

ALGEMENE VOORZORGS- MAATREGELEN EN WAARSCHUWINGEN

- Essentiële oliën (etherische oliën) zijn een geschenk van de natuur maar vervangen nooit een arts. Volg de gebruiksaanwijzing en doseringsregels in de olie beschrijving.
- Wees u ervan bewust dat aromatherapie geen directe lichamelijke genezing kan brengen en dat een aromatherapeut geen diagnoses kan en mag stellen. Dat is het gebied van de reguliere geneeskunde. Mensen met een ziekte, kwaal of geestelijke problemen dienen een reguliere arts te bezoeken om diagnose vast te laten stellen om een (ernstige) lichamelijke of geestelijke aandoening uit te sluiten. In de natuurgeneeskunde gaan we ervan uit dat er spontane biologische genezing kan plaatsvinden. Dit is echter (nog) niet wetenschappelijk bewezen. Bij ziekte is een reguliere arts de eerst aangewezen hulp!
- Neem essentiële oliën nooit zomaar in zonder overleg met uw aromatherapeut of arts; het spijsverteringskanaal kan geïrriteerd raken en in grote doses kunnen ze de inwendige organen beschadigen!
- Pas aromatherapie nooit toe in plaats van de medische behandeling die u krijgt voor een ernstige aandoening.
- Epilepsiepatiënten dienen altijd een arts te raadplegen voor gebruik van essentiële olie.
- Neem de waarschuwingen en contra-indicaties te allen tijde goed in acht! Vooral mensen met bloeddruk problemen.
- Bij per ongeluk orale inname direct enkele slokken vette plantenolie drinken! Essentiële olie lost het beste op in deze oliën en werkt direct verzachtend. Daarna onmiddellijk naar de dokter!
- Voorzichtigheid is geboden met essentiële olie rondom de ogen en bij slijmvlieszen.
- Bij gebruik van homeopathische medicatie arts raadplegen alvorens u essentiële oliën gaat gebruiken.
- In de olie beschrijvingen wordt expliciet vermeld als de olie niet gewenst is bij zwangerschap. Over het algemeen moet inwendig gebruik van oliën tijdens zwangerschap afgeraden worden. De meeste oliën kunnen uitwendig worden toegepast of verdampt.
- Bij twijfel voor kans op (grote) (over)gevoeligheid van de essentiële olie, is het verstandig een huidtest uit te voeren; wrijf 1 druppel olie in de elleboog holte. Wanneer deze plek binnen 24 uur rood is, de olie niet gebruiken of eventueel verdunnen met een basis olie en opnieuw testen. Als er na 24 uur geen reactie is opgetreden,

is de essentiële olie hoogstwaarschijnlijk veilig in gebruik.

- Vermijd langdurig gebruik van dezelfde essentiële olie i.v.m. allergieën en immuniteit.
- Essentiële oliën zijn brandbare stoffen, dus nooit bij open vuur plaatsen.
- Buiten het bereik van (kleine) kinderen en huisdieren houden.
- Vermijd de zon (nebank) wanneer citrus oliën zijn aan gebracht op de huid (bijvoorbeeld na massage) gedurende minimaal 6-12 uur.
- Essentiële oliën zijn natuurproducten; ze zijn gevoelig voor licht, lucht en hoge temperaturen. Bewaar de olie op een donkere plaats met een zoveel mogelijk koele, gelijkmatige temperatuur. Dit is voor het behoud erg belangrijk. Oliën kunnen oxideren, waardoor allerlei verbindingen in oliën ontstaan die de huid kunnen irriteren en sensiteren.
- Doseringen in olieteksten: als er 3% op de huid staat, wordt daarmee de maximale dosering bedoeld. 3% wil zeggen: 3ml. essentiële olie (ca. 60 druppels) in 100 ml. plantaardige, vette olie (basis olie). Een normaal gemiddeld de voor 1 ml. olie is ongeveer 20 druppels.
- Bij het baden nooit essentiële oliën zonder emulgator in het water gebruiken want de olie blijft op het water drijven en kan dan direct in contact komen met de huid en/of slijmvlieszen.
- Gebruik geen essentiële oliën op de huid van baby's tot 12 maanden oud.

Masseer eventueel alleen een basis olie (bijvoorbeeld abrikozepit- of jojoba olie. Na het eerste jaar kunt u 1 druppel lavendel- of Roomse kamille olie door 4 fl. basis olie mengen voor een massage olie voor dagelijks gebruik.

- Essentiële olie laat vlekken achter op kleding, beddengoed en handdoeken. Deze zijn nauwelijks tot niet te verwijderen.

