

Властивості

Ефірну олію Ялиці отримують методом парової дистиляції з хвої і молодих пагонів (хвойних лапок) Ялиці сибірської - *Abies sibirica Ledeb.* (Сімейство Соснові - *Pinaceae*).

Аромат: чистий, свіжий, холодний, насичений, пряний, терпкий, бальзамічний, смолисто-хвойний, що нагадує запах свіжого хвойного лісу.

Дія: антисептична, болезаспокійлива, протизапальна, відхаркувальна, імуномодуюча, загальнозміцнююча, стимулююча; тонізує шкіру, усуває неприємний запах ніг.

Ефірна олія ялиці активізує відновлювальні процеси для старіючої шкіри і шліфує проблемні ділянки, позбавляючи її від рубців; в дерматології застосовується при боротьбі з ангулітами, гнійничковим висипом, дерматозом стоп і іншими захворюваннями.

Ефективно бореться з вірусними інфекціями, з простудними захворюваннями і хворобами дихальних шляхів, стимулює кровообіг, приводить м'язову тканину в тонус і сприяє розсмоктуванню гематом.

Використовується при обмороженнях і охолодженнях для ліквідації неприємних наслідків. Застосовують для повернення гостроти зору.

Аромат ялицевої олії має заспокійливу, гармонізуючу і тонізуючу дію. Він підвищує витривалість і працездатність, знімає хронічну втоми. Вселяє оптимізм, зміцнює дух, посилює наполегливість і терпіння, надає протверезну дію.

Спосіб застосування

Ялицева олія добре поєднується з іншими ефірними оліями. У суміші з лавандовою і ялівцевою оліями використовується для догляду за шкірою. Всі ефірні олії беруться в співвідношенні 1:1 і можуть бути застосовані як для збагачення косметичних засобів, так і для масажу, ванн, розтирань, ароматизації приміщень.

Збагачення косметичних засобів

4-8 крапель ялицевої олії або однієї з композицій ефірних олій змішати з 10-15 г (мл) основи (рослинної олії, крему, лосьйону, тоніка, гелю, ополіскувача).

Масаж

6-7 крапель ялицевої олії або однієї з композицій олій змішати з 1 столовою ложкою будь-якого рослинної олії (жожоба, мигдалевої, персикових кісточок, виноградних кісточок та інші) або обраного Вами крему.

Ванни

У наповнену ванну (37-38 °C) додати 6-7 крапель ялицевої олії або однієї з композицій олій, попередньо змішаних з 1 столовою ложкою емульгатора (молока, меду, морської або кухонної солі). Час процедури 10-20 хвилин.

Ванночки для ніг: 2-3 краплі ялицевої ефірної олії або однієї з композицій олій на 5-7 л теплої води.

Лазня і сауна

Для ароматизації повітря в лазні і сауні шляхом нанесення на розжарені камені 4-7 крапель олії розвести в 500 мл води.

Розтирання

10 крапель ялицевої олії або однієї з композицій олій на 10-15 г (мл) основи (крему або рослинної олії).

Ароматизація приміщення

4-6 крапель ялицевої олії або однієї з композицій олій додати в аромалампу, заправлену водою, і запалити свічку. Аромат наповнить приміщення. При відсутності аромалампи олію можна нанести на серветку або додати в чашку з гарячою водою і помістити її на радіатор опалення.

Застереження

Індивідуальне несприйняття ефірної олії ялицевої.

Дотримуватися обережності при епілепсії, схильності до судом.

Не застосовувати при гострих захворюваннях нирок.

Склад

100% ефірна олія ялиці (*Abies Sibirica Needle Oil*).