



## ÉTERICKÉ OLEJE

### Účinky éterických olejů dle Lavanda.cz

- ANTIBIOTICKÉ - potlačují infekci uvnitř těla: kajeput, manuka, niaouli, ravensara, tea tree
- ANTISEPTICKÉ - potlačují nebo předcházejí lokální bakteriální infekci: bergamot, eukalyptus, jalovec, levandule, manuka, ravintsara, rozmarýn, tea tree.
- ANTIVIRÁLNÍ - ničí a tlumí bujení virů: bergamot, eukalyptus, levandule, manuka, ravintsara, tea tree
- BAKTERICIDNÍ - hubí bakterie: bergamot, kajeput, eukalyptus, jalovec, levandule, manuka, niaouli, rozmarýn
- HOJIVÝ A PROTIZÁNĚTLIVÝ - přispívají k hojení ran: benzoe, bergamot, heřmánek, levandule, myrha, tea tree
- HUBÍ KVASINKY A PLÍSNĚ: levandule, myrha, tea tree

**Éterické oleje** (na rozdíl od [rostlinných macerátů](#)) **neaplikujeme bez výslovného doporučení odborníka (aromaterapeuta) na pokožku dětí mladších 3 let.**

V literatuře nacházíme následující doporučení týkající se koncentrace aplikovaných éterických olejů:

- 0,5 - 1 % ředění v nosném oleji: pro kojence, citlivé nebo starší osoby - při chronických onemocněních, psychosomatických potížích a v paliativní péči
- 1,5 - 3 % ředění v nosném oleji: pro stabilní děti starší 6 let 1,5 %, od 12 let 3 % - při bolesti, zranění a onemocnění
- 5-10 % ředění v nosném oleji: pro stabilizované dospělé - při léčebných masážích, pouze krátkodobě při silných bolestech, akutních zraněních nebo onemocněních; jde o **výjimečné případy žádající si dohled vzdělaného aromaterapeuta**

### Original ATOK doporučuje \*

- Mastná pleť a akné: ÉO Bergamot - ÉO Borovice - jehličí - ÉO Cedr americký- dřevo - ÉO Cedr himálajský - ÉO Citronela - ÉO Cypřiš - ÉO Eukalyptus - ÉO Heřmánek žlutý - ÉO Hřebíček - ÉO Jalovec - ÉO Kadidlovník - ÉO Kafr - ÉO Kajeput - ÉO Levandule extra - ÉO Máta peprná - ÉO Mateřídouška - ÉO Meduňka citrónová - ÉO Meduňka lékařská - ÉO Myrha - ÉO Pelargonie - ÉO Petitgrain - ÉO Rozmarýn extra - ÉO Růže damažská - ÉO Růžové dřevo - ÉO Řebříček - ÉO Santal - ÉO Šalvěj lékařská - ÉO Šalvěj muškátová - ÉO Tea tree - ÉO Tymián světlý - ÉO Tymián červený - ÉO Yzop - ÉO Vetiver - ÉO Ravintsara - ÉO Nard - ÉO Litsea cubeba
- Suchá a stárnoucí pleť: ÉO Amyris - ÉO Heřmánek modrý - ÉO Jasmín absolue - ÉO Kadidlovník - ÉO Levandule extra - ÉO Pačuli - ÉO Pomeranč - ÉO Růžové dřevo - ÉO Růžová palma - ÉO Santal - ÉO Vetiver - ÉO Ylang-ylang - ÉO Kananga - ÉO Mrkev - semena - ÉO Růže damažská - ÉO Fenykl - ÉO Nard - ÉO Bezoin absolue - přír. krystaly v roztoku
- Rozšířené póry, rozšířené žilky: ÉO Cedr americký- dřevo - ÉO Cedr himálajský - ÉO Cypřiš - ÉO Jalovec - ÉO Kadidlovník - ÉO Máta peprná - ÉO Myrha - ÉO Pelargonie - ÉO Citron - ÉO Růže damažská - ÉO Řebříček - ÉO Santal - ÉO Smrk - jehličí - ÉO Šalvěj lékařská - ÉO Šalvěj muškátová
- Extrémně citlivá pleť: ÉO Heřmánek modrý - ÉO Jasmín absolue - ÉO Levandule extra - ÉO Mrkev - semena - ÉO Pelargonie - ÉO Růže damažská - ÉO Tea tree - ÉO Slaměnka - ÉO Meduňka lékařská
- Ekzém, lupénka: ÉO Heřmánek modrý - ÉO Jalovec - ÉO Levandule extra - ÉO Pelargonie - ÉO



Řebříček - ÉO Tea tree - ÉO Meduňka lékařská - ÉO Nard

- Jizvy: ÉO Bergamot - ÉO Cedr himálajský - ÉO Jalovec - ÉO Levandule extra - ÉO Mrkev - semena - ÉO Pelargonie - ÉO Slaměnka - ÉO Šalvěj lékařská - ÉO Myrha - ÉO Kadidlovník
- Plísňe pokožky: ÉO Česnek - ÉO Hřebíček - ÉO Oregano - ÉO Mateřídouška - ÉO Tymián světlý - ÉO Tymián červený - ÉO Levandule extra - ÉO Bergamot
- Celulitida: ÉO Borovice - jehličí - ÉO Citron - ÉO Cypřiš - ÉO Fenykl - ÉO Grapefruit - ÉO Jalovec - ÉO Pačuli - ÉO Pepř černý - ÉO Pomeranč - ÉO Rozmarýn extra - ÉO Skořice - listí - ÉO Skořice - kůra - ÉO Vavřín - listí

-> ["Meet Fragrance \(and Essential Oil\) Allergens" na blogu SkinChakra](#)

-> ["Phototoxicity and essential oils" na blogu SkinChakra](#)