



Aroma Touch

Massagemischung

Zusammensetzung

Basilikum
Grapefruit
Lavendel
Majoran
Pfefferminze
Zypresse

Anwendung bei

Entspannt die Muskeln
Beruhigt Anspannung/Verspannung
Beruhigt gereiztes Gewebe
Steigert die Durchblutung
Glättet die Haut
Strafft die Haut

Anwendungstechnik

Die AromaTouch™-Massage-Mischung unterstützt verschiedene Massagetechniken mit positivem Effekt.

Anwenden: mittels AromaTouch Technik und AromaTouch Handmassage

Für Muskelkrämpfe 2-3 Tropfen sofort topisch auf die Stelle des Krampfes auftragen.

doTERRA's geschützte Mischung vereint den therapeutischen Nutzen von Ölen, welche bekannt sind die Blutzirkulation zu erhöhen und gereiztes Gewebe zu beruhigen

Aroma Touch-Mischung-Vorteile: hilft bei Entspannung und Stressabbau, Muskelschmerzen lindern und vergrößert die Muskel-Reparatur/Regeneration; der Blutkreislauf wird verbessert und aufgeräumt; Nervenleiden können gelöst und erstaunliche gesundheitliche Vorteile erreicht werden.

Zypresse: Verbessert die Durchblutung und stärkt die Kapillaren;

Wirkt Entzündungshemmend, anti-rheumatische, adstringierend, beruhigend, Prostata abschwelkend, krampflösend, und ist ein Nervenstärker. Hilft Akne, Hautausschlag, Gelenkschmerzen, und Plaque in den Blutgefäßen zu lindern. Es erhöht die mentale Energie und Aufmerksamkeit, indem Schläfrigkeit und Reizbarkeit ausgeglichen wird.

Majoran: analgetisch, antibakteriell, antibiotisch, Antidepressiva, Pilz tötend-, Anti-infektiös, Entzündungshemmend, antioxidativ, krampflösend, antiseptisch, antiviral, Blutdruck-Stabilisator, beruhigend, Verdauungsanregend, Schleimlösend, Nervenstärker, stärkt den Darm, beruhigend und entspannend

Pfefferminze: analgetisch, antibakteriell, anti-karzinogene, gegen Pilze, Entzündungshemmend, bei Übelkeit, Antiseptisch, krampflösend, Verdauungsfördernd, guter Verstärker für andere Öle, Fiebersenker, Kopfschmerzen, Erleichterung, belebend, geistige Klarheit, verbessert die Ausdauer

Basilikum: antiseptisch, antibakteriell, krampflösend, beruhigend, Verdauungsfördernd, Nerven-Tonikum, Muskel-Reparierer/Regenerierer, Antidepressiva, Geist heilen (stimuliert und klärt den Geist zur gleichen Zeit), gute postoperative Kommunikation, schnelle Genesung von Muskel / Nerven

Grapefruit: Antidepressiva, Anti-Krebs, antiseptisch, krampflösend, adstringierend, desinfizierend, harntreibend; Kann hilfreich sein bei Essstörungen, Gallenblase und Leber Probleme. Kann bei Lymphstau unterstützen und bei Genesung von Nahrungs- und Drogenabhängigkeit förderlich sein. Löst Toxine der Cellulite, langfristige Austrocknung sanft, und gründlich. Grapefruit ist ein großes Stärkungsmittel hat eine gute Wirkung auf Haut und Kopfhaut.

Lavendel: Verbindungs-Öl – unterstützt alle anderen Ölen für gute Zusammenarbeit; steigert die Rezeptur für Wellness und ermöglicht es, die Aspekte der Natur zu kombinieren, um die Mischung der Elemente zu ihrem höchsten und Besten innerhalb des Systems des Körpers zu steigern. Lindert Stress, Angst und Schlaflosigkeit, lindert die Schmerzen von Insektenstichen, beruhigt die Haut (bei der Verbrennung oder bringt diese wieder in perfektes Gleichgewicht), bei Wunderheilung der Haut, natürliches Anti-Histamin bei Allergien und Schleimhautthemen, entlastet Muskelkrämpfe, beruhigt die Haut und die Nasennebenhöhlen. Es ist antibakteriell, ein Antidepressiva und Beruhigungsmittel. Empfehlungen die hier vorgestellt werden, sind nur wirksam, mit der doTERRA AromaTouch Mischung selbst!

AromaTouch Technik: Einzigartiges Verfahren, bei dem das Sympathikus- und Parasympathikus-System balanciert und neu gestartet wird - erstaunlicher Gesundheitsverbesserung Prozess - für Herz, Körper, Geist und Seele.

AromaTouch Hand Technik: Dr. Hill hat diese Technik vielen Menschen gelehrt, die es auf der ganzen Welt anderen gezeigt haben für Stress-Abbau, Komfort und um Kopfschmerzen zu lindern und das in einem schonenden Verfahren, sanft und auf den Händen.

