



## ZÁKLADNÍ KOSMETICKY VÝZNAMNÉ ROSTLINNÉ OLEJE A MÁSLA

### ARAŠÍDOVÝ OLEJ *Arachis hypogaea*

Díky vysokému obsahu velmi kvalitních tuků je arašídový olej oblíbenou přísadou mnoha kosmetických produktů. Dokonale hydratuje pleť a je vhodný pro péči o pokožku celého těla a také pro masáže. Jednou z vlastností oleje je i jeho malá vysychavost, a proto zvyšuje trvanlivost kosmetických přípravků. Arašídový olej se lisuje nebo extrahuje z plodů podzemnice olejné.

### ARGANOVÝ OLEJ *Argania spinosa*

Olej se lisuje za studena z ořechů malých stromů rostoucích v jižním Maroku a v místní tradici je po staletí používán na zkrášlení pokožky a udržení mladistvého vzhledu. Vyhlazuje a zjemňuje pleť, přirozeně pokožku chrání před vnějšími vlivy, hydratuje a dodává jí důležité bioaktivní látky. Olej obsahuje vysoké procento vitamínu E – alfa tokoferolu, proto je výjimečně schopným pomocníkem v ochraně pleti proti poškození volnými kyslíkovými radikály. Významný je také obsah nenasycených mastných kyselin, karotenů a fytosterolů. Arganový olej má silné regenerační a zvláčňující účinky a spolehlivě obnovuje vitalitu suché, vysušené, citlivé, poškozené nebo předčasně zralé pleti. Je vhodný jako jemný prostředek na ošetření očního okolí, může se používat jako péstící noční olej nebo jako podklad pod denní krém.

### AVOKÁDOVÝ OLEJ *Persea americana*

Olej je zajímavý výrazně regeneračními účinky. Je vhodný k ošetření pokožky po menopauze. Obsahuje velké množství vitamínů A, B, E, D a sterolů (až 10%), které mohou být použity při léčbě artritických bolestí. Kvůli zelené barvě a typickému aroma se jako masážní olej k samostatnému použití nehodí, ale v masážních kompozicích udržuje pokožku vláčnou a hebkou. Při přecitlivělé pokožce může avokádový olej dobře nahradit senzitivující oleje. Můžeme jej použít jako doplněk stravy, protože právě avokádový olej snižuje hladinu cholesterolu v krvi a je výborný při poruchách močových cest.

### BAMBUCKÉ MÁSLO *Butyrospermum Parkii Butter*

Bambucké máslo (Karité) dokonale pečuje o vysušenou, suchou, popraskanou a citlivou pleť. Výborně se hodí k použití na pokožku celého těla, k výrobě mastí či k ochraně pokožky při slunění nebo koupání ve slané mořské vodě. Je ideálním základem pro nejrozmanitější masti od ošetření popraskaných bradavek při kojení, přes neutrální balzám na suché rty nebo odřený nos při rýmě až po zjemňující mast na ztvrdlou pokožku loktů, kolen či chodidel. Taje při teplotě lidského těla. Obsahuje vitamíny A, E a F. Vyrábí se z výtažků velikých hnědých ořechů afrického stromu Shea tree, máslovníku, rostoucího v oblasti Ghany, Mali, Burkiny Faso a Nigérie.

### JOJOBOVÝ OLEJ *Simmondsia chinensis*

Charakteristickými vlastnostmi se jedná vlastně o tekutý vosk s unikátním poměrem vysoce nenasycených mastných kyselin. Tento velmi ceněný masážní olej je vhodný na všechny typy pleti, a to i pro pleť velmi citlivou. Má regenerační schopnosti, dobře se roztírá, vstřebává a reguluje vlhkost pokožky. Pravidelnou masáží se všechny typy pleti stávají opět odolnými vůči vnějším vlivům.



Zabraňuje další tvorbě vrásek a díky přirozenému ochrannému UV faktoru 3 až 4 chrání před slunečním zářením. Pokud vmasírujete několik kapek jojobového oleje do vlhkých vlasů, získají zaručenou jemnost, hebkost a přirozený lesk. Jojobový olej nedoporučujeme k vnitřnímu užití, jelikož projde trávicím ústrojím beze změny.

#### KAKAOVÉ MÁSLLO *Theobroma Cacao Seed Butter*

Kakaové máslo je jedním z nejstabilnějších tuků, protože obsahuje vhodné antioxidanty zabraňující žluknutí a je možno jej uchovávat dva až pět let bez výrazné změny struktury. Díky své jemné struktuře, příjemné vůni a změkčující povaze je vhodné k péči o suchou pleť. Přidává se do koupelí, tělových mlék a krémů, do přípravků péče o rty. Uvádí se, že snižuje tvorbu vrásek zejména v okolí úst a očí a zabraňuje tvorbě těhotenských strií.

