



Ricette, applicazioni, usi vari dell'olio essenziale di Alloro

Per casi come raffreddore, tosse, congestione nasale, sinusite, asma, bronchite:

- diffondere l'olio di alloro in un diffusore o un vaporizzatore
- aggiungere alcune gocce di olio in una ciotola di acqua calda e inalare i vapori che emanano. Puoi anche mescolarlo in combinazione con olio essenziale di eucalipto per ottenere risultati ottimali!

Per crampi mestruali:

- diluire l'olio con un olio vettore (olio di mandorle dolci oppure olio di rosa canina) in rapporto 1:1 e massaggiare delicatamente sulla zona addominale per alleviare il dolore e stimolare le mestruazioni.

Per dolori muscolari, articolari:

- diluire l'olio con un olio vettore (es. mandorle dolci) e massaggiare delicatamente sulle aree interessate. Puoi anche aggiungere alcune gocce di o.e. di alloro in un impacco caldo e premere delicatamente sulle aree interessate.

Per la memoria in modo da favorire rilassamento e concentrazione mentale:

- porre una goccia di olio essenziale di alloro su un fazzolettino e aspirarne l'aroma all'occorrenza.

Per pulire i batteri che si formano intorno a ferite, tagli, graffi:

- applicare olio diluito con foglie di alloro sulle aree interessate usando un batuffolo di cotone, ma fare attenzione a non applicarlo su ferite aperte..

Per i capelli:

- per capelli robusti lavare i capelli con uno shampoo neutro a cui si aggiungono alcune gocce di essenza di alloro, aiuta a stimolare l'irrorazione sanguigna della cute del capo e se viene usato regolarmente dona ai capelli un aspetto sano e luminoso;
- basta diluire l'olio con un olio vettore (es. mandorle dolci) in un rapporto 1:1 e applicare su cuoio capelluto e capelli. Risciacquare dopo alcuni minuti;
- previene la caduta dei capelli rinforzandoli alla radice, 2 gocce di alloro e 2 gocce di arancio dolce in una lozione per capelli per tonificare e stimolare la ricrescita.

Per indigestione:

- puoi massaggiare delicatamente l'olio di alloro diluito sulla zona addominale per migliorare la tua salute digestiva!

Per insetti:

- basta diffondere l'olio essenziale di alloro nel diffusore o nel vaporizzatore. Alcune gocce di olio possono anche essere aggiunte a un flacone spray contenente acqua, e puoi spruzzarlo su tutte le superfici e crepe.

Per acne:

- creare una maschera purificante per la pelle acneica con un cucchiaino di argilla verde, poca acqua calda, 5 gocce di olio essenziale di Alloro, 2 gocce di olio essenziale di Rosmarino. Applicare la maschera sul viso umido, lasciare agire 10 minuti e risciacquare.