









Megnevezés	Latinul	Kép	Hatása a testre	Hatása a lélekre	Hatása a bőrre	Övintézkedések	Gyermekbarát	Illata	Amivel helyettesíthető
Bergamott	<i>citrus aurantium bergamia</i>		fertőtlenítőként, lázcsillapítóként használható borogatásba vagy fürdővízbe; hügyúti fertőzésekre, nyirokpanaszánál serkentő, görcsoldó menstruációs panasz esetén, fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő,	kedélyjavító, antidepresszáns, nyugtató hatású, alvászavító, szorongást enyhítő, önbizalom támogató,	bőrtonus javító, csökkenti a foltok megjelenését, enyhén összehúzó hatású, leginkább vegyes vagy zsíros arcbőrre, bőrtisztító hatású, tünédzer bőrproblémákra, szagtalanító	Hígítva kell alkalmazni, mert irritálhatja az érzékeny bőrt! A legveszélyesebb napérfényvédő hatású, ezért használata után 24 órán keresztül nem javasolt a napozás, szoláriumozás. A Botivonidil bergapitmentes olajat használunk, így a fényérzékenyítő hatás veszélye nélkül használható.	igen	friss, citrusos, gyümölcsös, enyhén virágos	levendula muskotályszálya indiai citromfű
Borsmenta	<i>mentha piperita</i>		érösszehúzó, fájdalomcsillapító (izom, ízület, fejfájás), felsőlegutakat tisztító köhögéskor, megfázáskor, fűregyhajtó, görcsoldó, emésztési problémákra, lázcsillapító hűdörfordőnél vagy hideghorogtatásnál, köptető, menstruációt elősegítő, klímamellékhatásokat csökkentő alhasra kenve, gyulladáscsökkentő, hányingercsillapító, vérnyomást emelő	élénkítő, elmét és koncentrációt segítő, idegrendszert nyugtató, fokozza a kreativitást	ekcéma, kiütések, bőrgyulladás, leégés, rovarcsípések, viszkető bőr	Bőrirritációt okozhat különösen érzékeny személyeknek! Inkább hígítsuk mindig. Ne érintkezzen nyálkahártyával, mert irritálhatja! Ne alkalmazzuk várandósság és szoptatás alatt, mert csökkentheti a tejképződést. Ne használjuk 6 éven aluli gyerekeknek és időseknek se! Homeopátia gyógyszerekkel együtt nem alkalmazható!	nem	erősen mentolos, hűsítő, friss, füves-menta	fodormenta (édesekebb) izsóp macskamenta
Citrom	<i>citrus limonum / citrus limon peel</i>		baktériumölő, emésztést segít, gombaölő, méregtelenítő, hegesítő, rovarölő, tisztító, vérnyomáscsökkentő, vérzéscsillapító, vízahajtó, allergia, asztma, megfázás, torokfájás, hörghurut, láb- és körömgomba, légúti fertőzések, orrdugulás, immuntámogató	stresszoldó, kiegyensúlyozó, alvástámogató, frusztrációt csökkentő, segíti a koncentrációt	bőrtonus javító, seborrhea és kuperózis ellenes, szagtalanító, akné, ráncos, rugalmatlan bőrre, vegyes és zsírosodó arcbőrre, zsíros, kopásos fejbőrre, narancsbőrre, csökkenti a ráncok és foltok megjelenését	Fokozza a fényérzékenységet, ezért a vele kezelt bőrfelületet ne tegyük ki közvetlen napsütésnek legalább 24 órán keresztül! A Botivonidil fűrészkórummentes olajat használunk, így a fényérzékenyítő hatás veszélye nélkül használható.	igen	ide, citrusos, könnyed	grapefruit mandarin narancs
Édesnarancs	<i>citrus aurantium dulcis peel</i>		gyulladáscsökkentő, fertőtlenítő, nyákolódó, emésztést támogató, gombaellenes, immunrendszer támogató	stresszoldó, alvászavító, afrodisziális, szorongást csökkentő, kedélyjavító, nyugtató, energetizáló	bőrfrissítő, kollagéntermelőddést segítő, bármely bőrtípusra, de a zsíros, eltömődött bőrre tisztító hatású, gyógyító hatású a repedezett bőrre	Fényérzékenyítő, ezért használata után 24 órán keresztül kerülni kell a napozást, szoláriumozást!	igen	friss, citrusos, édes aroma	citrom mandarin grapefruit
