

dōTERRA®

LIVING

리빙매거진
VOL.4 SUMMER 2016

Make Over Your Cleaning Routine

에센셜 오일로 청소 습관 바꾸기

dōTERRA Peppermint

SOURCING STORY
페퍼민트 오일 소싱 스토리

CPTG®

CPTG가 의미하는 것과
왜 사용해야 하는지에 대한 이유

2016 dōTERRA Korea Convention

전 세계 모두가 나눌 수 있는 오일



천연레시피
건강한 여름나기 테라실드

천연 에센셜 오일이 함유된 우리 가족을 위한 자연주의 모기 퇴치제

주요성분



일랑일랑



시더우드



유칼립투스



아버비테



바닐라콩추출물

TerraShield Outdoor Blend

31601309 | 30 mL | 스프레이 타입
43,000원 | 19 PV



05



06



12



28

CONTENTS

- 04 Ask Dr. Hill**
데이비드 닥터 힐 박사의 Q&A
- 05 Essential Oil Spotlight_주니퍼 베리(Juniper Berry)**
- 06 Special Theme_에센셜 오일의 국소부위 사용**
- 08 dōTERRA Guide_프랙셔널레이티드 코코넛 오일의 15가지 사용법**
- 10 Special Theme_전 세계인의 에센셜 오일 사용법**
전 세계 도테라 회원들의 이야기
- 12 Essential Science_에센셜 오일의 종류**
씨앗에서부터 패키징, 당신의 집까지 오일 한 방울을 위한 여정
- 14 Special Theme_도테라의 변별력**
- 16 Idea Notebook**
생활 속 유용한 오일 사용법
- 17 Essential Oil Spotlight_멜라루카(Melaleuca(Tea Tree))**
- 18 dōTERRA Guide_깨끗하고 건강한 구강을 위한 가이드**
- 20 dōTERRA Emotional Aromatherapy_도테라 감정 아로마테라피**
감정을 다스리는 혁신적인 방법
- 22 Make Over Your Cleaning Routine_에센셜 오일로 청소 방법 바꾸기**
- 24 dōTERRA Sourcing Story_페퍼민트**
태평양 북서쪽에서 전달 받은 고품질 페퍼민트
- 26 dōTERRA Story_2016 도테라 코리아 컨벤션**
전 세계 모두가 나눌 수 있는 오일
- 28 dōTERRA Story_힐링 핸드즈 재단**
Days for Girls/Now I Can Foundation
- 30 dōTERRA Product Guide**
제품 가이드 및 가격 정보

통권 4호

발행일 2016년 7월

발행처 도테라코리아(유)

서울시 서초구 강남대로 369 8층

고객상담실 02_2137_5490

기획·디자인·제작 쟁이커뮤니케이션 02_545_6721

리빙매거진에 실린 기사 및 삽화, 사진에 대한 무단 복제를 금하며 글과 사진을 재사용하시려면 도테라 코리아(유)와 저작권자 양측의 동의를 얻어야 합니다.



Dr. David K. Hill

ask Dr. Hill

Q:

온도가 오일에 영향을 끼치나요?

A:

한번 개봉된 이후에는 과도한 열 또는 온도의 상승으로 인해 에센셜 오일의 산화와 증합에 대한 반응률이 증가하는 것으로 알려져 있습니다. 산화가 진행되면 에센셜 오일의 화학적 구조가 바뀌고, 화학변화를 일으켜 에센셜 오일의 구성요소를 다른 물질로 변환시키며, 향을 변화시킬 뿐 아니라 유익한 성분을 감소시키고 심지어 민감한 반응에 대한 위험도를 증가시킬 수 있습니다. 에센셜 오일은 각각 화학적으로 고유한 성질을 지니고 있기 때문에 산화가 시작되는 온도와 반응 속도는 오일마다 다르지만 산화는 의심할 나위 없이 모든 오일에 부정적인 영향을 끼치며, 긍정적인 영향은 단연코 없습니다. 반면, 일반적으로 저온에서는 에센셜 오일에 화학적 변화가 일어나지 않습니다. 영하의 온도에서도 마찬가지입니다. 적절히 보관하면 에센셜 오일의 사용 수명을 연장시킬 수 있습니다. 그러므로 저는 에센셜 오일의 최상의 효능을 위해 열을 피하여 26도 미만의 온도에서 보관하실 것을 추천합니다.

에센셜 오일을 사용할 때 의사와 상의 후 사용해야 하나요?

비록 에센셜 오일이 오래전부터 안전하고 효과적으로 사용되어 왔지만 필요 시에는 의학 전문가와 상의 후 사용할 것을 권장합니다. 사용자가 건강상의 이유로 정기적인 검진을 받고 있거나 현재 약을 복용하고 있을 경우 특히 중요합니다. 도테라는 홈페이지(doterratools.com, doterrauniversity.com)를 통해 에센셜 오일에 관한 정보를 제공하고 있으므로 의학 전문가도 에센셜 오일에 대한 도움을 받을 수 있을 것입니다. 하지만 무엇보다도 중요한 것은 의학 전문가와 언제나 열린 소통을 유지해야 한다는 것입니다.

블렌드 오일은 어떤 과정을 거쳐서 만들어 지나요?

하나의 아이디어로부터 새로운 블렌드 오일을 창출하여 시장에 출시하는 과정은 길고 복잡합니다. dōTERRA® 에센셜 블렌드 오일의 근간은 화학적 성질과 화학적 구성물질 간의 상승작용(시너지 효과)으로 인해 놀라운 혜택을 제공한다는 것입니다. 블렌드는 특정 문제에 대한 해결책으로 특정 화학물질의 성질표(profile)를 다루면서 처음 제시되었습니다. dōTERRA가 오로지 싱글 오일만 다루며 화학적 구성 물질을 분리하지 않았기에 첫 프로파일은 개별적으로 오일을 선택한 후 전체적인 구성을 결정하는 것으로 시작됩니다. 그 후 화학적 구성물질과 그 비율이 블렌딩 과정에서 변하지 않는 것을 확인하는 테스트가 이루어집니다. 한번 계획한 화학적 구성이 만들어지게 되면 향과 같은 다른 고려사항이 추가적인 수정을 위해 다뤄질 수 있습니다. CPTG® 기준을 충족시키기 위해 이러한 테스트와 수정이 여러 번 진행된 후에야 블렌딩 아이디어가 비로소 dōTERRA 에센셜 오일이 될 수 있습니다.

