Aromaterapia

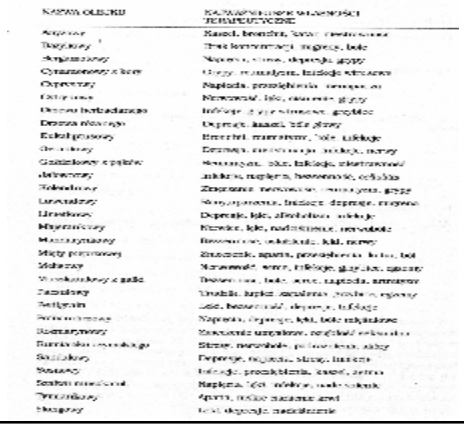
W pracy kosmetologa

Organizacja pracy

- Pomieszczenia gabinetu:
  1. Salonik – przeznaczony na rozmowę wstępną, ocenę stanu pacjenta (ankietę)
  2. Właściwy gabinet zabiegowy z miejscem do przyrządzania mieszanek i przechowywania olejków (odpowiednia wentylacja)
  3. W miarę możliwości segment wodno-kąpielowy

Podstawowy zestaw olejków dla gabinetu aromaterapii

- Absolutne minimum (zestaw domowy) olejki:
  - Cytrynowy
  - Eukaliptusowy
  - Geraniowy
  - Jałowcowy
  - Lawendowy
  - Mięty pieprzowej
  - Rozmarynowy
  - Rumiankowy
  - Sosnowy
  - Tymiankowy

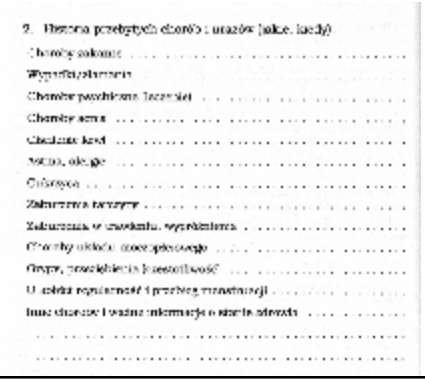


Kartoteki

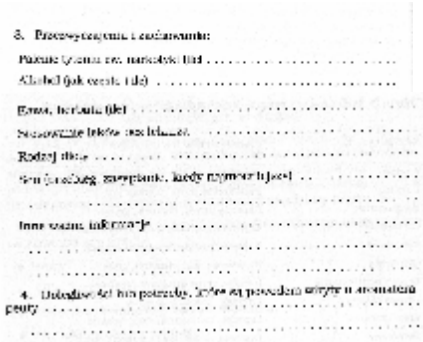
- Należy bezwzględnie prowadzić kartotekę pacjentów, która zawiera:
  - Ankieta/kwestionariusz
  - Zabieg – rodzaj i data
  - Receptura zastosowanej mieszanki
  - Sprawozdanie z wyników, wrażeń pacjenta
- Informacje przydatne:
  - przy kolejnych zabiegach
  - odnośnie innych pacjentów
  - doświadczenie aromaterapeuty – kartoteka mieszanek

Kwestionariusz pacjenta gab.

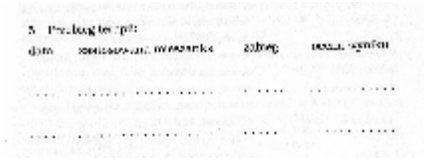
Kwestionariusz c.d.



Kwestionariusz c.d.



Kwestionariusz c.d.



Aromaterapia w problemach skórnych

Olejki zalecane z problemach skórnych

Stany zapalne skóry, infekcje

- **Cytrynowy** - *Citrus limon*
- **Drzewa herbacianego** - *Melaleuca alternifolia*
- **Bergamota** - *Citrus bergamia*
- **Cedrowy** - *Cedrus atlantica*
- **(Cynamonowy)** - *Cinamomum zeylanicum*
- **Eukaliptusowy** - *Eucalyptus globulus*
- **Geraniowy** - *Pelargonium roseum, P. graveolens, P. capitatum*
- **Krwawnikowy** - *Achillea millefolium*
- **Lawendowy** - *Lavandula officinalis*
- **Lemongrasowy** - *Cymbopogon citratus, - C. flexosus*
- **Różany** - *Rosa gallica, R. damascena*
- **Rumianku pospolitego** - *Matricaria chamomilla*
- **Rumianek rzymskiego** - *Anthemis nobilis*
- **Sandałowy** - *Santalum album*
- **Limetkowy** - *Citrus aurantifolia*
- **Manuka** - *Leptospermum scoparium*
- **Melisowy** - *Melissa officinalis*
- **Paczulowy** - *Pogostemon patchouli*
- **Palmarozowy** - *C. martinii var. motia*
- **Petitgrain** - *Citrus aurantium ssp. Amara*
- **Rozmarynowy** - *Rosmarinus officinalis*
- **Cytronelowy** - *Cymbopogon nardus, - C. vinterianus*