Eukaliptusz	<i>eucalyptus radiata</i>		erős fertőzésgátló, baktérium és vírusölő, felső légúti betegségek, hurut esetén légzőszervi, fájdalomcsillapító, lázcsillapító, hatásos izomfájdalmaknál, reumaellenes, levegőtisztító, krónikus fáradtság ellen, rovarűző,	élénkítő, elmét és koncentrációt segítő, felemelő, mentális tisztító,	sebgyógyító, tisztító hatású, légcsőre hatásos.	Irritálhatja az érzékeny bőrt, ezért hígítva használandó! Ne alkalmazzuk arcon, a szem közelében és homeopátia készítményekkel!	igen	friss, mentolos, citromos, virágos	levendula teaifa
Eukaliptusz	<i>eucalyptus globulus</i>		baktériumölő, élénkítő, fájdalomcsillapító, felső légutakat tisztító, fertőzésgátló, köptető, görcsoldó, gyulladáscsökkentő, lázcsillapító, sebgyógyító, vírusölő, arcgyulladásra, orrdugulásra, izomfájdalmakra, asztmára	életerő fokozó, enyhíti a kimerültséget, energetizáló,	bőrferítőzések, rovarcsípések, tonizáló hatású, le-, megégés, horzsolások, vágások	Irritálhatja az érzékeny bőrt, ezért hígítva használandó! Ne használjuk epilepsziás, magas vérnyomású betegeknek és helyileg 6 éven aluli gyerekeknek, várandósnak, szoptatás alatt és homeopátia készítményekkel együtt!	nem	erőteljes, kámforos, friss-fűs, gyógyszerez	eucalyptus radiata borsmenta levendula teaifa
Geránium bourbon	<i>pelargonium graveolens</i>		szabályozza a mellékvesekéreg működését, a hormonháztartást, klímá és a menstruációs problémák tüneteit enyhíti, nyirokrendszer serkentő, fertőzésgátló, fájdalomcsillapító, sejtregeneráló, segíti a máj működését, izzárdagát, rovarriasztó,	antidepresszáns, pozitíváló hatású, ellátó, kiegyensúlyozó, önbizalom segítő	szabályozza a fagygyermelést, baktériumellenes hatású, minden bőrtípusra, tónusjavító, összehúzó hatású, hegesítő, bámosító, enyhén gyulladáscsökkentő, striák ellen vagy megelőzésére,	Általában minden bőrtípusra használható, kivéve a túlerzékeny bőrtípust, ahol nagyobb hígításban alkalmazható. Ne használjuk a várandósság alatt!	igen	édes, virágos, átható	muskátlí
Grapefruit	<i>citrus paradisi, c. racemosa</i>		baktériumölő, emésztést serkentő, étvágygerjesztő, fertőtlenítő, vízahajtó, fejfájás ellen, izomfájdalomra, menstruációs görcsök, kimerültség, másnaposság, serkenti az immunrendszert, stimulálja az endorfin termelődést, javítja a vér- és nyirokeringést, erősíti a körmeket	antidepresszáns, hangulataingázódásra, szorongáscsökkentő, csökkenti a féltelmet, energetizáló	Javítja a zsíros, vegyes bőr állapotát. Pattanásos bőrre. Erősíti a hajszálakat, csökkenti a hajhullást. Csökkenti a cellulitist.	Ne használjuk, ha sztatinoikat vagy más olyan gyógyszereket szedünk, amelyek kölcsönhatásba léphetnek a grapefruittal! Fényérzékenyítő, ezért kerüljük a napot, ha magunkra kenjük!	igen	friss, édes, citrusos	bergamott citrom narancs lime mandarin
Indiai citromfű	<i>cymbopogon flexuosus</i>		emésztést segítő, vérkeringést serkentő, baktériumölő, idegrendszerre ható, illatosító, fájdalomcsillapító, lázcsillapító, rovarriasztó, vízahajtó, gyulladáscsökkentő, jetag ellen, köröm-, lábomba ellen, vércukor kiegyensúlyozó, csökkenti a mentális fáradtságot	idegnyugtató, antidepresszáns, kedélyjavító, koncentrációt javító	A bőrre és a vénákra tónusjavító hatású. Bőr és izomzat élénkítő, frissítő. Narancsbőrre, dezodor és lábápoló készítményekbe, hajfényesítésre.	Ne alkalmazzuk helyileg 2 év alatti gyerekeknek! Bőrre csak hígítva használjuk!	2 év felett	friss, füves, citrusos, teás	citrom eukaliptusz levendula teaifa