에센셜 오일을 지속적으로 사용하면 우리 몸에 내성이 생기지 않을까요?

천연 에센셜 오일은 사용자가 지속적으로 에센셜 오일을 사용한다고 하더라도 그 효과가 감소하지는 않을 것입니다. 저항은 세포 수용기가 세포로부터 자신이 수행해야 하는 역할이 끝나면 사라지거나 재생산되는 리간드(세포와의 작용을 용이하게 해주는 화학물질)와 작용하는 '수용체 재순환'이라고 알려진 화학적 과정과 연관이 있습니다. 현재까지 에센셜 오일 사용이 세포 수용기의 퇴화로 이어진다는 증거가 없습니다. 그러므로 지속적으로 사용하는 것으로 인해 그 효과가 점점 줄어들지는 않을 것입니다.

Dr. Hill이 추천하는 도테라 블렌드 오일

dōTERRA의 새로운 감정 아로마테라피 블렌드들

모티베이트™(동기부여)
용기를 주는 블렌드



치어™(응원)
기분을 전환시키는 블렌드



패션™(열정)
영감을 주는 블렌드



포기브™(용서)
새롭게 해주는 블렌드



콘솔™(안심)
편안하게 해주는 블렌드



피스 필™(평온)
안심하게 해주는 블렌드



자세한 내용은 20페이지를 참조하세요.

주니퍼 베리 Juniper Berry

추출 부위: 산딸기류 열매

추출 방법: 수증기 증류법

주니퍼 베리는 몇 세기에 걸쳐 다양한 목적으로 사용되어 왔다. 침엽수에서 파생된 주니퍼 베리 에센셜 오일은 내추럴 클렌징 에이전트(천연 청정요소) 역할을 해왔으며 신장을 건강하게 하고 배뇨 기능을 튼튼하게 한다.

또한, 주니퍼 베리는 피부에도 매우 좋다. 신선한 나무향은 긴장과 스트레스를 완화시키는 진정효과 및 평화로운 기분을 자아내는 역할을 한다.

주니퍼 베리 에센셜 오일은 시더우드, 사이프레스, 베틀버, 샌달우드, 전나무, 클래리세이지, 카모마일, 파출리 또는 시트러스 계열의 오일과 잘 어울린다.

사용 방법

방향

디퓨저에 3~4방울을 떨어뜨려 사용하세요.

식품으로 섭취 시

물이나 음료에 1~2방울 정도 떨어뜨린 후 희석하여 마십니다.

국소 도포

1~2방울을 원하는 부위에 떨어뜨려 잘 흡수될 때까지 마사지합니다. 민감한 피부에는 코코넛오일과 희석하여 사용하시기 바랍니다.



ESSENTIAL OIL의 국소부위 사용

희석을 해야 하나 말아야 하나

데이비드 닥터 힐, DC

도테라 딥블루 제품을 운동 전·후 국소부위에 사용해 본 사람이라면 이것이 얼마나 빠르고 강렬하게 작용하는지 알 것이다. 하지만 딥블루 제품의 시원한 느낌이 때로는 어린 아이들이나 민감성 피부를 지닌 사람에게는 과도하게 느껴질 수 있다. 에센셜 오일을 캐리어 오일에 희석하여 사용하는 것은 이러한 민감 반응을 줄이기 위한 최선의 방법이다. 그렇지만 그게 혹시나 효능을 떨어뜨리진 않을까? 최근 연구에 따르면 에센셜 오일을 국소부위에 바르기 위해 희석하는 것은 효능을 떨어뜨리지 않으며 오히려 더 이로울 수 있다고 한다.

지방 친화성(친유성)

피부는 우리 몸에서 표면적으로나 무게상으로도 가장 큰 기관 중 하나이다. 비록 생리기능의 여러 측면을 조절하고 감각기관의 수신을 관리하지만 우리 몸의 주요한 보호기관이다. 피부는 외부의 온도, 압력과 기계적 충격으로부터 내장기관을 보호하는 장벽 역할을 하며 또한 원치 않는 바이러스나 박테리아 같은 외부 물질로부터 막아주는 역할을 능숙하게 해낸다. 몇 천년 동안 피부는 본질적으로 불침투성인 기관으로 생각되어 왔지만 현대 연구는 피부가 물과 지용성 물질의 침투를 막는데 있어서는 효과적이지 않다는 것을 밝혀냈다.⁽¹⁾ 국소부위에 에센셜 오일을 발랐을 때 피부에 스며드는 것은 매우 흥미로운 과정이며 에센셜 오일이 우리 건강에 얼마나 영향을 미치는지 이해하는 데 있어 매우 중요한 개념 중 하나이다. 에센셜 오일은 지방 친화적이며 이는 에센셜 오일이 지방 물질을 끌어당기고 또한 지방이 많은 물질을 녹일 수 있다는 것을 의미한다. 피부에 바르기 전 캐리어(수반물질)에 에센셜 오일을 희석하면 이러한 특성이 강화되어 여러가지 혜택을 받을 수 있다.

희석하여 사용하면 좋은 이유

에센셜 오일을 희석하여 사용하는 것은 효과적인 국소부위 사용에 있어서 가장 중요한 측면 중 하나이자 가장 오해 받는 것 중 하나이다. 캐리어 오일은 적절하게 사용하면 국소부위 사용 시 여러가지 다른 경로로 효과를 향상시킨다. 오일의 증발은 몸의 열과 피부가 강력한 방어벽으로 작용함에 따라 국소부위 사용에 있어 주요한 이슈이다. 오일 희석 사용의 중요한 이점 중에 하나는

희석하는 것이 유체역학의 기본적인 원리 중 하나인 공기에 닿아 있는 물질의 표면적이 줄어들수록 증발률이 줄어든다는 점에 따라 휘발성인 아로마 복합물의 플래시 오프(성분이 날아가는 것)를 늦춘다는 것이다. 희석하였을 때 에센셜 오일의 화학적 성분은 그냥 발랐을 때보다 표피에 더욱 효과적으로 스며든다.⁽²⁾ 뿐만 아니라, 다른 연구는 희석하지 않고 사용했을 경우 두 시간 이상 아무것도 감지되지 않은 반면 희석하여 사용한 경우 서로 다른 단계의 특정한 구성요소가 내뿜은 호흡에서 빠르게는 20분 이내에 감지되었다는 점을 들어 오일을 희석하여 사용시 피부에 스며드는 과정을 더욱 촉진시킬 수 있다고 밝혔다.⁽³⁾





dōTERRA® TOUCH KIT™를 소개합니다.

