

A LEGJOBB MEGOLDÁSOK



ÖNÁLLÓ OLAJOK

- Ciprus** - segíti a megfelelő vérkeringést a testben (103. o.)
Fekete bors - melegít és felfrissíti az ereket, tisztítja a keringést/nyirokrendszert (83. o.)
Ilang-ilang - kiegyensúlyozza a pulzust és csökkenti a magas vérnyomást (165. o.)
Majoránna - támogatja a szívizmot (131. o.)
Muskátl - támogatja a szívet, a vért és a vérereket (112. o.)
Olasz szalmagypár, cickafark - megjavítja a sérült vérereket, megállítja a vérzést (117., 164. o.)

Kapcsolódó tulajdonságok

További infók: 477–481. o.

- Alvadásgátló** - levendula, muskotályzsálya, olasz szalmagypár
Antitoxikus - bergamott, borókabogyó, citrom, indiai citromfű, édeskömény, fahéj, fekete bors, grépfrút, kakukkfű, koriander, levendula, muskátli, pacsuli
Érszűkítő* - borsmenta, ciprus, ilang-ilang, jegenyefenyő, olasz szalmagypár, szibériai fenyő
Értágító* - indiai citromfű, csipkés facélia, faggyúfa, kakukkfű, majoránna, manuka, neroli, rozmarin
Gyulladáscsökkentő* - bazsalikom, bergamott, borsmenta, cickafark, ciprus, indiai citromfű, kopaiba, csipkés facélia, eukaliptusz, faggyúfa, fahéj, fekete bors, kapor, koriander, kúszó fajdbogyó, levendula, manuka, muskátli, muskotályzsálya, nárdusolaj, neroli, olasz szalmagypár, orvosi citromfű, pacsuli, szibériai fenyő, tömjén, tuja, zöldcitrom
Melegítő* - borsmenta, indiai citromfű, eukaliptusz, fahéj, fekete bors, gyömbér, kakukkfű, kasszia, kúszó fajdbogyó, majoránna, muskotályzsálya, neroli, nyír, oregánó, szegfűszeg
Méregtelenítő* - borókabogyó, cickafark, ciprus, citrom, faggyúfa, kasszia, korianderlevél, muskátli, pacsuli, tuja, zeller, zöldcitrom
Nyálkahártya-lohasztó - bazsalikom, cardamom, cickafark, ciprus, citrom, indiai citromfű, kopaiba, eukaliptusz, faggyúfa, fekete bors, grépfrút, gyömbér, jegenyefenyő, mandarin, pacsuli, teafa
Nyugtató* - bazsalikom, cickafark, kopaiba, csipkés facélia, faggyúfa, jázmin, koriander, levendula, muskotályzsálya, oregánó, pacsuli, római kamilla, szantálfa, tömjén, vetiver, zeller
Regeneráló* - bazsalikom, cédrusfa, cickafark, indiai citromfű, jázmin, levendula, manuka, mirha, muskátli, neroli, olasz szalmagypár, pacsuli, szegfűszeg, teafa, tömjén, vadnarancs
Relaxáló* - bazsalikom, ciprus, cickafark, csipkés facélia, faggyúfa, ilang-ilang, levendula, majoránna, manuka, muskátli, neroli, római kamilla
Szíverősítő* - cickafark, ciprus, kopaiba, faggyúfa, gyömbér, kasszia, levendula, majoránna
Üdítő* - bazsalikom, bergamott, cickafark, ciprus, citrom, indiai citromfű, édeskömény, kakukkfű, levendula, muskátli, neroli, orvosi citromfű, pacsuli, rózsaszantálfa, szibériai fenyő, tömjén, vadnarancs, vetiver
Vérnyomáscsökkentő* - cickafark, citrom, kopaiba, csipkés facélia, eukaliptusz, faggyúfa, ilang-ilang, jegenyefenyő, kapor, levendula, majoránna, manuka, neroli, muskotályzsálya
Vérnyomásnövelő* - zeller, orvosi citromfű, kakukkfű, rozmarin, szibériai fenyő
Vérzéscsillapító* - cickafark, citrom, indiai citromfű, fodormenta, kakukkfű, levendula, mirha, muskátli, olasz szalmagypár, oregánó, pacsuli, rozmarin, szantálfa, teafa



KEVERÉKEK

- Masszázs** ☺ - stimulálja a keringést, főleg a végtagokban (169. o.)
Inspiráló ☺ - segíti az egészséges véráramlást (195. o.)
Tisztító ☺ - tisztítja a keringést és a nyirokrendszer pangását (198. o.)



TÁPLÁLÉKKIEGÉSZÍTŐK

- sejtvitalitás komplex** ☺ (209. o.),
energiakomplex ☺ (214. o.), sejtvédő
lágyzselatin kapszula ☺, fitoösztrogén
komplex ☺, polifenol komplex ☺, probiotikus
védelem ☺, mikrotápanyag komplex ☺

TIPPEK: A legjobb módszerek a szív- és érrendszer kezelésére

- **Külsőleg:** tegye az olajokat közvetlenül a mellkasra, talpra, a gerincre és/vagy a panaszos területre szükség szerint.
- **Aromatikusan:** párologtasson el 5-10 cseppet a választott olajból, inhalálja az üvegből, tegyen pár cseppet a ruházatra, vagy bármely más módon is inhalálhat, ami segít csökkenteni a stresszt.
- **Belsőleg:** tegyen 1-5 cseppet ivóvízbe, kapszulába vagy a nyelv alá a keringés és a szív működés szabályozását végző belső folyamatok befolyásolásához.

Kapcsolódó betegségek: alacsony vérnyomás, angina, aranyér, artériák megkeményedése, ájulás [Elsősegély], egyensúlyzavar, érelmeszesedés, érszűkület, fibrilláció (kamrai), fibrilláció (pitvari), hemorrágia, hideg kéz/láb/orr, hidegség [Endokrin rendszer (pajzsmirigy)], zúzdás [Kültakaró], hosszú QT szindróma, kábultság, keringés (rossz), koleszterin, magas pulzusszám, magas vérnyomás, Marfan-szindróma, (kötőszöveti betegség), összetört szív szindróma [Hangulat és viselkedés], mélyvénás trombózis (vérrög

a vénában), mitrális billentyű előreesés, nyugtalan láb szindróma, ödéma (vízpangás), Raynaud-betegség, ritmuszavar, sarlósejtes vérszegénység, sérült hajszálerek, szív- és érrendszeri betegség, szívburokbetegség, szívdobogásérzés, szívizombetegség, testhőmérséklet-zavarok, trombózis, tüdőembólia, ősök [Immun- és nyirokrendszer], veleszületett szívbetegség, vénagyulladás, verőértágulat, vérömleny, vérrög, vérszegénység (vashiány), vérzékenység, vertigo, veséartéria-szűkület, visszerek [Kültakaró]