

A Test és a Lélek kozmetikája

Ismerje meg a szépségápolást és az egészség megőrzést az illóolajokkal!

A NYÁR AJÁNLATA:

Rose De Lux kezelés Damaszkuszi rózsá illóolajjal, drágakő masszázssal

- Aromaterápiás testmasszázs
- Aromaterápiás konzultáció
- Keverékek különböző testi és lelki problémákra
- **PANAROM** natúrkozmetikai kezelések és termékek
- **the SCIENTIFIC SKINCARE[®] SKEYNDOR** high-tech kezelések és termékek



Várom Önt szeretettel!

Béli Mónika

Kozmetikus, Szépségterapeuta
Okleveles Aromaterapeuta

Telefon: 06-30/97-94-125

ETALON | Életmód

Önnek mi jut eszébe először az aromaterápiáról? Az elmúlt évek egyik leghatékonyabb gyógy- és szépségápolási módszerének, fogalmához kissé felszínes sztereotípiákat társítunk, miközben a különböző gyógyító olajok alkalmazási lehetősége sokszínűsége egészen rendkívüli, ugyanakkor kevésbé ismeretes. Ellátogattunk Béli Mónika Okleveles Aromaterapeutához, hogy segítségével az üvegcsék mélyére tekintsünk és megválaszoljuk ezt a kérdést.

A te megfogalmazásodban mit jelent az aromaterápia?

Az aromaterápia egy olyan holisztikus gyógymód, amely illóolajok, növényi olajok segítségével helyreállítja a test és lélek egyensúlyát. Immunerősítő, stressz oldó, önálló vagy komplementer gyógymód, amely támogatja a szervezet öngyógyító mechanizmusát.

Laikusként kissé felületes elképzeléseink vannak erről a tudományról. A legtöbben még mindig a wellness hotelekhez, egy illatos masszázshoz vagy éppen eukaliptuszos párologtatókhoz kötjük az aromaterápia fogalmát, miközben az igazi aromaterápia esetében ennél jóval többről van szó.

Valóban, az aromaterápiának két irányzata van az egyik az Angol irányzat, amit általában az emberek jobban ismernek. Ez az úgynevezett wellness irányzat, óvatosan alkalmazza az illóolajokat, pár cseppel dolgozik, tisztán soha nem alkalmazza, főként masszázssal, fürdővel köti össze. A másik, hazánkban kevésbé ismert vonal, a Francia irányzat, amikor is gyógyítunk az illóolajokkal. Ebben az esetben sokkal magasabb koncentrációban, akár hígítatlan formában is alkalmazzuk a 100%-os tisztaságú bevizsgált, terápiás tulajdonságú illóolajokat, és a masszázssal nem feltétlenül jelenti a terápia részét. Ennél az irányzatnál fontos szerepet játszik az illóolajok kémiaja, ezért aromatólógia is nevezik.

Hogyan segítik és gyógyítják ezek az esszenciák szervezetünket?

Az aromaterápia által alkalmazott holisztikus megközelítés az egész embert: a testet, a lelket és a szellemet együtt kezeli. Az aromaterápia szerint a betegség tünetei a kiegyensúlyozatlan energiákat jelölik, és az illóolajokkal való kezelés a test öngyógyító folyamataival összhangban történik. A hangsúlyt a megelőzésre, az immunrendszer erősítésére, valamint a probléma gyökerének felderítésére helyezi. Nagyon jó kifejezése az esszencia szó. Ugyanis az intelligens növényekből ki-

ILLÓolaj AZ IGAZI életelixír

nyert illóolajok nagyon tömények és olyan magas koncentrációban tartalmazzák a kémiai hatóanyagokat, hogy sok esetben pár cseppel is javulást érhetünk el. Számos probléma kezeléséhez nyújt gyengéd és egyszerre hatékony megoldást.

Miként alkalmazhatók az illóolajok?

Alkalmazhatjuk szaglással, például pulzuspontra cseppentve belélegzés útján, párologtatóba téve, akár szaglóiüvegcsét készítenek terápiás céllal. Felhasználhatjuk inhalálásra légúti megbetegedések, betegség megelőzésre, depresszió esetén. Készíthetünk fürdőt immunerősítésre, relaxálásra, meditáláshoz. Megfázás, meghűlés esetén lábfürdőt, nőgyógyászati problémák orvoslására ajánlhatunk ülőfürdőt. Borogatással csillapíthatunk lázat,

menstruációs fájdalmat, de sérülések, gyulladások kezelésére is jól bevált módszer. Gerincbedörzsölés immunerősítésre, fájdalomcsillapításra, gyulladásos folyamatokra. Szintén bedörzsölést alkalmazunk adott fájdalmas terület kezelésénél, légúti megbetegedésekkor mellkas tájékon és háton, illetve talpakon.

Ha jól értem, a szakmai hozzáértés mellett a tiszta minőség is elengedhetetlen?

Amikor terápiában alkalmazzuk az illóolajokat, akkor nem a polcokon „egyenáras” illóolajokról beszélünk. A terápiás tulajdonságú illóolajok nem kerülnek bolti értékesítésre, csakis hozzáértő szakemberek szerezhetik be, biztos forrásból. Az aromaterapeutának tisztában kell lennie az általa alkalmazott illóolaj kémiai összetételével és terápiás tulajdonságaival, javallataival és ellenjavallataival, mivel van olyan illóolaj, amely tisztán alkalmazva bőrirritáló vagy akár bőrráró hatású is lehet, de létezik olyan fajtája is, amelyet szigorúan tilos alkalmazni sok esetben, mert akár epilepsziás görcsöket is kiválthat, illetve kismamák esetében abortív is lehet. Egyszerűen az aromaterápia alapos ismeretek hozzáértést és gondos odafigyelést igényel.

Mi kerüljön a nyári neszszerbe? Kérlek, ajánlj néhány gyógyító olajat a nyaraláshoz!

Orvosi levendula: fájdalomcsillapító, görcsoldó, gyulladáscsökkentő, nyugtató, bőrregeneráló, sebgyógyító és kiváló az égési sérülésekre. Aromavize kiválóan alkalmas a túlzásba vitt napfürdőzés után a bőrre spriccelve. Lázcillapítónak alkalmazhatjuk borogatással, fülfájás esetén pedig a fület körbekenve, illetve vattára cseppentve csökkenti a fájdalmat.

Ausztrál Teafa: Kémiai összetevői között több, mint 50%-ban tartalmaz fertőtlenítő típusú vegyületet, ami miatt kiválóan alkalmazható sebfertőtlenítésre. Széles spektrumú baktériumölő, vírusölő, parazitaölő, gombaölő hatása kimagasló.

HÁZIPATIKA TIPP:

A Panarom Útitárs szett a fejfájástól a medúzacsípésig a legváratlanabb helyzetekben és betegségekre kínál megoldást. Az Útitárs hat különféle esszenciából és egy növényi olajból áll, amelyek sokrétű tulajdonsággal bírnak.