#### KOKOSOVÝ TUK *Cocos nucifera*

Získává se z usušené bílé dužniny ořechu kokosovníku ořechoplodého. Jedná se vlastně o tuk nebo kokosové „máslo“, které je v panenském stavu bílé a tuhé a taje při 25 °C. Olej tak stačí ponechat při pokojové teplotě nebo jej krátce postavit do teplé vodní lázně, aby se dostal do tekutého stavu. Kokosový olej osvědčil výbornou skluznost a ještě krátce zůstává na pokožce. Pleť je po jeho aplikaci hladká a jemná, pokožku zvlhčuje a vytváří na ní ochrannou vrstvu. Velmi dobře se míchá s éterickými oleji, vyzkoušejte zejména některé sladké květové vůně pro dokonalý efekt havajské či thajské masáže. Doporučuje se také jako součást hydratačních olejů, určených na suchou pokožku a na uklidnění citlivé a jemné pleti. Protože je kokosový olej dobře přilnavý, používá se tradičně také jako regenerační prostředek pro vysušené či odumírající vlasy.

#### LNĚNÝ OLEJ *Linum usitatissimum*

Je znám pro své regenerační, zvláčňující a zjemňující účinky. Podporuje léčbu ekzematických stavů pleti, lupénky a popálenin. Je vhodný k ošetření ztvrdlé a popraskané kůže. Obsahuje neobvyklé množství nenasycených mastných kyselin (kyselina linolenová a linolová), chrání pokožku před volnými radikály, poškozujícími tkáň během zánětlivých stavů pleti. Pro přímou masáž se příliš nehodí kvůli své tmavé barvě, ale v masážních kompozicích je velmi účinnou regenerační složkou. Pravidelná aplikace činí pokožku vláčnou a jemnou. Může se užívat vnitřně jako zdroj nenasycených mastných kyselin (tzv. vitamín F), které snižují hladinu cholesterolu.

#### MAKADAMIOVÝ OLEJ *Macadamia ternifolia*

Z plodů, ořechů, se lisuje velmi kvalitní, bledý olej slabé vůně. Nejlépe jej lze popsat jako výživový olej pro pokožku. Jeho celkový profil je velmi blízký lidskému kožnímu mazu. Nejenže podporuje hydrataci a zajišťuje regeneraci kožní tkáně, ale také chrání buněčné lipidy před žluknutím. Má praktický význam pro zralou a citlivou pleť. Zvýšení její ochrany dosáhneme přimícháním oleje jojobového. Kosmetičky, maséři a fyzioterapeuti ocení makadamový olej při ošetřování suché pokožky a ztvrdlých míst loktů, chodidel a kolen. Při vnitřním užívání se uplatní zdraví prospěšné tzv. mononenasycené mastné kyseliny, hlavně kys. olejová 54-63% a kys. palmitoolejová až 23% (tato je u rostlinných olejů vzácná, jejím zdrojem bývá rybí tuk).

#### MANDLOVÝ OLEJ *Prunus amygdalus var. dulce*

Má silné uklidňující a regenerační účinky. Velmi rychle a dobře se vstřebává, nezanechává pocit mastnoty. Svou kvalitou se stal nepoužívanějším masážním olejem v aromaterapii. Hodí se i pro



dětskou pokožku. Je dobře snášen všemi druhy pletí (ekzém, akné, podrážděná pokožka, ale i spáleniny od slunce). Zvláště vhodný je pro suchou až popraskanou, olupující se pokožku. Obsahuje množství vitamínů a kyselinu olejovou, která patří mezi nenasycené mastné kyseliny a také alfa-tokoferol, přírodní antioxidant.

#### MANGOVÉ MÁSLO *Mangifera indica seed butter*

je velmi jemný rostlinný tuk s vynikající snášenlivostí. Mangové máslo vykazuje terapeutické a regenerační vlastnosti. Zlepšuje roztíratelnost preparátů. Pokožku zjemňuje a napomáhá stabilizaci její vlhkosti. Je vhodný i jako součást preparátů dětské, opalovací a vlasové kosmetiky. Obsahuje velké množství provitamínu A, vitamínu B, C a E. Hodí se pro ošetřování suché a zralé pokožky.

#### MERUŇKOVÝ OLEJ *Prunus armeniaca*

Olej se získává z meruňkových jader a má vysoký obsah nenasycených esenciálních kyselin, zejména olejové a linoleové. Proto velmi dobře proniká pokožkou a dodává jí potřebné výživné látky. Vstřebává se doko-nale a nezanechává pocit mastnoty. Obsahuje rovněž vysoký podíl vitamínu A a vitamín E. Meruňkový olej přispívá k hydrataci pokožky, zvláčňuje ji a regeneruje. Je vhodný k ošetření všech typů pletí, zejména však suché, jemné a citlivé až velmi citlivé. Z toho důvodu je jedním z nejčastěji užívaných olejů pro ošetření jemné pokožky novorozenců a malých dětí. Hodí se dobře také k péči o vysušenou a poškozenou pokožku po slunění. Má přirozené jemné aroma a pro svoji lehkost jej lze velmi dobře využít pro masáže obličeje v kosmetické praxi. Pro tělové masáže se dobře míchá s dalšími, mastnějšími oleji. V kompozici s jinými bioaktivními látkami se hodí také pro ošetření bolestivých revmatických stavů.

