

Illóolaj neve	Mire használhatjuk?	Alkalmazási lehetőségek	Gyermekek esetében hogyan alkalmazzuk?*
<b>Borsmenta</b>	Csökkenti a <b>köhögést</b> , de hatékony arcüreggyulladás és a torokgyulladás tüneteinek kezelésére is, <b>váladékkoldó</b> hatású.	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Mellkas vagy az ornyereg megmasszírozásához.**	6 éves kor alatt nem ajánlott. Nagyobb gyermekeknél láz esetén hidegvizes borogatáshoz vagy egy hideg lábfürdőhöz adhatjuk.
<b>Citrom</b>	Kitisztítja az orrjáratokat és lehetővé teszi a nyugodt <b>légzést</b> . Antibakteriális, gyulladáscsökkentő, enyhíti a megfázás és az <b>influenza tüneteit, a köhögést, a fejfájást</b> .	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Borogatás Bedörzsölés Aromaterápiás masszázs**	Kisgyermekek számára is biztonságos.
<b>Erdei fenyő</b>	Frissít, élénkít, <b>kitűnő köptető</b> , fellazítja a nyálkát és váladékot a <b>légutakban</b> , enyhíti a homloküreg-gyulladás és hörghurut tüneteit.	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Borogatás Bedörzsölés Mellkas vagy az ornyereg megmasszírozásához.**	3 éves kor alatt nem ajánlott.
<b>Eukaliptusz</b>	Csökkentheti a <b>lázat</b> és küzd a vírusok ellen, emellett a <b>tiszta légzést</b> és a nyitott légutak érzését is elősegíti, <b>váladékkoldó</b> hatású.	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Borogatás Bedörzsölés Mellkas vagy az ornyereg megmasszírozásához.**	Kisgyermekek számára is biztonságos. Hígított állagban, borogatásként helyileg alkalmazható a gyermek mellkasán.
<b>Fahéj</b>	Segít a fertőzések megelőzésében, támogatja a légzőrendszert, <b>enyhítheti a szárazköhögést, hörghurutot</b> , csökkenti a torok- és tüdőgyulladást.	Párolgatatás Inhalálás (akár közvetlenül üvegcsőből lélegezve vagy forróvízhez adva).	6 éves kor alatt nem ajánlott.
<b>Levendula</b>	Nyugtató, <b>gyulladáscsökkentő</b> , fertőtlenítő hatású, <b>fájdalom- és lázcsillapító</b> .	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Aromaterápiás masszázs** Bedörzsölés	Kisgyermekek számára is biztonságos, akár masszázs során vagy fürdővízhez adva is alkalmazhatjuk. Enyhítheti a gyerekek nyugtalanságát, megfázást és a köhögést vagy az álmatlanságot.
<b>Kakukkfű</b>	Csökkenti a <b>köhögést</b> . Antibakteriális hatású, így segít a légúti fertőzések leküzdésében, <b>váladékkoldó</b> hatású.	Párolgatatás Inhalálás Bedörzsölés Mellkas vagy az ornyereg megmasszírozásához.**	6 éves kor alatt nem ajánlott.
<b>Kamilla</b>	Enyhíti a megfázás és az influenza tüneteit, <b>gyulladáscsökkentő</b> , enyhíti az <b>orrdugulást</b> és az orrmelléküregeket és a nyálkahártyák gyulladását, <b>nyugtató</b> hatású.	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Aromaterápiás masszázs** Bedörzsölés	Kisgyermekek számára is biztonságos.
<b>Rozmaring</b>	<b>Váladékkoldó</b> hatású, <b>frissíti</b> a lakás levegőjét, <b>fertőtlenítő</b> , hangulatjavító, felületek tisztításához is alkalmazható.	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Aromaterápiás masszázs** Bedörzsölés	6 éves kor alatt nem ajánlott.
<b>Szegfűszeg</b>	Enyhíti a száj- és garatüreg <b>nyálkahártya-gyulladásait</b> , antivirális és gombaölő tulajdonságú, tisztítja a <b>levegőt</b> .	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Aromaterápiás masszázs** Toroköblögető folyadékként (fél csepe víz, 1-2 csepp olaj)	6 éves kor alatt nem ajánlott.
<b>Teafa</b>	Antivirális és <b>antibakteriális</b> hatású, <b>váladékkoldó</b> és jellegzetes aromája pedig a <b>légutakat</b> is tisztítja.	Párolgatatás Inhalálás Aromaterápiás fürdő Aromaterápiás masszázs**	Kisgyermekek számára is biztonságos, pl. párolgatatva csökkenti a gyulladásokat, a torok és a mellkas tüneteit.