이제 도테라 코코넛 오일을 베이스로 블렌딩한 도테라의 베스트셀러 오일들을 손쉽게 사용할 수 있습니다.

오일을 희석하여 사용하는 것에 대해 올바르게 이해하는 것은 안전하고 효과적으로 에센셜 오일을 사용하는데 있어 중요한 요소이다. 먼저 도테라 코코넛 오일과 같이 산성도가 중성에 가까운 물질은 에센셜 오일의 화학적 구성을 변화시킬 수 없다. 올바른 오일 희석은 적절한 캐리어와 함께 사용하였을 때 가장 효과적일 것이다. 에센셜 오일을 사용하는 데 있어 가장 흔한 우려 중 하나는 특히 아이들과 같이 민감한 피부를 가진 사람들이 사용할 때이다. 비록 민감한 반응은 적합한 사용 방법을 준수한다면 거의 나타나지 않지만 오일을 희석하여 사용하는 것은 증발률을 떨어뜨림으로써 추가적인 노출을 줄여 좀 더 안전성을 높인다. 새로운 오일이나 오레가노, 샌달우드 같은 따뜻한 성질의 오일을 사용할 때 오일을 희석하여 사용하는 것은 피부의 과민반응 위험성을 줄이고 오일의 낭비를 줄일 수 있으며 사용자의 상황에 따라 어떤 종류의 에센셜 오일이 가장 적합할지 알 수 있는 이상적인 환경을 제공한다.

사용 시 효율성을 높이고 도테라 코코넛 오일을 캐리어 오일로 블렌딩하여 사용하는 데에는 이차적인 이점이 있다. 그것은 약간의 진정 효과로 피부에 탁월하다는 것이다. 다른 식물 베이스 오일들과 달리 불쾌감을 주는 미끄러운 잔여물을 남기지 않으며 에센셜 오일이 수반하는 가치 있는 성질들을 침해하지도 않는다. 도테라 코코넛 오일은 또한 매우 안정적이어서 몇 번 사용 후 변질될 것을 우려하지 않아도 된다. 도테라 코코넛 오일을 캐리어로 사용하는 적절한 방법을 배우는 것은 사용자 가족 모두의 경험을 향상시킬 것이다.

오일을 희석하여 사용하는 것의 이점에 관한 증거가 늘어남에도 국소부위 사용에 있어 희석을 안 하는 것과 하는 것 둘 다 효과적인 에센셜 오일 사용 모델을 구축하는데 각각의 자리를 잡았다. 도테라 에센셜 오일은 대부분 그 자체 그대로 안전하고 효과적으로 사용할 수 있지만 적절히 희석하여 사용한다면 어떠한 상황에서도 적당하게 사용할 수 있으며 심지어 장점을 제공할 수 있다.



참고자료

1. Jager W, Buchbauer G, Jirovetz L, Fritzer M. Percutaneous absorption of lavender oil from a massage oil. Journal of Cosmetic Science.1992;43(1):49-54.

2. Bronaugh RL, Wester C, Bucks D, Mailbach HI, Sarason R. In vivo percutaneous absorption of fragrance ingredients in rhesus monkeys and humans. Food and Chemical Toxicology. 1990;28(5):369-373. [http://dx.doi.org/10.1016/0278-6915\(90\)90111-y](http://dx.doi.org/10.1016/0278-6915(90)90111-y).

3. Price S, Price L. Aromatherapy for health professionals. 2012. Churchill Livingstone Elsevier: Edinburgh. 130.

15 uses for dōTERRA® Fractionated Coconut Oil

프랙셔네이티드 코코넛 오일의 15가지 사용법



프랙셔네이티드 코코넛 오일이란?

프랙셔네이티드 코코넛 오일은, 이름에서 알 수 있듯이, 특별하게 정제된 코코넛 오일을 말한다. 비화학적 프랙셔네이팅(분리) 과정에서 코코넛 통째로 오일을 만들게 될 경우 상온에서 고체화되고 산화에 민감하게

작용할 수 있는 성분들이 제거된다. 그렇게 해서 만들어진 결과물은 상온에서 액체로 유지되며 매우 안정적이다. 프랙셔네이티드 코코넛

오일은 일반 코코넛 오일보다 많은 장점을 가지는데 특히 유통기한이 길어진다는 것이 가장 주요한 장점이다. 일반 코코넛 오일과 달리 프랙셔네이티드 코코넛 오일은 빛과 고온에 잘 버티며 쉽게 변질되지 않는다. 그것은 또한 더 가볍고 기름지지 않으며 피부 클렌징 효과가 더욱 높아 에센셜 오일의 캐리어로 잘 쓰이며 다양한 스킨 케어 제품의 베이스로도 사용되고 있다.



Benefits

- ◆ 고체화 및 산화 방지
- ◆ 긴 유통기간
- ◆ 산뜻하고 가벼운 사용감
- ◆ 건조한 피부에 더욱 잘 스며들
- ◆ 민감한 반응 예방
- ◆ 클렌징 효과

뷰티 & 퍼스널 케어

1 헤어컨디셔너

샴푸 후 가볍게 물기가 있는 상태에서 도포 후 두피와 머리카락으로 스며들 수 있게 마사지 한다. 빗질을 하여 오일이 고르게 분배되도록 한다. 코코넛 오일을 바른 채로 샤워캡을 착용하고 최소 30분간 유지한다. 그 후 샴푸하고 따뜻한 물로 헹궈낸다.

2 헤어세럼

손바닥에 몇 방울을 떨어뜨린 후 가볍게 머리카락 전체에 바른다.

3 메이크업 리무버

화장솜이나 면봉, 페이스 시트에 몇 방울 떨어뜨려서 사용한다.

4 풋케어

라벤더 에센셜 오일과 블렌딩하여 발등과 발바닥에 마사지 한다.

