisch, entzÃ¼ndungshemmend, analgetisch, beruhigend (sedierend), physische und emotionale SchwÃ¤che, anti-depressiv.

Das Ã¤therische Ã#l der Vanille ist ein hervorragendes Mittel zur Linderung und besitzt eine starke Energie verleihende Wirkung.

# Anwendung in der Kosmetik

Es hat eine verjÃ¼ngende und gute Wirkung auf dir Haut. Es macht sie stÃ¤rker, elastischer und straffer, wobei es ihre Regeneration und ihren Schutz fÃ¶rdert. Es entfernt EntzÃ¼ndungen, eliminiert nervÃ¶sen Ausschlag und Irritationen. Es hat eine bleichende und Glanz verleihende Wirkung.

# Die nÃ¼tzlichen Eigenschaften fÃ¼r Gesicht, KÃ¶rper und Haar

Das aromatische Ã#l der Vanille wird hÃ¤ufig fÃ¼r die Pflege des Gesichts und des KÃ¶rpers verwendet. Auf seiner Basis werden Cremes und Masken hergestellt. Die nÃ¼tzlichen Komponenten nÃ¤hren und befeuchten und machen die Haut seidig und elastisch.

Dank der Anwendung von Mitteln auf der Basis des Ã¤therischen Ã#ls schÃ¤lt sich trockene Haut nicht mehr und sieht gesund aus. Eine solche Creme mit VanilleÃ¶l hat auch einen bleichende Wirkung und stellt den Austauschprozess in Zellen reifer Haut wieder her.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.