

Sicherer Umgang mit den Ölen

Die angebotenen Beratungen, Empfehlungen und Produkte ersetzen keinen Arzt, Heilpraktiker oder Medikamente. Jeder Klient übernimmt die volle Selbstverantwortung für sich.



Vorsicht bei Zitrusölen

Wenn die Sonne scheint, sollte man keine Zitrusöle direkt auf der Haut verwenden, da man sich sonst schneller verbrennen kann. Sonnenlicht bei direkter Einstrahlung bis zu 72 h vermeiden. (Auch Ölmischungen wie OnGuard können Zitrusöle enthalten)

photosensitive Öle: Bergamot, Lemon, Grapefruit, Lime, Red Mandarine, Tangerine, Wild Orange, On Guard, Adaptiv, AromaTouch, Cheer, Citrus Bliss, Citrus Bloom, Elevation, Forgive, InTune, Motivate, Passion, Cheer, Motivate, Forgive, Thinker, Brave, Stronger, Arise. (Liste eventuell nicht vollständig!)

Falls mal ein Öl ins Auge geht

nicht mit Wasser ausspülen, sondern leicht mit einem neutralen Öl darüber wischen. Kann in dem Fall auch Olivenöl oder ähnliches sein. Das gleiche gilt, wenn ihr ein Öl einnehmen möchtet und es euch aber im Mund zu scharf sein sollte. Dann am besten auch mit einem anderen Öl neutralisieren.

Hitze / Lagerung der Öle

Die Öle sollten nicht direkt in der Sonne gelagert werden. Ab ca. 45° verlieren sie die therapeutische Wirkung. Egal ob zum Trinken, als Roller oder Spray, sollte man für die Öle immer Glasbehälter verwenden, da sich sonst Microplastik vom Behälter lösen könnte.

Öle verdünnt auftragen

Je nach Alter werden die ätherischen Öle mit einem Trägeröl verdünnt. Bitte nutze dazu die Verdünnungstabelle, die du von deiner Beraterin bekommst.

Schwangerschaft / Baby

In der Schwangerschaft sollten die Öle hauptsächlich äußerlich verdünnt angewendet werden und auch bei Babys und Kindern reicht die verdünnte Form aus. Pfefferminzöl und Supermint sollten bei kleinen Kindern vermieden werden und auch andere mentholhaltige Öle sollten nicht an den Atemwegen aufgetragen werden. Beispiel: Eukalyptus, Spearmint, Air. wenige Öle sollten in der SSW vermieden werden, u.a. Clary Sage, Clove, Zimt/Cassia