5 바디 보습제

따뜻한 욕조에 코코넛 오일만 넣거나 다른 에센셜 오일과 함께 넣는다. 아니면 샤워 후 모이스처 라이저로 사용한다.

6 네일케어

건조한 큐티클에 바르거나 매니큐어 바르기 전에 바른다.

집 안에서

7 마사지 테라피

아로마테라피 마사지나 아로마 터치 테크닉에 사용한다.

8 에센셜 오일 사용

민감한 피부는 코코넛 오일에 에센셜 오일을 희석하여 사용한다.

9 가족 컨디셔너

깨끗한 헹궂에 떨어뜨린 후 가족으로 된 가구에 발라주면 새것처럼 깨끗하게 유지할 수 있다.

10 나무가구 윤택

- 레몬 에센셜 오일 20-25방울
- 도테라 코코넛 오일 반컵
- 증류수 반컵
- 유리 또는 스테인리스 용기

이 모든 재료를 용기에 넣고 작은 헹궂에 묻혀 먼지를 닦거나 나무 표면의 광을 낸다.

11 페인트 브러쉬 클리너

레몬 에센셜 오일과 블렌딩 한 후 페인트 브러시를 담가서 유화물감을 제거한다.

12 메이크업 브러쉬 클리너

멜라루카나 레몬 에센셜 오일과 블렌딩 하여 메이크업 브러시를 세척한다.

그 외

13 식물 리바이탈라이저 (활기주기)

조화나 자연 식물의 잎에 발라주면 윤기나게 관리할 수 있다.

14 자동차 계기판 클리너

헹궂을 사용하여 닦으면 자동차 계기판에 즉각적인 윤기를 얻을 수 있다.

15 크레용 리무버

크레용 자국에 문지르고 10분정도 담가놓은 후 헹궂으로 닦아낸다.

여러분은 코코넛 오일을 어떻게 사용하고 계신가요?

나만의 사용방법을 krmkt@doterra.com으로 공유해 주세요.



에센셜 오일 사용법

Around

전 세계의 도테라 회원들은 문화와 언어가 서로 다름에도 불구하고,



캐나다

Erica Lucas-프랑킨센스

제가 가장 좋아하는 에센셜 오일은 프랑킨센스입니다. 저는 보컬 지도사이자 가수로서 주로 프랑킨센스 오일을 목부분에 바르거나, 적은 양의 물에 1~2방울을 떨어뜨려서 마십니다. 'The Show Must Go On(쇼는 계속 되어야 한다)' 라는 말을 다들 알고 계실 것입니다. 프랑킨센스 오일 덕분에 제 목소리를 보호할 수 있었고 앞으로도 좋은 컨디션을 유지할 수 있을 것이라 확신합니다.



코스타리카

Adele Lurie-밸런스

제가 아침에 일어나자마자 가장 먼저 하는 일은 밸런스 오일을 바르는 것입니다. 귀 뒷부분과 발바닥에 몇 방울씩 바른 후 손에 아직 남아있는 기분 좋은 향을 들이마십니다. 밸런스 오일은 하루를 시작하는데 있어 집중하고 현실감을 유지할 수 있도록 도와줍니다. 도테라 제품이 없는 삶은 이제 상상할 수도 없을만큼 도테라의 제품은 저의 삶의 질을 완전히 바꿔놓았습니다. 그렇기에 저는 도테라의 웰빙 메시지를 제가 만나는 모든 사람들에게 전달하는 것이 제 사명처럼 느껴지기도 합니다.



미국

Kathy Stubbs-페퍼민트

우리는 매일 아침 아이들이 등교 준비를 할 때 언제나 페퍼민트와 오렌지 오일을 디퓨징 하는 것으로 하루를 시작합니다. 우리는 그것을 "Wake up and Be Happy" 블렌드라고 부릅니다.

제가 일상 속에서 에센셜 오일을 사용하는 방법 중 가장 좋아하는 것은 바로 물에 넣어 마시는 것입니다. 저를 아는 사람이라면 제가 항상 물병을 가지고 다니며 거기에 오일을 몇 방울씩 넣어서 마신다는 것을 알 것입니다. 저는 주로 레몬이나 자몽을 넣지만 가끔씩 오후에 재충전이 필요할 때는 페퍼민트를 두 방울씩 넣기도 합니다. 물을 마실 때 에센셜 오일을 넣어마시는 것은 에센셜 오일의 효과를 느낄 수 있는 좋은 방법 중 하나입니다.



이탈리아

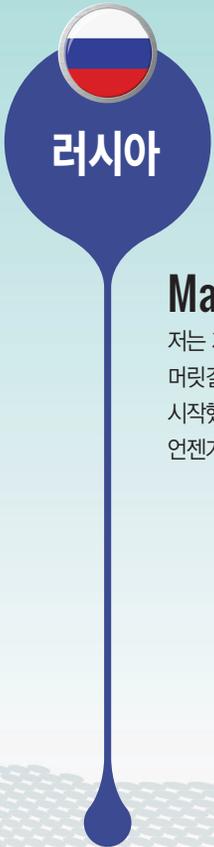
Patricia Martina-딥블루

저는 에센셜 오일 중에서 딥블루 오일을 가장 좋아합니다. 그래서 종종 딥블루에 관해 얘기가 나오면 이렇게 말하곤 합니다. "딥블루가 남자면 딥블루랑 결혼할텐데!"

저는 몸을 강인하게 단련합니다. 역기나 케틀벨 들어올리기, 댄스, 점프, 요가 등을 즐겨하고, 고강도 인터벌 운동과 극한 스포츠를 자주 즐깁니다. 저의 개인 트레이너는 제 아들들인데, 그들은 저의 능력을 테스트 하기 위해 도전 과제를 주곤 합니다. 저는 종종 제 나이가 57세 라는 것을 잊어버리고 아들들과 같은 또래인 것처럼 함께 어울립니다. 딥블루는 몸의 긴장을 완화시키고 편안하게 해주기 때문에 매일 운동 전, 후에 딥블루를 바릅니다.

the World

한 가지 공통점이 있다. 그것은 바로 도테라 에센셜 오일에 대한 열정이다.