BETEKENIS

WAARSCHUWINGSSYMBOLEN



1. Gevaar voor irritatie
2. Brandgevaarlijk
3. Lange termijn gezondheidsschade
4. Milieuschadelijk
5. Corrosief irriterend

Meer informatie & recepten vindt u op onze website: www.zenergywellness.nl

DISCLAIMER Bij het verstrekken van de informatie in de bijsluiters beroepen wij ons op het ook ons toekomende recht op vrijheid van meningsuiting, zoals dat onder meer wordt gewaarborgd in artikel 10 lid 1 van het Europees Verdrag ter bescherming van de Rechten van de Mens en de fundamentele vrijheden. De bronnen waaruit de informatie over de werking van deze oliën stamt, zijn de soms al duizenden jaren oude toepassingen in de aromatherapie, de publicaties van therapeuten, homeopathische artsen en tips van gebruikers. **Zenergy Wellness doet echter geen claims over diagnose, behandeling, genezing of ziektepreventie.** De inhoud van deze bijsluiters is enkel bedoeld voor informatieve doeleinden. Houd er rekening mee dat de informatie in deze bijsluiters niet is geëvalueerd door medische deskundigen. De informatie dient niet te worden opgevat als medisch advies. Raadpleeg bij klachten daarom altijd een medisch gekwalificeerde arts. **Aan de informatie in deze bijsluiters kunnen geen rechten ontleend worden.** BRONNEN: Aromecum, auteur: Drs. Harmen Rijkman en www.anthemis.nl.

TOEPASSINGEN

Essentiële olie kan op meerdere manieren worden gebruikt. De toepassing die wordt gekozen is enigszins afhankelijk van het doel en uiteraard de persoonlijke voorkeur. Lees hieronder een aantal toepassingen en hoe je dit allemaal kunt toepassen.

Puur: In het algemeen kan worden gesteld, dat essentiële oliën niet onverdund op de huid aangebracht mogen worden. Dit omdat veel oliën in pure vorm de huid kunnen irriteren of overgevoelig kunnen maken. Wees ook voorzichtig met oliën die fototoxisch zijn, d.w.z. dat zij de huid verkleuren als deze aan de zon wordt blootgesteld, zoals bijv. bergamot. Er zijn echter een aantal uitzonderingen; zo kunnen bijvoorbeeld sandelhout, jasmijn, patchouli en roos uitstekend als parfum direct op de huid worden gedragen. Lavendel kan o.a. onverdund worden gebruikt bij de behandeling van insectensteken en wonden. Het is raadzaam om, voordat je essentiële oliën puur aanbrengt, uit te proberen of je hiervoor gevoelig bent. Doe een druppel op een pleister, plak

deze aan de binnenkant van je elleboog en laat deze minimaal 24 uur zitten. Als geen irritatie ontstaat kun je de olie puur gebruiken.

Inhaleren/stomen/verdampen: Een effectieve manier om sinusitis, keel- en borstholte infecties en ademhalingsproblemen te verlichten is het inhaleren. Voeg een paar druppels essentiële olie toe aan een schaalje heet water, bedek je hoofd en schaalje met een handdoek en inhaleer de damp langzaam en diep 5-7 minuten. Als de hete damp te bezwaarlijk is kun je ook 1-2 druppels op een tissue sprenkelen en dan regelmatig inhaleren, of je legt de tissue op de cv. Een andere methode om essentiële oliën te inhaleren is een heet dampend bad te nemen of ze te gebruiken in de sauna. Natuurlijk is dit niet zo geconcentreerd. Bij een aankomende verkoudheid of griep kan bijv. manuka op een tissue gedruppeld en meerdere per dag opgesnoven worden. Ook kunnen de oliën in een diffuser verdampd worden.

Massage: Massage is de meest effectieve manier om essentiële oliën te gebruiken. De oliën worden hierbij goed door de huid opgenomen en kunnen zo verlichting brengen bij veel kwalen, ook bij inwendige problemen. Om met essentiële oliën te kunnen masseren moeten deze gemengd worden met een basis olie, bijv. amandel olie. Voor een ontspan-

nende massage kun je 10-15 druppels essentiële olie toevoegen aan 100 ml. basis olie. Voor de behandeling van diverse aandoeningen dient de hoeveelheid essentiële olie in het mengsel tussen de 1 en 3 % te zijn. Fysieke kwalen als bijvoorbeeld reuma verlangen een hogere concentratie dan emotionele of nerveuze aandoeningen. Voor een algeheel welbevinden kun je je eigen handen of voeten masseren. Vele delen van het lichaam die ongemak veroorzaken kunnen vaak zelf gemasseerd worden. Zo kan bij indigestie de maagstreek in de richting van de klok met pepermunt ingewreven worden.

