# Масло Анис эфирное 10мл

##### **Состав:** натуральное эфирное масло аниса (lllicium verum Hooker fil.)

##### Обладает антисептическим действием.

##### Профилактическое средство при насморке. Способствует улучшению сна и уменьшению нервного напряжения.

##### Прекрасное отхаркивающее средство, освобождающее дыхательные пути.

##### Широко применяется в ароматерапии, как средство тонизирующее работу сердца и кровообращения.

##### **Противопоказания**: индивидуальная непереносимость компонентов, не применять во время беременности, не применять детям до 3 лет.

**Способ применения**: Аромалампа. Проветрить комнату, закрыть окна. Налить в аромалампу теплой воды, капнуть туда эфирного масла (2 капли на 5 м 2 площади помещения). Зажечь свечу под аромалампой. Вода не должна кипеть. Время работы лампы: от 20 минут до 2-х часов. Не оставлять горящую лампу без присмотра. Подливать воду по мере необходимости.

Ароматические ванны. Наполнить ванну водой комфортной температуры. Размешать эфирное масло в основе (соль морская, молоко, кефир) в пропорциях:

• На полную ванну – 8 капель для общеукрепляющей, 10-13 - для оздоравливающей
• Для сидячей ванны – 2 капли для общеукрепляющей, 4 - для оздоравливающей
• Для рук и ног – 4 капли масла
Время приема ванн – 10-20 минут.

Компрессы. В 1 стакане воды растворить до 5 капель эфирного масла или смеси масел в основе (как для ванн). Этим раствором смачивают х/б ткань и прикладывают к нужному месту на 2 часа. Вода для компрессов при ревматических, мышечных или суставных болях должна быть горячей (40-45 С). Прикрыть пленкой, держать до сравнения с температурой тела. Холодные компрессы делают с охлажденной водой или льдом. Помогают при головной боли (класть на лоб или затылок), растяжениях, отеках и ушибах.

Массаж и растирания. В растительном косметическом масле, креме размешать эфирное масло (на 10 см3 3-5 капель), нанести на кожу, после чего проводить массаж в соответствие с состоянием организма.