러시아

Mariya Minchenko-제라늄

저는 제라늄 에센셜 오일을 사랑합니다. 도테라 인스타그램을 통해 제라늄이 전반적인 모발의 건강증진과 머릿결 개선에 도움이 된다는 것을 알게 되었고 그 때부터 매일 샴푸할 때 제라늄을 2~3방울씩 추가해서 쓰기 시작했습니다. 결과는 놀라웠습니다. 향기도 매우 좋고, 머릿결도 훨씬 좋아졌습니다. 도테라에 감사드리며, 언젠가는 좀 더 많은 러시아 사람들이 일상 속에서 에센셜 오일의 혜택을 경험할 수 있기를 기원합니다.



홍콩

Cheung Bing Chung-루틴

저는 이를 닦을 때 도테라 온가드 내추럴 프리미엄 치약을 사용하고, 행굴 때는 멜라루카, 레몬, 페퍼민트 오일을 사용합니다. 그리고 나서 시트러스 블리스 비누로 샤워를 합니다. 아침식사로 믹서기에 우유, 바나나, 프로테라 셰이크를 넣어서 갈아 마십니다. 도테라 멀티비타민과 에센셜 오메가, 젠제스트 타블렛 그리고 프랑킨센스와 온가드도 챙겨 먹습니다. 저녁에는 숙면을 위해 디퓨저에 밸런스, 오렌지, 퓨리파이를 넣고 디퓨징(방향)합니다.



호주

Joy Ashton-엘리베이션

제가 가장 좋아하는 에센셜 오일은 엘리베이션입니다. 저는 매일 아침 샤워 후 사용합니다. 바디미스트로는 천연 무향 미스트 제품에 25방울 정도 떨어뜨려 사용하고, 무향의 도테라 바디 로션에 몇 방울 떨어뜨려서 가볍게 바릅니다. 그리고 난 후 엘리베이션 원액 그대로 귀 뒷부분과 팔목은 물론 발에도 발라 향수처럼 사용합니다. 마찬가지로 인톤, 위스퍼, 클래리캠도 매일 기분에 따라 어떤 오일이 좋을지 선택해서 동일한 방법으로 사용합니다. 오일을 사용함과 동시에 업무를 볼 때에도 걸어 다니는 홍보대사로 활약하고 있습니다. 정말 좋아요!

오일 한 방울을 위한 여정에 대해 궁금해 해보신 적이 있나요?
여기 작은 씨앗 하나가 강력한 에센셜 오일이 되는 뒷이야기를
조명해 보았습니다.

1 FROM SELECTION AND HARVESTING 선정 및 수확하기

A. 도테라는 위치, 전문성, 재배 방식 등 최상급의 에센셜 오일 생산을 보증할 수 있는 장인들을 신중하게 선택합니다. 도테라와 파트너십을 맺고 있는 장인들의 대부분은 가업을 잇고 있으며 주로 세대에 걸친 전문성과 지식에 기반합니다.

에센셜 오일을 위한 작물 재배가 가능한 개발도상국에서 doTERRA Co-Impact Sourcing™은 현지 장인들로 하여금 작물의 높은 품질을 유지하게 할 뿐 아니라 경작자들이 그들 자신의 삶을 향상시킬 수 있는 힘을 북돋아줍니다.

B. 아로마 복합물의 뚜렷한 성질에 따라 특정한 식물 종이 선택됩니다. 효능은 씨앗에서 비롯됩니다. 에센셜 오일은 안전성과 효율성을 위해, 특히 섭취할 것을 대비하여 반드시 적절한 화학적 성질을 갖추어야 하며 그 어떤 불순물도 섞이지 않아야 합니다.

C. 가장 강력한 효능을 위해서는 작물을 적정 시기에 올바른 방식으로 추수하여야 합니다. 각각의 에센셜 오일에 따라 수확할 부위는 씨앗, 줄기, 잎, 꽃, 뿌리, 혹은 껍질이 될 수 있습니다. 또한 작물이 자라는 지역은 작물의 성분 구조에 주요한 영향을 끼치며 결과적으로 효능에도 큰 영향을 미칩니다.



에센셜 오일의 효능과 질이 결정되는 요소:

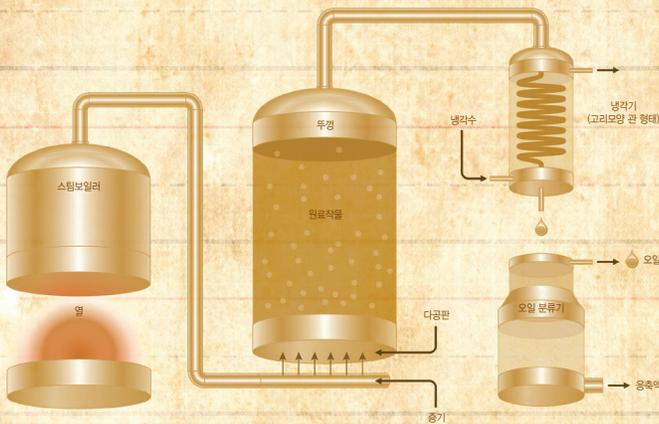
- 토양
- 기후
- 지형
- 해발고도
- 산성도
- 습기
- 재배시기

2 ...TO DISTILLATION... 추출하기

최상급 질을 얻기 위해 에센셜 오일을 증류하는 방법에는 여러가지가 있습니다.
대부분의 오일은 증기 증류과정을 거치지만 시트러스 계열의 오일은 냉압과정을 거칩니다.

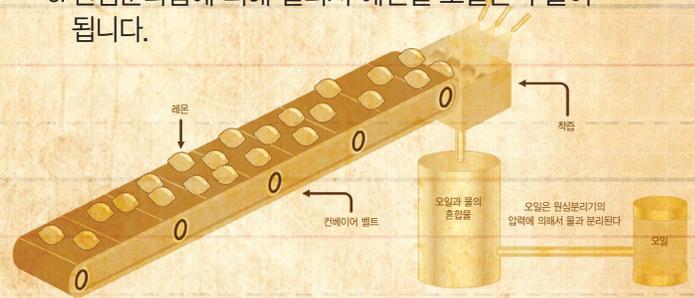
증기 증류법

1. 가압 수증기를 작물에 가하여 휘발성 물질이 기화되도록 합니다.
2. 휘발성 물질은 다시 압축됩니다.
3. 휘발성 물질이 압축됨에 따라 물과 에센셜 오일이 분리 되면서 오일이 추출됩니다.