Olejki zalecane z problemach skórnych

- **Tradzik, przetłuszczanie skóry**
  - **Drzewa herbacianego** - *Melaleuca alternifolia*
  - **Cytrynowy** - *Citrus limon*
  - **Bergamotowy** - *Citrus bergamia*
  - **Cedrowy** - *Cedrus atlantica*
  - **Geraniowy** - *Pelargonium roseum, P. graveolens, P. capitatum*
  - **Jałowcowy** - *Juniperus communis*
  - **Lawendowy** - *Lavandula officinalis*
  - **Manuka** - *Leptospermum scoparium*
  - **Paczulowy** - *Pogostemon patchouli*
  - **Petitgrain** - *Citrus aurantium ssp. amara*
  - **Rumianku pospolitego** - *Matricaria chamomilla*
  - **Rumianku rzymskiego** - *Anthemis nobilis*

  - **Lemongrasowy** - *Cymbopogon citratus, C. flexosus*
  - **Ylangowy** - *Cananga odorata*
  - **sandałowy** - *Santalum album*

Olejki zalecane z problemach skórnych

- **Grzybice**
  - **Drzewa herbacianego** - *Melaleuca alternifolia*
  - **Geraniowy** - *Pelargonium roseum, P. graveolens, P. capitatum*
  - **Lawendowy** - *Lavandula officinalis*
  - **Manuka** - *Leptospermum scoparium*
  - **Melisowy** - *Melissa officinalis*
  - **Paczulowy** - *Pogostemon patchouli*
  - **Petitgrain** - *Citrus aurantium ssp. amara*
  - **Sandałowy** - *Santalum album*
  - **Tymiankowy** - *Thymus vulgaris*

Olejki zalecane z problemach skórnych

- **Zaburzenia krążenia krwi, pękające naczynia**
  - **Cyprysowy** - *Cupressus sempervirens*
  - **Neroli** - *Citrus aurantium ssp. amara*
  - **Różany** - *Rosa gallica, R. damascena, R.centifolia*
  - **Rumianku rzymskiego** - *Anthemis nobilis*

- **Cellulit**
  - **Cyprysowy** - *Cupressus sempervirens*
  - **Geraniowy** - *Pelargonium roseum, P. graveolens, P. capitatum*
  - **Rozmarynowy** - *Rosmarinus officinalis*
  - **Grejpfrutowy** - *Citrus paradisi*
  - **Jałowcowy** - *Juniperus communis*
  - **Kminkowy** - *Carum carvi*
  - **Paczulowy** - *Pogostemon patchouli*

- **Rozstępy:**
  - **Jałowcowy** - *Juniperus communis*
  - **Lawendowy** - *Lavandula officinalis*
  - **Geraniowy** - *Pelargonium roseum, P. graveolens, P. cap*

Olejki zalecane z problemach skórnych

- **Opryszczka, wirusy**
  - **Drzewa herb** - *Melaleuca alternifolia*
  - **Cytrynowy** - *Citrus limon*
  - **Melisowy** - *Melissa officinalis*
  - **Geraniowy** - *Pelargonium roseum, P. graveolens, P. capitatum*
  - **Lawendowy** - *Lavandula officinalis*
  - **Goździkowy** - *Eugenia caryophyllata*

- **Brodawki, kurzajki**
  - **Drzewa herb** - *Melaleuca alternifolia*
  - **Cytrynowy** - *Citrus limon*

Olejki zalecane z problemach skórnych

- **Poparzenia**
  - **Różany** - *Rosa gallica, R. damascena, R.centifolia*
  - **Rumianku pospolitego** - *Matricaria chamomilla*
  - **Rumianku rzymskiego** - *Anthemis nobilis*
  - **Lawndowy** - *Lavandula officinalis*

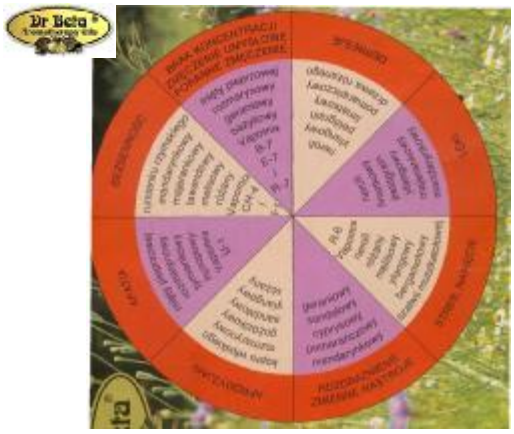
- **Sucha skóra, przesuszona**
  - **Neroli** - *Citrus aurantium ssp. amara*
  - **Różany** - *Rosa gallica, R. damascena, R.centifolia*
  - **Sandałowy** - *Santalum album*
  - **Drzewa różanego** - *Aniba roseaodora*

