

Check-up And Health



Ondanks het feit dat er duizenden mensen melding maken van het succesvolle gebruik van etherische oliën en dat dit verschillende lichaamsfuncties helpt en ondersteunt, probeert de reguliere medische wereld nog steeds deze ervaringen in diskrediet te brengen.

Verslagen van Etherische oliën kun je overal vinden op het internet; in diverse blogs, zoals DIY (do it yourself) blogs, survival-blogs, natuurlijke gezondheid blogs en mama blogs. Dus essentiële oliën werken echt...!

De vraag is dus werken essentiële oliën echt, of is het dure kwakzalverij?

Wat zijn essentiële oliën

Etherische oliën dragen de fysische eigenschappen van bloemen en planten in een zeer geconcentreerde vorm. Door de verschillende processen van destillatie worden de vluchtige bestanddelen van de olie van de plant geëxtraheerd uit de bloemen, bladeren, takken of wortels. Etherische oliën dragen biologisch actieve vluchtige stoffen in een zeer geconcentreerde vorm die therapeutische voordelen vertonen. De meest voorkomende groepen van chemische bestanddelen gevonden in essentiële oliën zijn terpenen, alcoholen, esters, ketonen, aldehyden en fenolen. De anti-oxidant waarde in een aantal essentiële oliën alleen is absoluut geweldig, maar een klein beetje kruidnagelolie heeft de antioxidant capaciteit van 450 pond wortelen, 120 liter bosbessen, of 48 liter bietensap.

Er zijn drie types van terpenen (vaak sterk geurende organische verbindingen) die in etherische oliën zitten: Fenypropanoïden (ook wel Hemiterpenes), Monoterpenen en sesquiterpenen.



Check-up And Health

 <p>Lavender (Sourced from France)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Heals burns and cuts • Relieves insomnia • Diffuse to reduce stress and anxiety • Powerful antihistamine 	 <p>Lemon (Sourced from Italy)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Drink with water daily • Cleanses your body and home • Releases petrochemicals from your body for weight loss • Dilute in spray bottle to clean home • For cold and flu: 4 drops Lemon, 2 drops Oregano, On Guard, Melaleuca in a capsule 	 <p>Peppermint (Sourced from Washington)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Treats nausea and digestive issues • Reduces fever • Increases alertness and focus • Increases oxygen absorption
 <p>Melaleuca (Sourced from Australia)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Add to shampoo for healthy scalp • Apply topically for acne & other skin ailments • Great for athletes foot & other fungus • Cold sore remedy • Apply to cotton ball for ear infections 	 <p>Frankincense (Exclusive from Oman)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anti-cancerous www.pubmed.gov • Passes the blood-brain barrier • Use topically to beautify skin • Take internally to support immunity • Powerful anti-inflammatory • When in doubt, use frankincense 	 <p>Breathe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Helps clear lungs and sinuses • Diffuse in the air for asthma and croup • Apply to chest and the bottom of feet for seasonal respiratory discomfort
 <p>On Guard</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diffuse in air to eliminate airborne pathogens • Take internally for immunity support • Prevents colds and influenza • ORAC* Score - Clove Oil scored 1,078,000 - Wolf Berry scored 25,000 - Blueberry scored 2500 <p><small>*Oxygen Radical Absorption Capacity</small></p>	 <p>Deep Blue</p> <ul style="list-style-type: none"> • Use for joint and muscle pain • Rub on muscles before and after exercise • Arthritis relief and healing • Relieves carpal tunnel pain 	 <p>Slim and Sassy</p> <ul style="list-style-type: none"> • Speeds up your metabolism • Powerful appetite suppressant • Helps cleanse your body of petrochemicals • Elevates energy and mood • Take internally in capsules or water or directly under the tongue • 3-5 drops in water 3-5 times per day

Fenylpropanoïden: Gevonden in Kruidnagel (90%), Cassia (80%), Basilicum (75%), Kaneel (73%), Oregano (60%), Anijs (50%), Pepermunt (25%). De belangrijkste zijn de Fenylpropanoïden, deze reinigen de receptoren van de cellen met als gevolg een gezonder lichaam.

Monoterpenen: Ze zijn te vinden in de meeste essentiële oliën. Dit geeft een weldadige werking, de belangrijkste mogelijkheden van de monoterpenen is dat ze celgeheugen kunnen ondersteunen.

Sesquiterpenen: Gevonden in Cederhout (98%), Vetiver (97%), Nardus (93%), Sandelhout (Aloes) 90%, Zwarte peper (74%), Patchouli (71%), Mirre (62%), en Gember (59%), Wierookhars (8%). Deze moleculen leveren zuurstof aan de weefsels. Sesquiterpenen kunnen de cellulaire gezondheid ondersteunen.





Check-up And Health

De waarheid over essentiële oliën waar niemand over praat is dat het zelfs kan helpen bij het bestrijden van resistente bacteriën. Etherische oliën hebben hun reinigende eigenschappen al bewezen.

Volgens onderzoek gepresenteerd op de Society for General Microbiology tijdens de voorjaarsvergadering in Edinburgh werden de essentiële oliën van Tijm en Kaneel aangehaald omdat het bijzondere efficiënte reinigingsmiddelen zijn.

Etherische oliën kunnen het lichaam binnendringen door vele lanen. Er zitten ongeveer 40 triljoen moleculen in een druppel etherische olie (vergeleken met de ongeveer 40.000 moleculen per cel in het gemiddelde menselijk lichaam). Ze zijn zo klein dat ze in je lichaam door de huid gaan en zich overal kunnen verplaatsen in je lichaam. Etherische oliën hebben een ongelooflijk vermogen om het lichaam binnen te komen via de longen en zich door het gehele lichaam te verspreiden.

Etherische oliën kan je op vele manieren gebruiken door het te smeren op je huid, toe te voegen aan je eten, toe te voegen aan je bad, het in een spuitflacon te doen en te sprayen of inhaleren en zelf innemen in een glas water

Etherische oliën kunnen op al deze interfaces tegelijk inwerken. Slechts een paar druppels etherische olie aangebracht op de handen, polsen, voeten, buik of onderrug kan al een ondersteuning bieden bij vele functies van het lichaam. Bij de aanschaf van essentiële oliën, moet je in gedachten houden dat ze niet hetzelfde werken als synthetische geurolieën die in de meeste gevallen niet veilig te gebruiken op de huid.

Pure essentiële oliën zijn altijd natuurlijk. Vele oliën moeten ook worden verdund met een "draag-olie" zoals kokosolie dat als basis kan dienen en waarin je paar druppels etherische oliën kan toevoegen. Gebruik altijd een basisolie bij het gebruik van etherische oliën bij baby's en kinderen omdat hun huid veel gevoeliger is voor de effecten.



Etherische oliën ook toe te passen al onze huisdieren....!