냉압법

1. 시트러스 계열의 과일을 차가운 압축기 위에 놓으면
2. 자동 회전술에 의해 과일이 세척됩니다.
3. 기계의 오일 수집 부분으로 과일이 들어간 후 껍질의 제거하는 과정을 거칩니다.
4. 물 분무에 의해 에센셜 오일이 수집되고
5. 물과 오일의 혼합물이 고체 입자를 걸러내는 작업을 거친 후
6. 원심분리법에 의해 걸러져 에센셜 오일만 추출이 됩니다.



3 ...ON TO TESTING 검시하기

도테라의 CPTG® 등급의 기준은 자연이 아름답게 만들어 낸 그 자체를 보호하기 위한 세심한 관리와 노력이 필요로 합니다. 이 엄격한 기준은 순도와 효능을 보증하기 위해 아래의 테스트를 시행합니다.

- 감각수용성 테스트
- 미생물 테스트
- 기체 크로마토그래피와 질량 분석기 테스트
- 푸리에 변형 적외분광분석 테스트
- 분자비대칭성 테스트
- 동위원소분석
- 중금속 테스트
- 선광
- 비중
- 굴절률

4 BOTTLING FACILITY 패키지

테스팅의 두 번째 관문은 도테라 자체 생산 시설로부터 운반된 오일을 받은 후 격리되어 무엇이 증류되었고 테스트를 거쳤으며 추출한 그대로인지 확인하는 작업이 이루어집니다. 세 번째로 오일을 병에 담고 라벨을 붙이고 포장하는 3단계 과정에 거치게 됩니다.



5 TO YOUR HOME 당신의 집으로

이제야 비로소 당신의 집으로 배달할 준비가 된답니다.



CPTG

dōTERRA의 변별력

트레이드 마크에 담긴 의미

CPTG® 등급은 체계적인 이론을 바탕으로 제시되는 표준이다. 에센셜 오일의 품질에 대한 보편적인 인증 기준이 없기 때문에 도테라는 충전재, 합성물 혹은 유해한 오염물질 등 효능을 떨어뜨릴 물질이 오일에 들어가지 않았음을 인증하기 위해 스스로 에센셜 오일 산업에서 가장 엄격한 기준을 만들어 냈다. 한 단계 더 나아가, 모든 상품의 제조와 포장 과정에 대한 테스트를 거치게 하여 오일의 품질과 유통기한을 보증하고 있다. 또한, 매년 최상급의 상품을 받을 수 있도록 출시 전 도테라 자체 시설 및 검증된 외부의 연구실에서 도테라 에센셜 오일에 대해 광범위한 3단계 CPTG® 테스트를 진행한다.



Step 1: 화학적 조합



화학적인 조합은 깨끗하고 순도 높은 에센셜 오일의 기반이다. 아로마 복합물이 식물에서부터 증류되고 나면 오일의 화학적 구성이 예측된 프로파일과 일치하는지 보증하기 위해 **GC/MS(Gas Chromatography/Mass Spectroscopy: 가스 크로마토그래피/질량분석기)**로 알려진 결합 기구를 이용해 각각 화학적 구성 기준에 부합하는지 확인한다. 가스 크로마토그래피 실험기구는 화학적 구성에 기반하여 오일 안의 분자를 분리하고 질량분석기는 각 집단 당 분자를 확인할 수 있게 한다.

GC/MS 테스트 후 각 화학 물질간의 비율을 분석하여 도테라 에센셜 오일 전문가들이 각 오일이 가장 정제되고 자연스러운 형태에 있는지 확인한다. 우리의 화학적 프로파일 가이드라인에 부합한다고 확인되면 다음 단계의 테스트로 넘어갈 수 있다.

Step 2: 물리적 테스트



화학적 조합 테스트 후 각 에센셜 오일은 감각수용성 테스트, 푸리에 변형 적외분광분석 테스트, 자연선광성, 비중, 굴절률 테스트 등 여러 개의 물리적 테스트를 거치게 된다. 에센셜 오일 관련자료에 따르면 **감각수용성**은 시각과 후각을 통해 검증될 수 있는 요소이다. 이 단계에서 에센셜 오일 화학자, 생산 엔지니어, 품질 기술자들은 수공으로 에센셜 오일의 형태, 아로마, 색을 평가한다. 각 오일은 그 후 적외선을 사용해서 오일의 물질 구성을 분석해 도테라의 기준에 적합인지 알아보는 **FTIR 테스트(푸리에 변형 적외분광분석 테스트)**에 투입된다. **자연선광성 테스트**는 그 다음 에센셜 오일의 분자를 꼬아 GC/MS 테스트가 감지할 수 없었던 합성 첨가제를 확인할 수 있는 기구를 사용해 분자비대칭성을 위해 시행된다. 그런 다음 각 오일의 **비중**이 테스트 된다. 부피-질량 비율은 오일의 품질과 순도를 확인하기 위해 관련자료의 기준과 비교된다. 마지막으로 굴절계를 사용해 특정 물질을 빛이 어떻게 통과하는지 알 수 있는 **굴절률 테스트**는 에센셜 오일의 굴절률이 도테라의 기준에 부합하는지 알아보기 위해 굴절계를 사용해 측정한다.

Step 3: 오염성 테스트



물리적 테스트를 통과한 오일들은 그 후 유해한 오염물질이 없는지 확인하기 위한 여러 오염성 테스트를 거친다. 우리는 사용자와 사용자가족이 모두 안전하게 사용할 수 있도록 확인하기 위해 잠재적으로 유해한 미생물, 중금속, 해충체 등을 테스트한다. 도테라의 CPTG® 등급 테스트 과정은 여기서 멈추지 않는다. 우리는 4번째단계로 넘어가 이 에센셜 오일들이 유통기한 내내 깨끗하게 유지될 수 있는지 테스트 한다.

