

ТАБЛИЦЫ ДОЗИРОВОК И СВОЙСТВ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ. ТАБЛИЦЫ ПРИМЕНЕНИЯ И СОВМЕСТИМОСТИ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ. АРОМАТЕРАПИЯ

СВОЙСТВА ЭФИРНЫХ МАСЕЛ

Свойства эфирных масел в таблице рассказывают о том, с помощью какого средства можно решить ту или иную проблему. Для удобства эфирные масла в таблице применения располагаются в алфавитном порядке.

Название масла	Действие
Сандал	Омолаживает, оживляет, осветляет, тонизирует кожу, устраняет угревую сыпь, кожный зуд, разглаживает морщины, ликвидирует дряблость кожи. Эффективно для ухода за сухой, потрескавшейся и обезжиренной кожей. Обладает антицеллюлитным эффектом. Помогает избежать импульсивных поступков, успокаивает после стресса. Это один из ароматов медитации, устраняет плаксивость, бессонницу. Применяется в лечении ангины и насморка
Роза	Увлажняет и укрепляет кожу. Способствует разглаживанию морщин. При использовании в составе массажного масла снимает чувство усталости и напряжения. Способствует разглаживанию кожи, повышает эластичность и упругость, устраняет воспаление, раздражение, шелушение и рубцы. Разглаживает морщины, особенно под глазами. Отлично ухаживает за кожей любого типа, особенно сухой, увядающей, чувствительной. Помогает при угревой сыпи, герпесе. Прекрасный ароматизатор, дезодорант
Анис	Обладает бактерицидным, антисептическим, дезодорирующим действием. Уменьшает количество микробов на коже. Придает коже упругость, нормализует водно-жировой баланс эпидермиса. Прекрасное средство для стимулирования организма, повышения сопротивляемости к инфекциям. Повышает упругость дряблой кожи. Борется с депрессией и стрессом, устраняет детскую плаксивость и гипервозбудимость. Эффективно применение в сочетании с маслами лаванды, пачули, гвоздики и цитрусовыми маслами. Сочетается с маслами: фенхеля, кардамона, укропа, кедр, тмина, кориандра, розового дерева, лавра благородного, петитгрейна, мандарина
Апельсин	Обладает антисептическим, антитоксичным, дезодорирующим, антидепрессивным свойствами. Действует успокаивающе и освежающе. Регулирует углеводный и жировой обмен, обладает мощным антицеллюлитным действием, стимулирует регенерацию клеток кожи. Богато витаминами А, В, С. Эффективно использование в сочетании с маслами герани, шалфея мускатного, лаванды, иланг-иланга и цитрусовых. Аромат апельсина тонизирует нервную систему, снимает депрессию, повышает работоспособность, стабилизирует настроение, борется с печалью и тревогой, помогает росту оптимизма и веры в собственные силы
Базилик	Обладает антибактериальным, смягчающим, стимулирующим действием. Рекомендуются для ухода за любым типом кожи. Отличное тонизирующее и освежающее средство
Бергамот	Обладает мощным успокаивающим, антидепрессивным, антисептическим, тонизирующим и освежающим действием. Нормализует секрецию сальных и потовых желез на жирных участках кожи, осветляет и сужает поры. Эффективно применение в сочетании с маслами лимона, лаванды, можжевельника, герани, цитрусовыми маслами