In bad: De eenvoudigste manier om essentiële olie te gebruiken is 8-15 druppels toe te voegen aan een vol bad (ook geschikt voor bubbelbad). Het is op deze manier niet alleen mogelijk om aangenamen en ontspannen te baden, maar ook heel veel verschillende klachten te verzorgen, zoals huidaandoeningen, spierpijn, reumatische klachten, artritis etc. Omdat de olie op het water blijft drijven dient deze met een hydrofiele (bad)olie of natuurlijke emulgator gemengd te worden. Meng de essentiële olie met één van deze stoffen en voeg het mengsel toe aan het badwater.

Koud of heet kompres: Warme of koude kompressen zijn een zeer effectieve manier om essentiële oliën toe te passen ter verzachting van pijn of het

verminderen van ontstekingen. Een warm kompres kan o.a. worden gebruikt bij rugpijn, reuma, artritis en abscessen. Maak een kom met heet water en voeg hier tot 5-10 druppels essentiële olie per 100 ml. water, aan toe. Dompel een stuk katoen, flanel of watten in de vloeistof, knijp dit licht uit en leg het zolang op de pijnlijke plek tot het is afgekoeld tot lichaamstemperatuur. Herhaal dit enkele malen. Een koud kompres wordt o.a. gebruikt bij hoofdpijn, verstuingen en zwellingen. De behandeling is gelijk als bij het warme kompres, gebruik echter i.p.v. heet water, ijskoud water. Ook dit kompres enkele malen herhalen.

Inwendig: Inwendig gebruik van essentiële oliën zonder begeleiding van een gediplomeerde aromatherapeut of (homeopatische) arts is af te raden. Het is voor een leek zeer moeilijk vast te stellen hoe hoog de in te nemen concentraties mogen zijn. Daarbij komt dat verschillende essentiële oliën in meer of mindere mate oraal giftig zijn en enkelen zelfs zeer giftig. Essentiële oliën worden echter zeer goed door de huid opgenomen en kunnen zo positief op de inwendige organen inwerken en allerlei kwaltes gunstig beïnvloeden.

VOOR MEER TOEPASSINGEN

RAADPLEEG ONZE SITE

WWW.ZENERGYWELLNESS.NL

PRODUCT

Chargenummer:

E0310 / 201709 / Bac / Na

Productnaam:

Magnolia absolie

Land van herkomst:

India

Botanische naam:

Michelia champaca

Farmacopoea:

CAS: 90045-90-2

Kleur:

Geel

Geur:

Warm, exotisch, zwoele bloemengeur

Smaak:

Karakteristiek

Consistentie:

Vloeibaar

Bereiding:

Hexaanextractie bloemen

Plantenfamilie:

Magnoliaceae (Magnoliaceae)

Benodigd plantenmateriaal:

2 bloemen/1 liter olie

ANALYSE GASCHROMATOGRAM:

4,6-dimethylundecaan

tridecaan

methyl eugenol

methyl isoeugenol

myrcenol

9,12-octadien-1-ol

2,6,6-trimethyl-6-

vinyltetrahydropyran-3-ol

Monoterpenen:

α-terpineen

α-terpinoleen

β-caryophyllen

myrcen

limoneen

sabineen

Oxiden

1,8 cineol

e-linalool

z-linalool

Sesquiterpenen

aromadendreen

β-caryophyllen

Esters

benzyl acetaat

ethyl linolaat

geranyl isobutyraat

3-hexeen-1-ylbutyraat

methyl 11,14-eicosadienoaat

methyl 11,14, 17-eicosadienoaat

methyl 7-methylnonanoaat

methyl hexanoaat

methylsalicylaat

camfeen hydraat

2-fenethyl

2-fenethylisobutyraat

2-fenethylisovaleraat

2-fenethylpropionaat

Monoterpenolen

dihydrocarveol

linalool

Aldehyden

3,4-dimethoxybenzaldehyde

geranial

neral

Alcoholen

2-fenethyl

EIGENSCHAPPEN

Geformuleerd uit verschillende verbindingen, waaronder beta-caryophyllen, bezit magnolia absolie krachtige eigenschappen. Bij gebruik op de huid vermindert magnolia absolie roodheid, wallen en maakt de huid gelijkmatiger en helderder. Magnolia absolie is voedend voor de huid en kan als uitstekende moisturizer de huid vullen en fungeren als het ideale element om fijne lijntjes en rimpels glad te strijken. Ga nog een stap verder en sluit vocht aan met neroli voor ultieme hydratatie.

TOEPASSING

Verstuiven

Bij gebruik in een geurverspreider geeft magnolia absolie kalme en rust. Net als lavendel en bergamot bestaat magnolia absolie voor een groot deel uit linalool; dit bestanddeel brengt het zenuwstelsel tot rust bij stress, angst en spanning, waardoor er weer ruimte ontstaat de lichtpunten van het leven te zien. Je voelt je moedig en klaar om precies dat te doen waar jij zin in hebt!



