

БЕЗОПАСНОСТ ПРИ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА ЕТЕРИЧНИ МАСЛА

Нека бъдем внимателни и отговорни към здравето си! Винаги се допитвайте до вашия лекар или медицинско лице щом се отнася за вашето здраве, особено ако сте бременна, кърмите или имате други сериозни заболявания!

1. Съхранявайте етеричните масла в тъмни-амбър (кафяви) стъклени бутилки с добре затворени капачки, далеч от деца и животни!
2. Винаги преди употреба **ПРОЧЕТЕТЕ УКАЗАНИЯТА** на бутилката за използване - вътрешно, външно или локално.
3. **ПРАВЕТЕ ТЕСТ ЗА ЧУВСТВИТЕЛНОСТ**, когато използвате за първи път ново етерично масло. Капнете капка на сгъвката на ръката и изчакайте около 15 минути.
4. При употреба **ПАЗЕТЕ очи, уши, очи и деликатни части от тялото!** Ако случайно попадне в окото, обтривайте клепача с фракционирано кокосово масло, (внимавайте ФКМ да не попадне в окото) докато премине!
5. Не използвайте етерични масла, за които не знаете приложението!
6. Етеричните масла **НЕ СА ВОДОРАЗТВОРИМИ**, затова винаги използвайте базово масло като фракционирано кокосово масло (за локално приложение), зехтин, кокосово масло, масло от авокадо или др.!
7. Винаги разреждайте обилно с базово масло така наречените “горещи” етерични масла!
8. **НЕ ИЗЛАГАЙТЕ** на пряка слънчева светлина от 24-72 часа мястото, на което сте нанасяли фототоксично/светлочувствително масло!
9. Неизползвайте етерични масла вътрешно, ако не сте сигурни за тяхната вътрешна употреба! Посъветвайте се с по-опитни от вас или с вашия лекар или ароматерапевт!
10. Фракционираното кокосово масло **НЕ Е ЗА ВЪТРЕШЕН ПРИЕМ!** Ако трябва да разредите в капсула, използвайте зехтин или друго базово масло, предназначено за вътрешен прием!
11. След употребата на масла винаги **ИЗМИЙТЕ добре ръцете си със сапун!**
12. Избягвайте да използвате пластмасови съдове при употребата на етерични масла! Много от етеричните масла имат способността да разтварят нефтените продукти.

Източник: НАНА

13. НИКОГА НЕ ПОСТАВАЙТЕ ЕТЕРИЧНИ МАСЛА В БЛИЗОСТ ДО ОГЪН. Етеричните масла са лесно запалими субстанции и има опасност, ако капнеш капка върху запалена свещ!

14. НЕ ИЗПОЛЗВАЙТЕ повече от 6 капки за вътрешен прием и 25 капки на ден освен, ако не е указано друго!

15. ЕТЕРИЧНИ МАСЛА И СМЕСИ , КОИТО НЕ СЕ ПРЕПОРЪЧВАТ ЗА ВЪТРЕШНА УПОТРЕБА: Arborvitae / Туя, Cedarwood / Кедрово дърво, Cypress / Кипарис, Douglas Fir / Дъгласка ела, Eucalyptus / Евкалипт, White Fir / Бяла ела, Winter Green / Гаултерия

смесите от масла: AromaTouch, Balance, Breathe, Citrus Bliss, ClaryCalm, Deep Blue, Elevation, HD Clear, Immortelle, InTune, PastTense, Purify, Serenity, TerraShield, Whisper, Cheer, Console, Forgive, Motivate, Passion и Peace.

Източник: <https://doterra.com/US/en/blog/safe...>

16. ЕТЕРИЧНИ МАСЛА, КОИТО НЕ СЕ ПРЕПОРЪЧВАТ ПОВРЕМЕ НА БРЕМЕННОСТ - Aniseed, Angelica, Basil, Black pepper, Camphor, Cinnamon, Chamomile, Clary Sage (използва се безопасно по време на раждане от акушерките), Clove, Fennel, Fir, Ginger, Horseradish, Jasmine, Juniper, Marjoram, Mustard, Mugwort, Myrrh, Nutmeg, Oregano, Peppermint, Rosemary, Sage, Thyme, Wintergreen. Етеричното масло от лютив мента е възможно да понижи мляко в кърмачките!

17. СВЕТЛОЧУВСТВИТЕЛНИ/ФОТОТОКСИЧНИ ЕТЕРИЧНИ МАСЛА
Aromatouch , Bergamot / Бергамот, doTERRA Breathe, Citrus Bliss, Elevation, Grapefruit / Грейпфрут, InTune, Kumquat/ Кумкуат, Lemon/ Лимон, Lime / Лайм, doTERRA OnGuard, Purify, Slim& Sassy, Sunny Citrus, Tangerine / Мандарина, Wild Orange / Див портокал, Zendocrine, doTERRA Cheer, doTERRA Motivate, doTERRA Forgive

18. При етеричните масла важи правилото ПО-МАЛКО НА ЧЕСТО или ПО-МАЛКО Е ПО-ДОБРЕ. Използвайте не повече от 1-3 капки на веднъж, освен, ако не е указано друго!

БЪДЕТЕ ОТГОВОРНИ КЪМ ВАШЕТО ЗДРАВЕ И ИЗПОЛЗВАЙТЕ ЕТЕРИЧНИТЕ МАСЛА БЕЗОПАСНО!