

Difuzer: aromaterapija za ugodnu jesen

Jednom prilikom sam napisala da bez ove sprave više ne mogu zamisliti život, i to je zaista tako. Ta „sprava“ se zove difuzer i služi za raspršivanje eteričnih ulja u prostoru. Zašto ga toliko volim i po čemu je tako poseban?

Difuzer je aparat koji se sastoji od postolja u kojem se nalazi motor koji proizvodi vibracije i potiskuje zrak i gornjeg dijela u koji se kapaju eterična ulja. Vibracije koje motor proizvodi potiskujući zrak u gornji dio dovode do toga da se eterična ulja raspršuju u sitne kapljice i ispunjavaju prostor u kojem boravimo, a mi udišemo te sitne fine čestice eteričnih ulja.

Postoje difuzeri u koje se ulijeva voda i oni u koje se kapaju samo eterična ulja. Meni su puno draži ovi drugi, jer i miris i učinkovitost eteričnih ulja su u tom slučaju u potpunosti izraženi. U difuzerima ne dolazi do zagrijavanja eteričnih ulja, što je još jedna velika prednost jer onda ne dolazi do raznih promjena u molekulama eteričnih ulja. Svaki difuzer ima određenu mjeru do koje se smije napuniti i to je obično dovoljno za jedno korištenje.

Poznato je da sve što udahnemo najbrže ulazi u organizam, pa nam je na taj način ulazak eteričnih ulja u organizam i djelovanje puno brže i efikasnije. Ovisno o potrebi možemo vrlo brzo postići željene rezultate. Tako možemo spriječiti viroze, gripu, ili ubrzati ozdravljenje od njih. U tu svrhu koristimo eterična ulja ravensara, niauli, saro, eukaliptus globulus...

Također, ako ste razdražljivi, nervozni ili neraspoloženi definitivno možete popraviti raspoloženje odabirom odgovarajućih eteričnih ulja. Ovdje imamo vrlo širok izbor eteričnih ulja, ali najpoznatiji su citrusi (grejp, mandarina, slatka naranča...), lavanda, mažuran i slični. Za podizanje energije i razbuđivanje sigurno će pomoći ružmarin kemotip cineol i paprena metvica.

Kako ne bismo pretjerali s količinom eteričnih ulja, difuzer je potrebno povremeno ugaziti, napraviti pauzu, pa onda opet upaliti. Ako u istoj prostoriji borave i djeca, onda treba prilagoditi i količinu i vrstu eteričnog ulja. U tom slučaju difuzer treba upaliti na kratko dok ne ispuni prostor mirisom, zatim ugaziti i nakon nekoliko sati

prozračiti prostor, pa ponovo na kratko upaliti.

Meni je zaista već dugo difuzer jedan od „najboljih prijatelja“, a sasvim sam sigurna da i vi kada jednom osjetite prednosti difuzera više nećete moći živjeti bez njega. Želim vam puno mirisnih trenutaka.

Viola, aromaterapeutske usluge i savjetovanja po pozivu i dogovoru s klijentima

www.aromaterapijaviola.com

mob: 091-180-15-92

mail: katica.wolf@gmail.com