Гвоздика	Обладает антисептическим, противовоспалительным, тонизирующим действием. Ванны с добавлением этого масла способствуют восстановлению сил после нервного и физического переутомления, благотворно влияют на кожу, очищая ее. Эффективно в сочетании с маслами лаванды, шалфея мускатного, бергамота, иланг-иланга
Грейпфрут	Обладает очищающим, тонизирующим, освежающим, антисептическим свойствами. Эффективно против целлюлита. Осветляет и отбеливает жирную кожу, сужает поры. Восстанавливает естественную секрецию сальных желез. Укрепляет нервную систему, снимает чувство страха, раздражение
Иланг-иланг	Снимает эмоциональное напряжение, избавляет от чувства беспокойства, стимулирует сексуальное желание. Укрепляет волосы и ногти. Способствует замедлению процесса старения кожи, стимулирует рост новых клеток, придает коже упругость, бархатистость и нежность. Применяется для ухода за сухой, огрубевшей, шелушащейся кожей, очищает поры, удаляя токсичные вещества. Ванны с добавлением масла иланг-иланга рекомендуются для стимулирования иммунной системы. Эффективно использование в сочетании с маслами розового дерева, бергамота
Лаванда	Устраняет перевозбуждение, бессонницу, депрессию, плаксивость. Обладает антисептическим, дезодорирующим, противоожоговым, противовоспалительным свойствами. Бесценно для ухода за кожей благодаря омолаживающей силе. Применяется для ухода за кожей любого типа, особенно за чувствительной, кожей бедер, ягодиц, верхней части грудной клетки. Эффективно в сочетании с маслами гвоздики, герани, пачули, шалфея мускатного, розмарина, цитрусовых
Можжевельник	Повышает умственную активность. Оказывает успокаивающее действие. Обладает антисептическим, противовоспалительным, тонизирующим свойствами. Очищает и освежает угреватую, жирную кожу, способствует ее регенерации, усиливает кровообращение, препятствует возникновению сосудистых «звездочек». Повышает упругость кожи, устраняет растяжки и целлюлит. Эффективно против зуда и раздражения от укуса насекомых
Мята	Восстанавливает силы, обладает антисептическим, стимулирующим действием. Освежает, пробуждает кожу, стирает с лица следы усталости, неполноценного сна. Повышает защитные функции эпидермиса, придает коже упругость, бархатистость и нежность. Оказывает очищающее воздействие на кожу. Эффективно при лечении кожного зуда, дерматита, угревой сыпи, расширения капилляров. Ванны с добавлением мятного масла восстанавливают силы, устраняют нервозность. Используется при нарушениях пищеварительной системы, а также простудных и вирусных заболеваниях, облегчает восстановление после солнечных ожогов. Эффективно при стрессах, депрессии, умственном перенапряжении. Борется с усталостью и раздражительностью. Применение эфирного масла мяты особенно полезно при жирной коже. Эффективно в сочетании с лавандовым, бергамотным, эвкалиптовым, цитрусовыми маслами
Нероли	Обладает успокаивающим, антисептическим действием. Омолаживает, оживляет утомленную, зрелую кожу, разглаживая морщины. Устраняет раздражение кожи, мелкий сосудистый рисунок. Способствует регенерации кожи. Укрепляет волосы, повышает их эластичность
Петитгрейн	Обладает антисептическим, регенерирующим, успокаивающим свойствами. Рекомендуются для ухода за сухой, зрелой и чувствительной кожей. Разглаживает морщины, способствует увеличению эластичности кожи. Омолаживает, разглаживает кожу, восстанавливает ее упругость

