



БЕЗОПАСНОСТ ПРИ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА ЕТЕРИЧНИ МАСЛА

Нека бъдем внимателни и отговорни към здравето си! Винаги се допитвайте до Вашия лекар, що се отнася до Вашето здраве, особено ако сте бременна, кърмите или имате други сериозни заболявания!


1. Съхранявайте етеричните масла в тъмни - кафяви (amber) стъклени бутилки с добре затворени капачки, далеч от деца и животни!

2. Преди употреба **ПРОЧЕТЕТЕ УКАЗАНИЯТА** на бутилката за използване на етеричното масло или символите в описанието на сайта ни:


 - ароматно (вдишване, помирисване)

 - позволява вътрешно използване (поглъщане)

 - външно, топично или локално (мазане върху кожата)

 - може да се използва локално и без разреждане в базово масло

 - разредете в базово масло при чувствителна кожа


 - задължително разредете в базово масло

3. **ПРАВЕТЕ ТЕСТ ЗА ЧУВСТВИТЕЛНОСТ**, когато използвате за първи път ново етерично масло. Капнете капка на вътрешната част на свивката на ръката при лакътя и изчакайте около 15 минути за нежелани реакции на кожата.


4. При употреба **ПАЗЕТЕ очи, вътрешната част на ушите и носа и деликатни части от тялото!** Ако случайно попадне в окото, почиствайте клепача с памучна кърпа, докато премине! Водата няма да помогне, тъй като етеричните масла не са водоразтворими.

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! Такива са: Мента / Peppermint, Риган / Oregano, Канела / Cinnamon, Карамфил / Clove, Касия / Cassia. Обикновено тези масла са обозначени със символа  – за сензитивност. Ако вече сте нанесли маслото без разреждане и е предизвикало неприятно усещане, нанесете малко количество базово масло и то бързо ще разреши проблема. Никога не използвайте вода, “за гасене на огъня”, предизвикан от етерично масло!

8. **НЕ ИЗЛАГАЙТЕ** на пряка слънчева светлина от 24-72 часа мястото, на което сте нанасяли светлочувствително масло!

9. Не използвайте етерични масла вътрешно, ако не сте сигурни за тяхната вътрешна употреба! Посъветвайте се с Вашия лекар или ароматерапевт! Етеричните масла, които могат да се приемат вътрешно, са обозначени със символа .

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.

13. **НИКОГА НЕ ПОСТАВЯЙТЕ ЕТЕРИЧНИ МАСЛА В БЛИЗОСТ ДО ОГЪН.** Етеричните масла са лесно запалими!

14. **НЕ ИЗПОЛЗВАЙТЕ** повече от 6 капки за единичен вътрешен прием и 20 капки за 24 часа, 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.

16. ЕТЕРИЧНИ МАСЛА, КОИТО НЕ СЕ ПРЕПОРЪЧВАТ ПО ВРЕМЕ 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 лактацията на кърмачките!**

17. СВЕТЛОЧУВСТВИТЕЛНИ 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 И НА ЧЕСТО или ПО-МАЛКОТО Е ПОВЕЧЕ. Използвайте не повече от 1-3 капки наведнъж, освен, ако не е указано друго!

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