Step 4: 지속적인 안정성 테스트



테스트의 마지막 단계는 도테라의 CPTG® 오일이 그 순도와 효능을 유통기한까지 유지할 수 있다는 것을 확인한다. 안정성 테스트는 지속적인 에센셜 오일의 안전성을 검증할 뿐 아니라 포장상태 또한 확인한다. 처음 몇 개의 테스트는 온도 및 습도의 조절이 가능한 방에 에센셜 오일을 두고 각기 다른 환경에 놓였을 때 어떤 반응을 보이는지 장,단기적인 연구를 오랜 기간 동안 진행한다. 이러한 테스트 프로토콜은 도테라 CPTG® 에센셜 오일이 생산되고 몇 년이 지난 후에도 계속해서 안전하고 효과적인 혜택을 제공할 것을 보증한다.



도테라는 공식적인 제어기관 없이 오일 산업에서 최초로 라벨에 적힌 순도와 품질에 대한 내용이 실제로 각 병의 내용물과 일치하도록 검증하는 테스트 프로토콜을 만들어 냈으로써 오일을 정직하게 생산하겠다는 헌신을 약속했습니다. 여러분은 도테라 CPTG® 등급 에센셜 오일의 각 제품이 사용기간 내내 안전하고 효과적인 것이라는 점을 확신하셔도 좋습니다.

Idea Notebook

주얼리 클리너

준비물

- 퓨리파이 에센셜 오일 1방울
- 도테라 온가드 다목적 세정제 1방울

사용방법

다목적 세정제 1방울과 퓨리파이 에센셜 오일 1방울을 작은 칫솔이나 일회용 마스크라 솔에 떨어뜨려서 주얼리를 부드럽게 문지른 후 깨끗한 물로 씻어낸다.



라벤더-페퍼민트 섬유 스프레이

준비물

- 디퓨저 용액(무수알코올) 또는 물 50ml
- 라벤더 에센셜 오일 12방울
- 페퍼민트 에센셜 오일 8방울
- 유리병 스프레이

만드는 법

1. 디퓨저 용액과 에센셜 오일들을 유리병 스프레이에 넣어 섞는다.
2. 잘 닫은 후 15초가량 흔든다.
3. 열어서 물을 넣은 후 15초가량 다시 흔든다.
4. 베개, 이불보, 수건, 의류 등에 뿌린다.



DIY 클레이 비즈

준비물

- 지점토
- 이쑤시개나 나무 꼬치
- 작은 알파벳 글자 도장(선택사항)

만드는 법

1. 점토를 한 꼬집 정도 집어서 가지고 있는 구슬들과 같은 사이즈로 빚는다.
2. 이쑤시개나 나무꼬치를 사용해서 구슬 가운데에 구멍을 낸다. 원한다면 도장으로 부드럽게 눌러서 디자인을 추가해도 된다.
3. 구슬에 도장으로 이니셜을 새긴다.
4. 구슬이 24~48시간 가량 마르게 둔다.
5. 완성된 구슬을 아로마테라피 주얼리로 사용한다.
6. 기호에 맞게 좋아하는 에센셜 오일을 구슬에 추가한다.



에너지 충전하기

만약 직장에서 힘든 하루를 보낸 후 저처럼 운동을 한다면 도테라 페퍼민트 에센셜 오일 몇 방울을 헤어라인과 관자놀이에 문질러보세요. 기운이 날 거예요! 아침에 운동을 할 때도 같은 효과를 얻을 수 있어요. 에너지를 주는 상쾌한 페퍼민트 향은 제가 좀 더 집중할 수 있게 하고 운동을 더욱 즐길 수 있도록 도와주었어요. 페퍼민트 향을 맡을 때면 '더 움직여보자!' 하고 생각하게 된답니다.

-Karen Lee Bundy

➔ 여러분의 Tip을 공유하세요!

에센셜 오일을 활용한 레시피나 아이디어가 있다면 krmkt@doterra.com로 메일을 보내주세요.

멜라루카

Melaleuca(Tea Tree)

추출 부위: 잎
추출 방법: 수증기 증류법
원산지: 호주

봄 시즌부터, 세정에서 피부미용에 이르기까지 멜라루카는 가장 다용도로 쓰일 수 있는 에센셜 오일 중 하나이다. 호주에서 찬사를 받고 있는 멜라루카 식물은 고대 원주민들에게 생필품이었다. 호주 원주민들은 상쾌한 호흡의 느낌을 위해 잎을 문개서 그 오일의 향을 들이마셨고 쿨링 효과를 위해 피부에 잎을 직접 바르기도 했다. 시간이 지나면서 멜라루카의 다양한 효능에 대한 지식은 전세계적으로 퍼지게 되었다. '티트리' 오일로도 알려진 멜라루카는 피부의 클렌징과 피부 재생효과가 있는 것으로 알려져 있으며, 건강한 삶을 위해 도움을 주고, 환경과 계절의 외부 유해요소로부터 보호해주는 데에도 도움을 준다.

재미있는 사실

호주의 티트리 나무들로 둘러싸여 있는 Bungawalbin Creek(붕가와르빈의 작은 만)은 이 곳 원주민들에 의해 신성하게 여겨지고 있다. 오늘날에도 농축된 티트리 오일 잎들이 만에 떨어지게 되면 "마법의 힐링워터"라고 일컫는 약수가 만들어지게 된다고 생각하고 있다.

사용 방법

- ◆ **방향**
 - 집 안의 공기를 정화시킬 수 있도록 방향제로 사용하세요.
- ◆ **식품으로 섭취**
 - 물이나 채소에 1~2방울씩 떨어뜨려 섭취하면 면역 기능을 건강하게 유지시키는데 도움이 됩니다.
- ◆ **국소 도포**
 - 페이스 클렌저나 모이스처라이저와 함께 사용시 피부 정화작용에 더욱 효과적입니다.
 - 샤워 후 손톱과 발톱에 바르면 청결은 물론이며 건강하게 보이게 합니다.
 - 샴푸할 때 한 방울씩 첨가하면 머릿결을 튼튼하고 건강하게 유지하는데 도움이 됩니다.



A guide to a clean and healthy mouth

Dr. David Steuer, DMD, MMSc

깨끗하고 건강한 구강을 위한 가이드



역사를 통틀어 전문가들은 우리의 건강을 체크할 수 있는 요소들에 의존해왔다. 정신력을 체크하는 눈, 기운과 장수 여부를 확인할 수 있는 입. 동물들은 이러한 요소들을 바탕으로 사고 팔렸다. 예로부터 그랬듯이 현대에도 그러한 요소들이 그 어느 때보다 더욱 의의를 가진다. 전반적인 구강의 건강이 몸의 건강과 상태를 반영하거나 나타낸다는 연구가 늘어나고 있다. 이 연구는 건강한 구강을 유지하는 것이 전반적인 삶의 질과 장기적인 건강과 연관성이 있다는 것을 보여준다.