Пачули	Вызывает прилив бодрости и оптимизма, обладает антидепрессивным действием, стимулирует сексуальное желание. Обладает антисептическим, антитоксичным, стимулирующим, дезодорирующим свойствами. Питает, разглаживает и обновляет сухую, утомленную кожу, способствует быстрой регенерации и эпителизации, устраняет дряблость бюста, живота и бедер. Ванна с маслом пачули оказывает общеукрепляющее действие, повышает сопротивляемость организма к инфекциям. Эффективно в сочетании с маслами гвоздики, бергамота, шалфея мускатного
Розмарин	Укрепляет и активизирует нервную систему, снимает физическую и умственную усталость, апатию. Обладает дезодорирующим, тонизирующим свойствами. Уменьшает секрецию кожного сала, выравнивает рельеф кожи, восстанавливает эластичность эпидермиса, препятствует возникновению сосудистых «звездочек». Применяется для ухода за жирной, угреватой кожей. Стимулирует защитные силы организма. Эффективно в сочетании с маслами герани, лаванды, шалфея мускатного
Чайное дерево	Является мощным стимулятором умственной деятельности. Способствует восстановлению организма после стресса, снимает волнение, способствует концентрации внимания. Обладает мощным антисептическим, противовоспалительным действием. Используется при гнойничковых поражениях кожи, угрях, для снятия усталости в ногах, для устранения неприятного запаха ног, оказывает регенерирующее и реабилитирующее действие. Ванны с добавлением масла чайного дерева способствуют восстановлению сил после нервного и физического переутомления, благотворно влияют на кожу, очищая ее
Шалфей мускатный	Обладает антисептическим, дезодорирующим, тонизирующим действием. Применяется для ухода за кожей любого типа, возвращая жизнь увядающей коже. Эффективно в сочетании с маслами герани, лаванды, цитрусовыми
Пихта	Тонизирует, повышает выносливость и жизненную активность, снимает стресс и хроническую усталость. Содержит более 35 биологически активных веществ, стимулирует иммунитет. Обладает антисептическим, противовоспалительным действием. Ванны с добавлением пихтового масла способствуют восстановлению сил после нервного и физического переутомления, благотворно влияют на кожу, подтягивая и очищая ее. Прекрасное ароматизирующее средство, устраняющее неприятные запахи. Эффективно в сочетании с маслами розмарина, лимона, шалфея мускатного
Эвкалипт	Восстанавливает психоэмоциональное равновесие. Обладает антисептическим, противоожоговым, противогерпетическим, регенерирующим и противовоспалительным действием. Ванны с добавлением эвкалиптового масла способствуют восстановлению сил после нервного и физического переутомления, благотворно влияют на кожу, очищая ее
Ромашка	Сильное болеутоляющее и противоаллергическое средство. Используется при простудных заболеваниях. Снижает повышенную температуру тела. Заживляет порезы и раны. Обладает бактерицидным и противовоспалительным действием. Отбеливает, успокаивает и устраняет аллергические проявления. Подходит для сухой и чувствительной кожи. Стимулирует рост волос, питает, способствует их осветлению. Запах ромашки успокаивающе действует на нервную систему, ликвидирует раздражительность, нормализует сон
Мелисса	Способствует быстрой акклиматизации, помогает при депрессии, меланхолии, раздражительности и бессоннице. Противогерпетическое средство

Семена моркови	Улучшает цвет лица, тонизирует, омолаживает кожу, делает ее более эластичной. Помогает избавиться от возрастных пигментных пятен. Подходит для сухой и стареющей кожи. Позволяет избавиться от проблем, вызванных витилиго (отсутствие пигментации), экземами, псориазом. Оказывает общее целительное действие при воспаленных ранах, сухой и жесткой коже, рубцах и мозолях. Отлично сочетается с миндальным маслом. Защищает кожу от мороза и ветра. Повышает сопротивляемость респираторным заболеваниям. Проясняет ум, снижает стресс, помогает бороться с ощущением опустошенности. Предупреждение: лучше воздержаться от применения эфирного масла морковных семян во время беременности
Мускатный орех	Улучшает кровообращение, полезно для кожи в качестве омолаживающего средства. Помогает бороться с грибковыми заболеваниями, стимулирует работу пищеварительного тракта
Лимон	Обеспечивает прилив сил и позитивных эмоций. Борется с депрессией, способствует концентрации внимания. Обладает антисептическим, противомикробным, дезодорирующим действием. Прекрасное средство против морщин. Эффективно для жирной кожи лица и волос. Обладает отбеливающим свойством, разглаживает кожу, смягчает ороговевшие участки кожи, осветляет ногтевые пластины. Рекомендуется также для ухода за руками, за кожей после эпиляции. Эффективно в сочетании с маслами бергамота, лаванды, герани, апельсина

ДОЗЫ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ

Чтобы применение эфирных масел не обернулось во вред, воспользуйтесь таблицей дозировок.

ТАБЛИЦА – дозировка эфирных масел (в каплях).

ОБОЗНАЧЕНИЯ методов использования:

1.Ванна. 2.Массаж, растирания. 3.Обогащение косметических средств. 4.Ароматизация помещений (на 5м²). 5.Ингаляции. 6.Компрессы. 7.Кулинария.