Kakukkfű	<i>thymus vulgaris</i>		antioxidáns, erős baktériumölő, gombaölő, görcsoldó, izzásztó, hegesítő, köhögéscsillapító, köptető, összehúzó, rovarriasztó, vérnyomáscsökkentő, fájdalomcsillapító, felső légúti fertőzések, hasmenés, másnaposság, megfázás, kimerültség, ingerlékenység, premenstruális szindróma	idegnyugtató, szorongást csökkentő, élénkítő, koncentrációt segítő	Problémás, pattanásos, zsíros, eltömődött arcbőrre. Narancsbőrre, öregedő bőrre. Csökkenti a hajhullást.	A "torró" olajok közé tartozik, mindig hígítani kell. Ne használjuk várandósság alatt, 6 év alatti gyermekeknek! Idősebb gyerekeknek is csak nagy hígításban alkalmazzuk! Serkentheti a pajzsmirigy működését, ezért pajzsmirigy-tülműködésben szenvedők kerüljék! És kerüljük a magas vérnyomásban szenvedők is!	nem	erős, fűs kakukkfű illat	bazsalikom indiai citromfű fahéj levendula rozsmaring teaifa
Kubeba / Verbena	<i>litsea cubeba</i>		összehúzó, bőrtonizáló, gyulladásgátló, baktériumölő, fertőtlenítő, gombaellenes, dezodoráló, reumaellenes, puffadás ellen, vérnyomást csökkentő, rovarriasztó, láz és fejfájás csillapító	hangulatajavító, antidepresszáns, szorongásoldó, harag, ingerlékenység ellen	zsíros vagy vegyes arcbőr, pattanásos, problémás arcbőr, bőrgomba ellen, összehúzó, tónusjavító hatású.	A terhesesség első harmadában ellenjavalt. Lehetőségek gyógyszer kölcsönhatások. Hígítva alkalmazzuk!	nem	friss, füves, erős citromos	grapefruit indiai citromfű orvosi citromfű
Levendula	<i>lavandula angustifolia</i>		emésztést segítő, fájdalomcsillapító, felső légutakat tisztító, görcsoldó, fertőtlenítő, antibakterikus, hegesítő, sebgyógyító, kisebb égésekre, vágásokra, horzsolásokra, rovarcsípésekre, vérnyomáscsökkentő	antidepresszáns, idegnyugtató, alvászavító, szorongást oldó	Bőrszerkezet javító, sejtregeneráló, nyugtató a sértült, gyulladt bőrt. Dezodoráló hatású	Alapvetően biztonságos olaj, de túlzott használata érzékenységet okozhat. Használjuk megfontoltan!	igen	jellegzetes virágillatú, enyhén füves	eukaliptusz pacsuli római kamilla teaifa tömjén

Megnevezés	Latinul	Kép	Hatása a testre	Hatása a lélekre	Hatása a bőrre	Övintézkedések	Gyermekbarát	Illata	Amivel helyettesíthető
Mirha	commiphora myrrha		felszabadítja a légutakat, fertőtlenítő, hatásos szájüregi gyulladások kezelésére, hormonháztartás szabályozó, pajzsmirigy működést harmonizáló, keringést stimuláló, szélhajtó	idegnyugtató, gondolat tisztító, kiegyensúlyozó, feszültségoldó meditációt segítő	Segélygít, hegesítő, bőrregeneráló, ráncalanító hatású. Felső, érett, életlen bőrre,	Általánosságban biztonságos.	igen	gyantás, édes, balzsamos	tömjén pacsuli szantálfa
Muskotályszálya	salvia sclarea		görcsoldó, antidepresszáns, baktériumölő, fertőzésgátló, emésztést serkentő, értisztító, méregtelenítő, gyomoreresztő, hangulatjavító, menstruációt elősegítő, csökkenti a menstruációs panaszokat, enyhíti a klímax tüneteit, stimulálja a női hormondrendszert, az ösztrogénképződést, vérnyomáscsökkentő	hangulatjavító, segíti a tisztánlátást, segíti a kapcsolódási problémák megoldását	Szabályozza a fagygyütemelést és az izzadást. Frissíti a fejbőrt, korpsodás ellenes, hajhullás ellenes hatású. Sebek, gyulladások esetén serkenti a regenerálódást, hegképződést.	Várandósoknak és 6 év alatt tilos! Ne használjuk járnűvezetés vagy gépek kezelése előtt, mert álmoságot okozhat! Hormonháztartásunkra hatással van, ezért fokozott elővigyázatossággal használjuk!	nem	füdös, gyógynövényes, virágos, keserűes	levendula rozsmaring tömjén
Pacsuli	pogostemon cablin		emésztést segítő, ekcémaellenes, gombaölő (korpa, láb, köröm), fertőzésgátló, lázcsillapító, nyugtató, hányáscsillapító, rovarriasztó, enyhíti a változókör mellékhatásait, vírusölő, vízajtó, gyulladáscsökkentő, keringést serkentő, illatosító	antidepresszáns, afrodisziál, kiegyensúlyozó, gondolat tisztító	Táplálja és hidratálja a bőrt. Sejtregeneráló, hegesítő, bőrnugtató. UV káros hatásaitól védi a bőrt, csökkenti a foltok megjelenését	Általában biztonságos.	igen	intenzív, tartósan megmaradó, fűdös, pézsmás	levendula tömjén mirha