#### OLIVOVÝ OLEJ *Olea europaea*

Má ošetřující a regenerační účinky. Působí příznivě při ekzémech, alergických reakcích pokožky, zánětlivých stavech pokožky, akné a pleti. Je silně promašťující, prokrvující a zvláčňující, proto je vhodný na popraskanou a suchou až šupinatou pleť. Je velice šetrný a jemný k dětské pokožce. Má výborné účinky při ošetřování vlasů a nehtů. Při vnitřním užití dodává tělu nenasycené mastné kyseliny, zvláště kyselinu olejovou, která snižuje riziko srdečních příhod.

#### RAKYTNÍKOVÝ OLEJ *Hippophae Rhamnoides*

K léčebným účelům se rakytníkový olej používá už od starověku. Tento unikátní přírodní produkt má prokázané protizánětlivé a regenerační účinky, velmi příznivě působí na kožní problémy, akné, ekzémy, lupénku a zvyšuje pružnost pokožky.

#### RICINOVÝ OLEJ *Ricinus Communis*

Získává se ze semen ricinového keře a je hojně zastoupen v přípravcích určených pro suchou a zralou pleť. Ricinový olej zabraňuje tvorbě vrásek, působí hojivě na pooperační jizvy, pomáhá odstranit bradavice a obnovuje regeneraci kůže.

#### SEZAMOVÝ OLEJ *Sesamum indicum*

Má výrazné stimulační a hydratační účinky. Je vhodný do masážních kompozic, kde napomáhá obnově pokožky, činí ji odolnou vůči vnějším vlivům, posiluje organizmus a celý imunitní systém. Zabraňuje předčasnému stárnutí pokožky, ale není vhodný při zánětlivých stavech kůže. Působí dobře v



masážních a kosmetických prostředcích pro děti. Velice příznivý vliv má také při revmatických potížích.

#### SLUNEČNICOVÝ OLEJ *Helianthus Annuus*

Olej vylisovaný ze semen slunečnice působí jako vyhlazující přísada a pleťový kondicionér. Pomáhá pokožku regenerovat, zachovat její pružnost, pevnost a vláčnost, obnovovat přirozený lipidový filtr a podporovat přirozenou hydrataci. Napomáhá hojení akné a ekzémů a díky vysokému obsahu vitamínu E kůži výborně hojí.

#### SOJOVÝ OLEJ *Glycine Soja*

Přidává se do masážních směsí kvůli jeho výborným zvláčňujícím a regeneračním účinkům. Ze všech rostlinných olejů obsahuje nejvíc lecitinu, ale pouze pokud je sójový olej lisovaný za studena. Působí příznivě při léčbě akné a ekzémů.

#### ŠÍPKOVÝ OLEJ *Rosa rubiginosa*

Tento výjimečný olej lisovaný za studena z jader šípků růže svraskalé je jeden z nejlepších rostlinných olejů na hojení jizev, podle výzkumů dokonce účinný i na keloidy a staré zbytnělé jizvy (musí se aplikovat denně po delší dobu). Z běžného použití na pokožku vyplývá, že je to také výjimečně účinný olej proti vráskám, který zmírňuje stárnutí pleti a přispívá k její hydrataci. Za studena lisovaný šípkový olej je výživný a hodí se k lokálnímu ošetření u těhotných a dětí. Může se míchat s dalšími rostlinnými oleji či bylinnými maceráty, protože si udržuje účinnost i při ředění až na 10 % v kosmetických přípravcích.

## NEJVÝZNAMNĚJŠÍ MACERÁTY

#### MĚSÍČKOVÝ OLEJ *Calendula officinalis*

Květy měsíčku lékařského se po sklizni vloží do průhledné sklenice, dobře uzavře a umístí na sluncem osvětlené místo. Po několika dnech se začne uvolňovat tekutina olejové konzistence oranžové barvy. Měsíček působí protizánětlivě, napomáhá hojení ran a dezinfikuje.

#### TŘEZALKOVÝ OLEJ *Hypericum Perforatum Flower Extract, Olea Europaea Fruit Oil*

Třezalkový olej se využívá pro své čistící, antiseptické a protizánětlivé účinky. Je vhodný pro ošetření spálené pokožky po nadměrném slunění, k ošetření naraženin, zanícených ran a pohmoždenin, uvolňuje svalové a energetické blokády. Má povzbuzující účinky při depresích a nervových potížích a používá se jako podpůrný prostředek při hormonální nerovnováze a snížené vitalitě. Třezalkový olej dodává pokožce potřebné bioaktivní látky, které zvyšují odolnost. Květ třezalky je vyluhován přirozeným slunečním svitem. Získaný produkt má sytě rudou barvu a příjemné aroma. Vůně je způsobena třezalkovou silicí. Květ obsahuje katechinové třísloviny, flavonové glykosidy, rutin, quercetin, červený hypericin, pryskyřici, organické kyseliny, provitamin A, vitamin C a další. Nepoužívat při slunění!