Название	Показания к применению	1	2	3	4	5	6	7
<i>Аир болотный</i>	ревматические боли, нервные напряжения повышение тонуса	2–5	3–5	–	–	–	–	–
<i>Ангелика, дягиль лек.*</i>	простудные заболевания, кашель, астма, ревматические боли, восп. кожного покрова	2–4	2–4	2–4	2–4	1–3	2–4	–
<i>Анис (бадьян)**</i>	простуда, бронхит, грипп, нарушения кровообращения	2–4	–	–	2–4	1–2	2–3	1–3
<i>Апельсин*</i>	нарушения кровообращения, гастрические расстройства, урологические заболевания	3–5	5–6	5–6	3–5	2–3	3–5	2 4
<i>Базилик</i>	мигрень, утомление, головные боли, бессонница, депрессии	3–5	4–5	4–6	2–4	2–3	3–5	1–3
<i>Бархатцы</i>	утомление, нервные напряжения и расстройства, от мух и насекомых–паразитов	2–4	4–6	3–4	1–2	1–3	3–4	–
<i>Бергамот*</i>	как антидепрессант, воспаления кожи, раны, порезы	3–5	7	3–4	2–3	1–3	3–4	–
<i>Бигардия</i>	угри, грибковые заболевания кожи, депрессия, бессонница	3–5	1–5	3–6	2–3	1–3	3–6	–
<i>Валериана</i>	расстройства сна. невроз, стресс, мигрень, гипертония, тахикардия	3–5	1–4	2–5	1–2	1–3	2–5	–
<i>Вербена</i>	усталость, головная боль, бессонница, ранения, ушибы, гематомы	2–4	1–5	3–6	2–3	1–3	3–6	–
<i>Ветивер</i>	как антисептик, тоник, ревматические и мышечные боли, бессонница, волнения	2–4	1–5	2–5	2–3	1–3	2–5	–
<i>Гвоздика</i>	ревматизм, артрит, невралгии, бронхит, простуда, как реппелент	2–4	1–4	2–5	2–3	1–2	2–5	2–4
<i>Герань</i>	простуды, стресс, кожные заболевания	3–5	1–5	2–5	1–2	2–3	2–5	
<i>Грейпфрут*</i>	депрессии, усталость, наркомания	3–5	1–5	2–5	2–3	1–3	2–5	2–4
<i>Душица</i>	дерматиты, герпес, экземы, как успокаивающее средство	2–4	1–4	2–5	2–3	1–2	2–5	–
<i>Ель</i>	перхоть, выпадение волос, ушибы, травмы, потливость ног. инфекции мочевыводящих и дыхательных путей, ревматизм и подагра	4–7	3–6	4–6	3–5	2–3	3–6	–
<i>Жасмин</i>	неврозы, дерматиты, экземы	2–4	1–5	2–5	2–3	1–2	2–5	–
<i>Иланг–иланг</i>	нервное возбуждение, гипертония, жирная кожа, выпадение волос	3–5	1–5	2–5	2–3	1–3	2–5	
<i>Имбирь</i>	ревматизм, ангина, головная боль	1–3	1–4	3–6	1–2	1–2	3–6	3–5
<i>Ирис</i>	для ухода за кожей, бронхит, кашель	2–4	1–4	2–5	2–3	1–2	2–5	
<i>Иссоп</i>	заболевания верхних дых. путей, раны, ушибы, как тонизирующее и стимулирующее	2–4	1–4	2–4	2–3	1–3	2–4	1–5
<i>Кайебут</i>	болезни горла, астма, туберкулез, ревм. и невр. боли, болезни кожи, болезни зубов и	3–5	1–5	2–4	2–3	1–3	2–4	–
<i>Кардамон</i>	обезболивание при ишиасе, пониженное кр. давление, депрессия	2–4	1–4	2–4	2–3	1–2	2–4	–
<i>Кедр</i>	легочные урологические заболевания, стресс, укусы насекомых	3–5	1–5	3–5	1–2	1–4	3–5	–