Római kamilla	anthemis nobilis		antibiotikus, antidepresszáns, baktériumölő, fájdalomcsillapító (fűlfűzés, fogzás), gyulladáscsökkentő, gyomoreresztő, görcsoldó, hegesítő, lázcsillapító, májműködést serkentő, menstruációt elősegítő, nyugtató, gyógygít, hányáscsillapító	idegnyugtató, alvászajvító, szorongáscsökkentő, érzelmi kiegyensúlyozó	Bőrnugtató, aknéra, pattanásokra, kuperózisra, rosacea-ra, ekcémára, érzékeny bőrre, minden hajtípusra.	Bizonyos esetben bőrritációt okozhat. Ne használjuk várandósság alatt! Akik allergiásak az őszirózsafélék családjába tartozó növényekre, azokat allergizálhatja! Álmoságot okozhat.	igen	friss, aromás, szénás	kamilla levendula
Rozsmaring	rosmarinus officinalis		antidepresszáns, antioxidáns, élénkítő, emésztést segítő, máj- és epeműködést támogat, fájdalomcsillapító, görcsoldó, hegesítő, menstruációt elősegítő, gyógygít, összehúzó, vízajtó, vérnyomásnövelő, visszér problémákra, rovarriasztó, felső légúti betegségekre, kimerültség ellen, izomlazító, reumaelleni	antidepresszáns, élénkítő, energizáló, memóriarfrissítő, ösztönző, akaraterőt, önbizalmat növelő, idegnyugtató	Bőrre és hajra erősítő, élénkítő hatással van. Fejbőr revitalizáló, zsíros hajra, hajhullásra. Bőrregeneráló, gyógygít	Ne használjuk várandósság alatt! Erőteljes élénkítőszert, ezért lefekvés előtt 3-4 órával már ne használjuk. Epilepsziás betegek ne használják!	nem	gyógynövényes, friss, zöldfűszeres, kámforos	bazsalikom borsmenta kakukkfű oregánó
Szegfűszeg	eugenia caryophyllata		görcsoldó, gyomorrontásra, antibakteriális hatású, fertőtlenítő, fájdalomcsillapító (izom, ízület, fog), emésztést segítő, gombaölő, szájzag ellen, zúzódásokra, vércukorszint kiegyensúlyozó, rovarriasztó,	stresszkezelő, afrodisziál, önbizalom erősítő, agyműködést serkentő, nyugtató, ellazító, segíti az elengedést	csökkenti a foltok, ráncok megjelenését, csipésekre	Nagyon erőteljes, irritáló, ún."forró" olaj. Nagy hígításban használjuk (kivéve fogfájáskor)! Várandósoknak, csecsemőknek, kisgyermeknek tilos! Máj- vagy vesebetegség esetén kerüljük a használatát!	nem	fűszeres, gazdag	pacsuli római kamilla teafa fahéj gyömbér
Teafa	melaleuca alternifolia		baktériumölő, fertőzésgátló, immunrendszer stimuláló, gombás fertőzésekre (bőr, láb, köröm), fogínygyulladás, szájnyálkahártya fertőzéseire, húgyúti gyulladásokra, aranyérra ülőfürdőbe, torokfájásra, hegesítő, köptető, izzasztó, csipések ellen, rovarriasztó, vírusölő, kisebb vágások, égések, elősegíti a méregtelenítést	bizalomnövelő, csökkenti az elnyomás érzését	Letisztítja a gyulladt bőrt. Zsíros, problémás, atópiás bőrre, pattanásokra, kelekere, sebgyógyító, hegesítő, száraz, fakó, érett bőrre.	Általában biztonságos.	igen	gyógyszeres, zöldes-fűs	eukaliptusz levendula szegfűszeg
Tömjén	boswellia carterii, b. sacra, b. serrata		emésztést segítő, hegesítő, köptető, sejtregeneráló, vízajtó, összehúzó, asztma ellen, bélgyorsre, gegegyulladásra, hörghurutra, kiütések csillapításra, megfázásra, puffadás ellen, immunstimuláló, fejfájás ellen, reumaellenes, légzéztámogató	idegnyugtató, meditációt segítő, enyhíti a gyászt és a féldmet, szorongáscsökkentő,	Regenerálja és felelénkíti a bőrt, bőrfitalító, ráncalanító hatású, pattanásokra, kelekere, sebgyógyító, hegesítő, száraz, fakó, érett bőrre.	A boswellia serrata az egyedüli, ami nem gyerekbarát! A többi fajtát nyugodtan lehet várandósoknak és gyerekeknek is használni.	igen	balzsamos, keleties, édes-fűszeres	mirha pacsuli szantálfa