

DIY ANTICELULITNO AROMATERAPIJSKO ULJE DIY ANTICELULITNO AROMATERAPIJSKO ULJE

Posted on **February 16, 2013** by **Martina**

Vrlo je jednostavno napraviti vlastitu mješavinu aromaterapijskog ulja, ali mnoge imamo problema s upornošću u korištenju i samom masažom. Ono što meni zapravo puno pomogne u upornosti je upravo razumijevanje ?ime se masiram i što aromaterapijsko ulje može napraviti za mene. Postoje razna eteri?na ulja ?ijim mješanjem sa baznim uljem dobivate odlične kućne pripreme. S obzirom da je eteri?no ulje glavni sastojak u ovom receptu bitno je znati od kojih biljaka je najbolje eteri?no ulje za borbu protiv celulita, ali također treba biti svjestan različitih kvaliteta eteri?nih ulja na tržištu.

Eteri?na ulja

Što su eteri?na ulja?

To su aromati?ni tekući ekstrakti dobiveni iz cvjetova, plodova, listova, stabljika, korijenja, sjemena, voća, kore biljaka i drveća, te mahovine. Eteri?na ulja sadrže kompleksne sastojke koje proizvodi biljka u koncentriranom obliku. Ona doslovce predstavljaju ozdravljujuću životnu snagu biljaka te pomažu tijelu u samoizlječenju, jer jačaju imunološki sustav. Njihovi mirisi djeluju i na duh (preko hipotalamusa) što se podsvjesno odražava na osjećaj sklada i dobrog raspoloženja. Eteri?na ulja mogu ući u organizam udisanjem (kroz pluća) ili preko kože (masažom). U oba slučaja ulaze u krvotok i dolaze do stanica. Velik broj laboratorijskih istraživanja dokazuje da mnoga eteri?na ulja imaju antibakterijska, antigljivična i antivirusna svojstva.

Vrlo je jednostavno napraviti vlastitu mješavinu aromaterapijskog ulja, ali mnoge imamo problema s upornošću u korištenju i samom masažom. Ono što meni zapravo puno pomogne u upornosti je upravo razumijevanje ?ime se masiram i što aromaterapijsko ulje može napraviti za mene. Postoje razna eteri?na ulja ?ijim mješanjem sa baznim uljem dobivate odlične kućne pripreme. S obzirom da je eteri?no ulje glavni sastojak u ovom receptu bitno je znati od kojih biljaka je najbolje eteri?no ulje za borbu protiv celulita, ali također treba biti svjestan različitih kvaliteta eteri?nih ulja na tržištu.

Eteri?na ulja

Što su eteri?na ulja?

To su aromati?ni teku?i ekstrakti dobiveni iz cvjetova, plodova, listova, stabljika, korijenja, sjemena, vo?a, kore biljaka i drve?a, te mahovine. Eteri?na ulja sadrže kompleksne sastojke koje proizvodi biljka u koncentriranom obliku. Ona doslovce predstavljaju ozdravljuju?u životnu snagu biljaka te pomažu tijelu u samoizlje?enju, jer ja?aju imunološki sustav. Njihovi mirisi djeluju i na duh (preko hipotalamusa) što se podsvjesno odražava na osje?aj sklada i dobrog raspoloženja. Eteri?na ulja mogu u?i u organizam udisanjem (kroz plu?a) ili preko kože (masažom). U oba slu?aja ulaze u krvotok i dolaze do stanica. Velik broj laboratorijskih istraživanja dokazuje da mnoga eteri?na ulja imaju antibakterijska, antigljivi?na i antivirusna svojstva. (more...)

Posted in:DIY | Tagged:Anticelulit,Anticelulitna Masaža,Bazno Ulje,Diy,Eteri?na Ulja,Masažno Ulje,Primavera Eteri?na Ulja | With 5 comments