<i>Кипарис</i>	наруш. кровообращения, водно-жирового обмена, иммунитета, как антидепрессант	3–5	1–5	3–5	2–3	1–3	3–5	–
<i>Кориандр</i>	отсутствие аппетита, болезни печени и желчного пузыря, стресс, ревматизм, артрит	2–3	1–4	2–4	2–3	1–3	2–4	2–4
<i>Корица ***</i>	вирусные инфекции, воспаления кожи, ревматические боли, артрит	2–4	1–4	3–5	2–3	1–2	3–5	3–6
<i>Лаванда</i>	раны, ожоги, дерматиты, гастрит, высокое кровяное давление стресс, как антимошь	3–5	2–6	3–6	2–3	1–4	3–6	–
<i>Лавр</i>	воспаления дыхательных путей, ушибы, вывихи, растяжения связок, как антисептик	1–3	1–5	2–4	1–2	1–2	2–4	1–3
<i>Ладан</i>	простуда, астма, склонность к облысению, для ухода за кожей	1–3	1–4	2–4	1–2	1–2	2–4	–
<i>Лайм *</i>	депрессии, головная боль, нарушения психики при алкоголизме	3–5	1–5	3–5	2–3	1–4	3–5	2–8
<i>Лемонграсс *</i>	болезни верхних дыхательных путей, инфекции кожи	2–4	1–4	2–4	2–3	1–2	2–4	–
<i>Лимон *</i>	снижение иммунитета, гипертония, кровоостанавливающее средство	3–5	6	3–6	2–3	1–4	3–6	2 9
<i>Литсея кубеба</i>	жирная кожа и волосы, дерматиты, ревматизм, подагра, мигрени, варикоз.	3–5	2–5	3–5	1–2	1–2	3–6	–
<i>Майоран</i>	простуды, головная боль, астма, ревматические боли; гипертония	2–4	1–4	2–4	1–2	1–2	2–4	1–3
<i>Мандарин</i>	бессонница, нервное перенапряжение, слабость, гипертония	3–5	1–4	3–5	2–3	1–3	3–5	3–5
<i>Мелисса</i>	расстройства пищеварения, болезни верхних дыхательных путей, инфекции кожи	3–5	1–5	3–5	2–3	1–4	3–5	–
<i>Миндаль горький **</i>	для ухода за кожей, как противовоспалительное, обезболивающее, отбеливающее	2–4	3–5	1–3	2–3	–	–	–
<i>Мирра</i>	трофические язвы, аллергические дерматиты, выпадение волос, обезболивающее	2–4	1–5	3–5	1–2	1–2	3–5	–
<i>Мирт</i>	антиревматическое и бактерицидное действие	2–4	1–5	3–5	1–2	1–2	3–5	
<i>Можжевельник</i>	гипертония, ревматизм, плохой обмен веществ, снижение иммунитета, дерматиты	3–5	1–5	3–5	2–3	1–3	3–5	3–6
<i>Мята</i>	грипп, простуда, воспаление дыхательных путей, головная боль, утомляемость	3 5	1–5	3–5	2–3	1–4	3–5	–
<i>Нероли</i>	нарушения кровообращения, гастрические расстройства, урологические заболевания	3–5	1–5	3–6	2–3	1–3	3–6	–
<i>Орех мускатный **</i>	ревматические боли, артрит, склонность к облысению, стимуляция сердца	2–4	1–4	2–4	1–2	1–2	2–4	1–3
<i>Пальмароза</i>	кожные заболевания, нервное напряжение, депрессия	2–4	1–4	3–5	1–3	1–3	3–5	–
<i>Пачули</i>	кожные заболевания, утомляемость, перевозбуждение	3–5	1–5	3–6	1–3	1–4	3–6	–
<i>Петитгрейн</i>	угри, грибковые заболевания кожи, депрессия, бессонница	3–5	1–5	3–5	1–3	1–3	3–5	–
<i>Пихта</i>	воспаления легких и бронхов, невроты, утомление глаз	3–5	1–4	3–5	2–3	1–4	3–5	–
<i>Полынь лимонная **</i>	плохой аппетит, гельминтоз, нарушения менструального цикла, алкоголизм	3–5	2–4	2–3	3–5	1–2	2–3	1–2
<i>Полынь таврическая</i>	как афродизиак, антисептик, противолихорадочное противоглистное средство	2–4	1–3	1–2	2–4	–	1–2	–
<i>Роза</i>	воспаление глаз, гипертония, нервные расстройства, уход за кожей, ожоги	3–5	1–5	3–5	1–2	1–2	3–5	–
<i>Розмарин **</i>	ревматические боли, артрит, усталость, апатия, нарушения памяти	2–4	1–5	2–4	1–3	1–2	2–4	–
<i>Розовое дерево</i>	депрессия, болезни кожи, раны, сексуальные проблемы, слабый иммунитет	2–4	1–5	3–5	1–3	1–3	3–5	–
<i>Ромашка</i>	бессонница, мигрень, воспаления кожи, ожоги, экзема	3–5	2–6	3–6	1–3	1–4	3–6	–
<i>Сандал</i>	болезни кожи, гонорея, сексуальное напряжение, страх, бессонница	3–5	1–5	3–5	1–3	1–3	3–5	–
<i>Сосна</i>	простуда, переохлаждение, бронхит, астма	3–5	1–5	3–5	1–3	1–4	3–5	–
<i>Табак</i>	невралгии, мышечные боли, стимулирующее средство	1–3	1–4	2–3	1–2	1–2	2–3	–
<i>Тимьян **</i>	ревматические боли, гипотония	2–4	1–4	2–4	1–2	1–2	2–4	–
<i>Тмин **</i>	усталость, депрессия, урологические заболевания, нарушения обмена веществ	2–4	1–4	2–4	1–2	1–2	2–4	1–2
<i>Туя **</i>	застой в легких, ревматизм, простатит, для стимуляции сердечной деятельности	3–5	1–4	3–5	1–3	1–4	3–5	–