AromaTouchMischung diffusen: 4-6 Tropfen in den Diffuser geben, zum Stress Abbau und um Luftkeime zu töten. Hebt die Stimmung und befreit diesen Nebel in einer Depression.

Nackenschmerzen: AromaTouch auf die Muskeln an der Basis des Nacken, hinaus über die Schultern und dann hinauf über den Nacken zum Ansatz des Kopfes.

Kopfschmerzen: AromaTouch an den Schläfen, Stirn und Nacken auftragen.

Arthritis oder rheumatische Schmerzen: 4 Tropfen AromaTouchMischung auf den jeweiligen Bereich auftragen – kann mit Kokosöl verdünnt und öfters am Tag angewandt werden.

Schmerzen im unteren Rücken: AromaTouch oft auf den unteren Rücken auftragen und genießen Sie die Erleichterung.

Posttraumatischer Schock: AromaTouch 4 Tropfen, Melissa 2 Tropfen, auf die Rückseite des Halses auftragen, danach die Hände fest zusammen reiben und inhalieren.

Neuropathie: AromaTouchÖl auf die Unterseiten der Füße, den Fußrücken und auf die Punkte der Füße und Hände wo die Milz, Leber und das Lymphsystem sind; immer in Bewegung nach oben aus dem Fußgelenk nach oben und dann sanft über Krampfadern morgens und abends . Wenn Sie mit Bluthochdruck diagnostiziert wurden, können Sie Zitronenöl mit der Aroma Touch-Mischung in Ihren Händen vermischen, um den Nervennachrichten-Fluss wieder zu erlangen und zu verbessern.

morgendliche Klarheit: AromaTouchMischung auf der Rückseite des Halses und auf der Rückseite der Knie auftragen. Vor dem morgendlichen Fußmarsch oder Bewegung, um geistige Klarheit zu bekommen und einen Schub Optimismus während der Fahrt.

beruhigender Schlaf: AromaTouchMischung im Schlafzimmer vor dem Schlafengehen diffusen und genießen Sie die friedliche Ruhe.
Auftragen dieser Mischung auf die Unterseite der Füße und bei Rückenschmerzen vor dem Zubettgehen und genießen.

Massage-Nachbehandlungs-Mischung: nach einer guten Tiefenmassage, 2 Tropfen AromaTouchMischung auf jede Hand geben – diese aneinander reiben und inhalieren, danach fügen Sie zusätzlich Wild Orange 2 Tropfen hinzu und wieder beide Hände aneinander reiben, zusätzlich Geranium 2 Tropfen und wieder verreiben und inhalieren und Sie werden produktiver und glücklicher sein für Stunden – Erinnerung: große Mengen Wasser trinken, um die Giftstoffe, die sich gelockert haben aus dem Körper zu spülen.

Energie Booster: AromaTouchMischung auf der Rückseite des Halses, im unteren Rücken und auf dem Rücken der Knie geben. Vor einem langen Tag auf den Beinen und Sie werden angenehm überrascht sein, wie viel gleichbleibende Energie den ganzen Tag vorhanden ist.

Diese Ressourcen nutzen wir regelmäßig:

Modern Essentials, reichlich Gesundheit, LLC, 2009

Heilende Öle der Bibel, David Stewart, 2005.

Aromatherapie in der Medizin, Jacque du Preneau 1908.

Aromatherapie, Ätherische Öle für Vibrant Health and Beauty, Roberta Wilson, 2002

Klinische Aromatherapie, Ätherische Öle in der Praxis, von Jane Buckle, RN, PhD., 2003

Aromatherapy Handbook for Beauty, Hair und Skin Care, Erich Keller, 1992

Aromatherapie für die Heilung der Geist, von Gabriel Ojay, 1997

Die Kunst der Aromatherapie, Robert Tisserand, 1995

{www.Aromatools.com} für: Bücher, Taschen, Werkzeuge etc.

HINWEIS: Die Informationen in diesem Dokument freigegeben wurde nicht von der FDA geprüft. Die Produkte und Verfahren zu empfehlen sind nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung einer Krankheit oder ein Leiden, noch ist es beabsichtigt, eine angemessene medizinische Hilfe zu ersetzen. Bitte haben Sie Verständnis, dass ätherische Öle helfen, den Körper ins Gleichgewicht zu bringen Arbeit - und hilft damit der natürlichen Abwehrkräfte des Körpers, um die Homöostase wiederherzustellen. Ätherische Öle sind nicht zur "Behandlung" medizinischen Problemen. Dieses Dokument wurde recherchiert und aufbereitet als ein Anfang für neue Leute zu CPTG Ätherische Öle doTERRA ist von Dr. Susan Lawton. Wenn Sie Fragen zu unserem nächsten Öl-Präsentation haben, können Sie Fragen zu schicken: slawton1@optonline.net. So können wir die Antworten während der Präsentation abdecken wird - es gibt keine einzelnen Antworten werden. Vielen Dank für Ihr mit anderen zu teilen. Nächste Woche werden wir abdecken doTERRA Mischung aus Balance.