- **Dojrzała cera**
  - **Neroli** - *Citrus aurantium ssp. amara*
  - **Różany** - *Rosa gallica, R. damascena, R.centifolia*
- **świąd skóry**
  - **Miętowy** - *Mentha piperita*

Przeziębienie, katar Dr Beta Mikstura F-1
olejek eukaliptusowy.....4 krople
olejek lawendowy.....3 krople
olejek mięty pieprzowej.....1 kropla
olejek rozmarynowy.....1 kropla
olejek goździkowy z pąków .....1 kropla

Zdenerwowanie Dr Beta Mikstura R-9
olejek geraniowy.....4 krople
olejek lawendowy.....3 krople
olejek jałowcowy.....2 krople
olejek tymiankowy.....1 kropla

Ból głowy Dr Beta Mikstura H-5
olejek lawendowy.....3 krople
olejek geraniowy.....2 krople
olejek mięty pieprzowej.....2 krople
olejek goździkowy z pąków.....2 krople
olejek eukaliptusowy.....1 kropla



VAPOMIX®

MIESZANKI DO KOMINKÓW AROMATERAPEUTYCZNYCH

VAPOMIX E-7 dla osób intensywnie pracujących

VAPOMIX CH-4 dla całej rodziny

VAPOMIX R-7 dla ludzi podejmujących decyzje

VAPOMIX B-7 dla biznesmena

VAPOMIX FS-1 - o zapachu choinki

VAPOMIX FS-1 - na święta

VAPOMIX F-8 dla zakatarzonych

VAPOMIX H-7 dla sfrustrowanych

VAPOMIX P-1 dla domatorów

VAPOMIX I-1 dla zdenerwowanych

VAPOMIX U-1 dla zniechęconych

VAPOMIX Z-3 dla działkowiczów i wędkarzy (na komary)

>do odparowywania w kominkach aromaterapeutycznych,

>do kąpieli
>do masażu

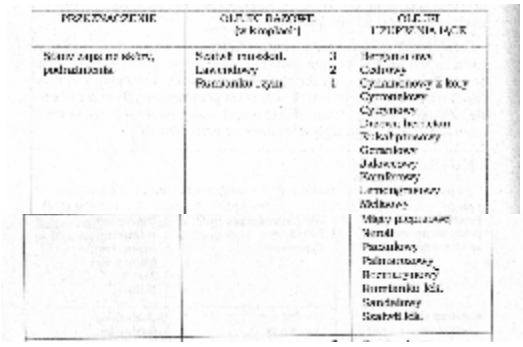
Wszystkie VAPOMIXY sprzedawane są w buteleczkach 10 ml z kroplomierzem.

Sporządzanie mieszanek aromaterapeutycznych

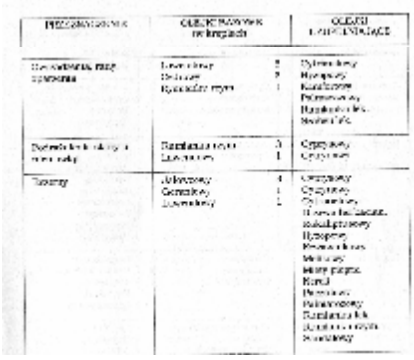
Podstawowe zasady

- Mieszankę najlepiej przygotować bezpośrednio przed użyciem
- Jeżeli istniej potrzeba przechowywanie powinna być właściwie zabezpieczona i oznakowana
- Nie mieszać więcej niż 5 różnych olejków
- Olejki bazowe powinny stanowić 50-60% mieszanki
- Niezależnie od nośnika (olej, kosmetyk) nie przekraczać zalecanego stężenia
- 15-30 kropli mieszanki na 50 ml nośnika

Mieszanki przy dolegliwościach skóry



Mieszanki przy dolegliwościach skóry c.d.



Mieszanki przy dolegliwościach skóry c.d.

PRZEZNACZENIE	OLEJKI BAZOWE (w kropl.)		OLEJKI UZUPEŁNIAJĄCE
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]

Mieszanki przy dolegliwościach skóry c.d.

PRZEZNACZENIE	OLEJKI BAZOWE (w kropl.)		OLEJKI UZUPEŁNIAJĄCE
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	2	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	2	[illegible]
	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	2	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]

Mieszanki przy dolegliwościach skóry c.d.