<i>Укроп</i>	диспепсия, гипертония, воспаления кожи, недостаточная лактация, перевозбуждение	3–5	1–5	4–6	2–5	1–2	6–7	3–5
<i>Фенхель</i> **	нарушения пищеварения, утомляемость, мочегонное и гормональное средство	3–5	1–5	3–5	1–3	1–3	3–5	1–3
<i>Хо</i> **	нарушения пищеварения, ревматические боли, невралгия	1–2	1–5	2–3	1–2	1–3	3–4	–
<i>Цитронелла</i>	стресс, нервное напряжение, нарывы, раны, экземы	2–4	1–4	2–4	1–2	1–2	2–4	–
<i>Чабрец</i>	как обезболивающее, антисептическое и ранозаживляющее средство	3–7	1–6	3–6	1–3	1–3	3–6	–
<i>Чайное дерево</i>	герпес, молочница, грибковые заболевания, легочные заболевания, ослабление	3–5	1–5	2–5	1–2	1–3	2–5	–
<i>Шалфей</i> . **	ревматические боли. как антисептическое и противовоспалительное средство	3–6	1–6	3–5	1–3	1–4	3–5	1–3
<i>Эвкалипт</i>	респираторные заболевания, ревматические и мышечные боли	3–6	1–5	3–5	1–3	1–4	3–5	1–3
* Запрещается употреблять при пребывании на солнце. ** Сильнодействующее средство! Применять под контролем врача. *** С предварительным тестом								

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ

В приведенной ниже таблице-памятке указаны свойства и область применения эфирных масел в ароматерапии.