VEILIGHEID

Brandbaar, stabiele vloeistof, schokbestendig. **Xn-N:** irritant voor ogen en huid, schadelijk bij indigestie, niet carcinogeen, niet in het milieu afvloeien: grondwater, water en grond.

Oogcontact: eventuele contactlenzen verwijderen en met open ogen minstens 15 minuten spoelen met water. **Huidcontact:** gecontamineerde huid overvloedig spoelen met water en een neutrale zeep. **Bij indigestie:** mond spoelen, een arts waarschuwen en etiket/ verpakking tonen. **Allergenen:** limoneen, linalool en geranial.



Op de huid

Zie algemene voorzorgsmaatregelen en waarschuwingen. Magnolia absolute is enorm heilzaam voor de huid. Meng het absolute door je dagcrème of een basis olie (1 druppel op 30 ml dagcrème) voor een gezonde uitstraling.

In bad

Zie algemene voorzorgsmaatregelen en waarschuwingen. Via baden is magnolia absolute in te zetten voor ontspanning en is zinnenprikkend.

DOSERING

Bij verstuiving

Enkele druppels naar eigen voorkeur.

Op de huid

Maximaal 5% bij volwassenen - bij plaatselijk gebruik.

In bad

Maximaal 5 druppels in een vol bad.

OVERDOSERING EN BIJWERKINGEN

Ten hoge dosering van dit absolute kan hoofdpijn en huidirritaties veroorzaken.

WAARSCHUWINGEN/CONTRA-INDICATIES

Buiten bereik van kinderen houden. Ben je zwanger, geef je borstvoeding of gebruik je medicatie? Overleg voor gebruik altijd met je arts. Vermijd de ogen en andere gevoelige plekken. Niet bedoeld om in te nemen. Alleen verdund op de huid gebruiken.

WERKT GOED I.C.M.

Magnolia absolute kan goed gemengd worden in de diffuser met sandelhout, frangipani, jasmijn en patchouli. Magnolia absolute kan goed gecombineerd worden met de meeste bloemen-, hout- en hars oliën.

AROMATHERAPIE

Magnolia absolute is niet alleen een afrodiserende olie maar heeft volgens aromatherapeuten ook antibacteriële eigenschappen. In de aromatherapie wordt de olie o.a. ter ondersteuning ingezet bij gastritis, artritis, krampen, spanningen, hoofdpijn, ontstekingen, reuma en jicht. Toegevoegd aan een huidolie zou magnolia absolute regenererend werken en de vorming van nieuw weefsel bevorderen. Kan irritatie bij ieder huidtype verminderen.

PSYCHOLOGISCH

Het magnoliatype heeft vertrouwen in de toekomst en de moed om eigen wegen te gaan en weerstand te overwinnen.

PSYCHISCH

Magnolia absolute opent het hart en stimuleert romantische gevoelens. Het is als voedsel voor de ziel en de toegang tot het paradijs.

SPIRITUEEL

Magnolia essentiële olie staat symbolisch voor geboorte en een nieuw begin. Magnolia helpt je in je persoonlijke groei en inspireert vernieuwingen. De olie geeft je gemoedsrust en een constante troost. De geur is tevens opbeurend en verfrissend.

BEHANDELINGEN

Ontspannend bad voor het slapen

gaan: meng 1 druppel magnolia-, 1 druppel curcuma-, 1 druppel frangipani- en 2 druppels amyris essentiële olie met 5 ml. natuurlijke emulgator of hydrofiële (bad)olie. Voeg dit toe aan een warm bad en baad hierin 20-25 minuten.

Een zinnelijk bad: meng 1 druppel magnolia-, 1 druppel roos-, 2 druppels ho-blad en 2 druppels mandarijn mengen met 5 ml. natuurlijke emulgator of hydrofiële (bad)olie. Voeg dit toe aan een warm bad en baad hierin (samen) 20-25 minuten.

Een huidolie voor een zinnelijke

massage: meng 1 druppel magnolia-, 1 druppel elemi, 2 druppels grapefruit-, 1 druppel jasmijn- en 2 druppels sandelhout essentiële olie met 50 ml. amandel basis olie in een donkerbruin flesje. Masseer elkaar met een beetje van dit mengsel.

Diffusermix: verdamp 1 druppel magnolia-, 1 druppel koriander-, 2 druppels geranium- en 1 druppel wierook essentiële olie in de diffuser.



BRONNEN: Aromecum, auteur: Drs. Harmen Rijkema en www.anthemis.nl.