

# Spikenard (Indische Narde)

*Nardostachys jatamansi* 5 ml

dōTERRA | EUROPE

PRODUKTINFORMATIONSSSEITE



**Pflanzenteil:** wurzel

**Extraktionsmethode:** wasserdampfdestillation

**Aromabeschreibung:** holzig, würzig, moschusartig

**Hauptbestandteile:** jatamanson

## HAUPTNUTZEN FÜR DIE GESUNDHEIT

- Fördert Gefühle von Ruhe und Entspannung.
- Wird aufgrund seiner erdenden Eigenschaften häufig in der Aromatherapie und Meditation verwendet.
- Klärende Wirkung auf die Haut

### Spikenard (Indische Narde)

*Nardostachys jatamansi* 5 ml

Artikel-Nummer: 60204680

## PRODUKTBESCHREIBUNG

Die Indische Narde, eine Blütenpflanze aus der Familie der Baldriangewächse, ist in mittleren und höheren Lagen des Himalayagebirges heimisch. Das ätherische Öl, das mittels Wasserdampfdestillation aus der Wurzel der Pflanze gewonnen wird, wird seit Jahrhunderten traditionell zur Salbung verehrter Menschen sowie in der ayurvedischen Medizin verwendet. Auch die Anwendung zur Stimmungshebung und Entspannungsförderung reicht lange zurück. Indische Narde fördert eine saubere, gesunde Haut. Heute wird das Öl wegen seines holzigen, moschusartigen Dufts häufig in Parfums und entspannenden Massageölen verwendet. Der Bezug des Öls aus Nepal ermöglicht es dōTERRA, dringend benötigtes Einkommen für Erntearbeiter und Partnerdestillateure zu generieren, insbesondere in den abgelegenen Erntegebieten. Zudem können so mit unserer Cō-Impact Sourcing®-Initiative Entwicklungsprojekte im ländlichen Raum unterstützt werden.

## ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

- Tragen Sie ein bis zwei Tropfen auf den Nacken oder die Schläfen auf, um Gefühle von Ruhe und Entspannung zu fördern.
- Fügen Sie es Ihrer Feuchtigkeitscreme bei, damit Ihre Haut noch weicher und glatter wird.
- Fügen Sie Ihrem Gesichtereinigungs- oder Anti-Aging-Produkt für einen gesunden, strahlenden Teint ein bis zwei Tropfen bei.

## ANWENDUNG

**Diffusion:** Verwenden Sie drei bis vier Tropfen im Diffuser Ihrer Wahl.

**Äußerliche Anwendung:** Zur Massage 5 Tropfen mit 10 ml Trägeröl mischen. Als Badezusatz 5 Tropfen mit 5 ml Trägeröl mischen. Als Parfum 1 Tropfen mit 10 Tropfen Trägeröl mischen.

## HINWEISE ZUR SICHEREN ANWENDUNG

Kann Hautreizungen verursachen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Wenn Sie schwanger sind, stillen oder sich in ärztlicher Behandlung befinden, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt. Kontakt mit Augen, Innenohren und empfindlichen Stellen vermeiden. Bis zu 12 Stunden nach dem Auftragen des Produkts Sonnenlicht und UV-Strahlen vermeiden.