	Тело			Кожа						Волосы			Ногти		Свойства										Противопоказания			
	Массаж	Ванны	Сауна	Проблемная	Жирная	Сухая	Нормальная	Чувствительная	Против морщин	Отбеливающее	Жирные	При выпадении	При перхоти	Ломкие	Расслаивающиеся	Антисептическое	Противовоспалительное	Успокаивающее	Возбуждающее	Инсектицидное	При укусах насекомых	Ароматизирующее	Дезодорирующее	Антицеллюлитное		Антидепрессивное	При бессоннице	Афродизиак
Анис	+	+					+		+						+		+		+				+				+	
Апельсин сладкий	+	+	+			+			+					+	+	+	+					+		+	+	+	+	
Базилик	+	+		+			○				+					+	+	+			+			+	+			
Бергамот	+	+		+	+		○			+	+	+			+	+						+	+		+		+	
Гвоздика	+	+		+	+										+	+	+		+			+						
Герань	+	+		+	+	+		+				+			+	+		+	+					+	+			
Грейпфрут	+	+		+	+					+					+							+		+	+			
Душица	+			+											+	+	+						+	+				
Ель	+	+	+	+							+	+				+						+	+		+			
Жасмин	+	+		+		+	+	+	+							+	+						+	+			+	
Иланг-иланг	+	+			+			+			+			+	+					+	+			+	+	+	+	
Кедр		+	+	+	+				+		+	+	+			+							+		+	+		
Кипарис	+	+		+	+			+			+	+	+			+				+	+	+	+					
Лаванда	+	+	+	+								+	+			+	+	+		+	+	+			+	+		
Лимон	+	+		+	+		○			+	+	+		+		+		+				+		+	+			 
Мелисса	+	+		+	+		○				+						+				+		+		+	+		
Можжевельник	+	+	+	+	+						+	+				+	+			+		+		+				
Мята	+	+		+	+		○		+						+						+	+						
Пачули	+	+		+			+		+		+	+			+	+				+	+	+	+		+		+	

Пихта	+	+	+				+		+							+	+	+				+						
Роза	+	+		+		+		+	+							+	+					+	+		+	+		
Розмарин	+	+		+	+							+	+									+			+			
Розовое дерево	+	+	+				+	+	+	+						+	+					+			+			
Сандал	+	+		+	+	+	+		+										+			+				+	+	
Сосна	+	+	+	+	+		○		+			+				+			+			+	+		+			
Туя	+	+		+	+		+									+	+	+	+						+		+	
Укроп	+	+		+	+											+		+							+			
Цитрус	+	+	+		+				+	+		+	+	+	+		+					+						
Чайное дерево		+		+									+			+	+					+	+					
Шалфей мускатный				+			+				+		+			+	+	+							+	+		
Эвкалипт	+	+	+	+								+	+			+	+					+			+	+	+	

не использовать перед выходом на солнце

не использовать перед сном

перед использованием убедитесь в отсутствии аллергической реакции

не использовать во время беременности

соблюдать дозировку

СОВМЕСТИМОСТЬ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ

Для создания составов с усиленными свойствами рекомендуется смешивать и применять различные виды эфирных масел. Таблица ниже показывает их совместимость.

	Апельсин	Базилик	Бергамот	Гвоздика	Ель	Иланг-иланг	Кедр	Кипарис	Корица	Лаванда	Лимон	Лемонграсс	Мандарин	Можжевельник	Мята	Нероли	Пачули	Розмарин	Сосна	Чайное дерево	Фенхель	Эвкалипт	
Апельсин	■				■			■		■		■		■	■			■					■
Базилик		■	■						■				■			■		■					
Бергамот		■	■	■				■	■		■			■			■			■	■		
Гвоздика			■	■						■	■			■				■			■		
Ель	■		■		■					■				■		■		■			■	■	
Иланг-иланг			■	■		■		■	■		■	■	■		■					■			
Кедр			■				■							■		■	■	■		■			
Кипарис	■		■					■			■					■	■	■					
Корица		■	■						■					■				■			■		
Лаванда	■			■	■			■		■					■		■			■	■	■	■
Лимон			■	■				■			■					■							
Лемонграсс	■									■		■						■				■	
Мандарин		■	■	■					■				■			■	■						
Можжевельник	■		■	■										■			■			■			
Мята	■		■												■			■				■	
Нероли		■	■		■						■					■		■		■		■	■
Пачули			■							■				■			■			■			
Розмарин	■	■		■								■						■					■
Сосна			■				■							■		■	■	■	■	■	■		■
Чайное дерево			■	■	■				■									■			■		
Фенхель					■							■			■							■	
Эвкалипт	■									■								■	■				■

■ сочетается

□ не сочетается