PRZEZNACZENIE	OLEJKI BAZOWE (w kropl.)		OLEJKI UZUPEŁNIAJĄCE
[illegible]	[illegible]	5	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	2	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	2	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]

Mieszanki kosmetyczne do pielęgnacji skóry i jako dodatki do preparatów kosmetycznych

PRZEZNACZENIE	OLEJKI BAZOWE (w kropl.)		OLEJKI UZUPEŁNIAJĄCE
Preparaty odbarwiające [illegible]	[illegible]	5	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]

Mieszanki kosmetyczne c.d.

PRZEZNACZENIE	OLEJKI BAZOWE (w kropl.)		OLEJKI UZUPEŁNIAJĄCE
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	2	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	2	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]

Mieszanki kosmetyczne c.d.

PRZEZNACZENIE	OLEJKI BAZOWE (w kropl.)		OLEJKI UZUPEŁNIAJĄCE
[illegible]	[illegible]	7	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	4	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	3	[illegible]
	[illegible]	1	[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
[illegible]	[illegible]	2	[illegible]
	[illegible]	2	[illegible]
	[illegible]		[illegible]
			[illegible]
			[illegible]
			[illegible]

Zasady bezpieczeństwa

Zasady bezpieczeństwa

- Nie stosować na skórę olejków eterycznych nierozcieńczonych!!!
- Na skórę, która będzie wystawiona na promieniowanie UV (słońce, solarium) nie stosować olejków:
  - bergamotowego, cytrynowego, grapefruitowego, limetkowego, mandarynkowego, pomarańczowego

Zasady bezpieczństwa c.d.

- Kuracja homeopatyczna – wyklucza stosowanie niektórych olejków
- Ze względu na oddziaływanie na gospodarkę hormonami w okresie ciąży nie należy stosować:
  - jałowcowego, lawendowego, cyprysowego, muszkatołowego z gałki, z szałwii, jaśminowego, rozmarynowego,...
- Ze względu na siłę oddziaływania nie przekraczać 2 kropli na jeden zabieg:
  - anyżowego, cynamonowego, goździkowego, cynamonowego, muszkatołowego z gałki, szałwii, ylangowego, eukaliptusowego

Zasady bezpieczeństwa

- Przygotuj olej przed przystąpieniem do pracy z olejkami
- Pracuj w miejscu przewietrzonym o dobrej wentylacji
- Zapisuj wszystko, etykiety zabezpieczaj taśmą klejącą. Błąd w proporcjach – ryzyko
- Substancje przygotowane na bazie olejków przechowywać z dala od produktów spożywczych, aby nie nastąpiła pomyłka
- Po każdym użyciu zamykaj szczelnie wszystkie butelki

Aroma-kosmetyki

przykłady

- *Kremy*
  - *5 ml kremu obojętnego, bezzapachowego + 1 kropla olejku*
- *Tonik*
  - *100 ml wody destylowanej + 5 ml spirytusu + max 5 kr olejku eterycznego*
- *Preparat po goleniu*
  - *Tak jak tonik, ale podwoić ilość spirytusu*
- *Sole kąpielowe*
  - *Dobrej jakości bezwonna sól kąpielowa + 2-3 kr każdego z wybranych olejków (najwyżej trzech)*

Maseczki
Baza maseczki + kr olejku

Maseczki z glinką:
Cera podrażniona
- 3 łyżki stołowe glinki
- 1 łyżeczka oleju z kiełków pszenicy
- 1 kr olejku z lawendy
- 1 kr olejku z rumianku
- 1 kr olejku z drzewa różanego

Cera sucha:
- 3 łyżki stołowe glinki
- 1 łyżeczka oliwy z oliwek
- 1 kr olejku z geranium
- 1 kr olejku z drzewa sandałowego
- 1 kr olejku z drzewa różanego

- Maseczki z miodem:
  - Cera tłusta
    - 3 łyżki stołowe miodu
    - 2 krople olejku eterycznego z cytryny
    - 1 kropla olejku eterycznego z lawendy

Płyny do rąk

- Olej do popękanej skóry rąk
  - Olej z kiełków pszenicy (olej ze słodkich migdałów)
  - 1 kr olejku z lawendy
  - 1 kr olejku z geranium
  - 1 kr olejku z cedru
  - 1 kr olejku z drzewa różanego
  - 5 kr oleju różanego (kuracja 10 dni)
- Antyseptyczny i łagodzący płyn do rak
  - 10 ml mleczka
  - 1 kr olejku z cytryny
  - 1 kr olejku z cedru

Miłej pracy !!!!

Dziękuję za uwagę