심장과 구강의 관련성

미국치과협회와 미국의학협회에 따르면 잇몸의 상태와 심장 혈관계 사이에 연관성이 있다고 한다. 잇몸 건강을 위한 요소로는 주로 구강관리, 개인적인 습관, 일부 유전적인 부분이 있다. 잇몸 건강에 악영향을 끼칠 수 있는 위험요소는 적절한 노력으로 알맞은 위생상태를 유지함으로써 제거하거나 예방할 수 있다. 하지만 잇몸 건강을 유지하지 못하는 또 다른 이유는 다른 건강 요소들과 관련이 있어서이기도 하다. 심장의 건강 상태가 좋지 않을 경우, 잇몸에 안 좋은 상태로 이어질 수 있으며 이는 구강의 건강 상태가 얼마나 중요한 요소인지 알려주는 부분이다.

그렇다면, 우리가 무엇을 해야 할까?

먼저, 설탕을 줄이거나 가급적 거의 섭취하지 않는다. 설탕이나 탄수화물이 포함된 음식을 먹거나 음료수를 마실 때 우리의 입안은 20분, 혹은 그 이상 동안 산성화되며 잇몸과 치아에 위협을 받게 된다. 두 번째로, 건강한 지방과 복합탄수화물, 거친 채소 잎, 설탕이 적은 과일들과

채소를 포함하는 건강하고 균형 잡힌 식사를 한다. 이는 우리의 구강 건강을 위협하는 음식물들을 줄임으로써 구강을 위한 좀 더 건강한 환경을 만들 수 있다.



구강 건강을 위해 추천할 만한 에센셜 오일들

- 멜라루카(티트리)
- 미르
- 온가드
- 페퍼민트

양치를 하기 위해 적당한 시간은 언제일까요?

미국치과협회는 하루에 두 번 이를 닦는 것을 권장한다. 그 중 한번은 특정 음식이나 음료가 입 안에 오래 방치될 경우 잇몸과 치아에 심각한 악영향을 미칠 수 있으므로 취침 전에 닦아야 할 것이다. 직장에서도 식후에 이를 닦을 수 있도록 칫솔을 준비하자. 온가드 오일 두 방울을 치약 위에 떨어뜨린 후 치아와 잇몸을 마사지하고 온가드, 페퍼민트(박하)등을 머금은 채로 닦으면 입안을 깨끗하고 상쾌하게 만들 수 있다. 치약은 낮은 산성도를 중화시키고 입안에 상쾌함을 줄 수 있는 제품이 좋다. 더욱 깨끗하게 하기 위해서는 3~4방울의 멜라루카(티트리) 오일이나 온가드 오일과 페퍼민트 오일을 치약 위에 떨어뜨린 후 사용할 것을 제안한다.

치아 교정 기구 세척하기

아이들의 구강보호장치(마우스피스)나 치아교정기는 대부분 꽤 더러운 편이다. 온가드와 페퍼민트 오일을 5방울씩 넣은 찬물에 담가서 관리해보자.

적어도 하루에 한번 치실 사용하기

치실을 사용하면 치아 사이와 칫솔이 닿을 수 없는 부분의 음식 찌꺼기 및 플라그를 제거할 수 있다. 더 깨끗한 관리를 위해서는 치실을 멜라루카와 소금을 넣은 따뜻한 물에 담근 후 사용하고, 입을 행굴 때에도 활용해 보자.

치과 치료를 받은 후

따뜻한 소금물과 에센셜 오일로 입을 행구어보자. 입안을 행구는 것만으로도 잇몸을 진정시키고 깨끗하고 상쾌한 구강으로 만들 수 있을 것이다.

무설탕 껌 씹기

(자일리톨 함유 제품 추천)

껌을 씹는 것은 침샘을 자극하고 구강 내 산성도를 중화시키며 플라그를 줄여준다.

가글 하기

나만의 가글 만들기 : 따뜻한 물 4컵에 소금 2 티스푼을 넣고 잘 젓는다. 선호하는 온도로 식힌 후 멜라루카, 온가드, 그리고 페퍼민트를 각각 5방울 이상 넣는다. 하루에 두 번 30초씩 행구어 보자. 이 가글제는 직장에서 식후 입냄새 예방을 위한 간단한 처방이기도 하다. 입 안을 더욱 마르게 할 수 있는 커피나 탄산음료 보다는 물을 많이 마시도록 하자. 또, 향료가 첨가된 액체류의 대부분은 설탕을 포함한다는 것을 기억하자! 그래서 아무것도 첨가하지 않은 물이 언제나 가장 좋다.

건강은 우리의 선택과 지식에 기반한다. 우리의 하루 일과에 몇몇 단순한 방법을 추가 하는 것은 우리의 구강을 더욱 건강하고 상쾌하게 유지하는데 많은 도움이 될 것이다.

참고자료

1- AHA guidelines on IE <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2912107/>

2- Beltrán E, Beltrán RJ. Oral diseases and conditions throughout the lifespan. II. Systemic Diseases. *General Dent*2004;52(2):107-114. View abstract on *PubMed*.

3- Gupta D, Jain A. Effect of Cinnamon Extract and Chlorhexidine Gluconate (0.2%) on the Clinical Level of Dental Plaque and Gingival Health: A 4-Week, Triple-Blind Randomized Controlled Trial. *J Int Acad Periodontol*. 2015 Jul;17(3):91-8.

4- Carson CF, Hammer KA, Riley TV. *Melaleuca alternifolia* (Tea Tree) oil: a review of antimicrobial and other medicinal properties. *Clin Microbiol Rev*. 2006 Jan; 19(1):50-62.

5- May J, et al. Time-kill studies of tea tree oils on clinical isolates. *J Antimicrob Chemother*2000;45:639-43.



dōTERRA emotional aromatherapy™

감 정 에 영 향 을 미 치 는 혁 신 적 인 방 법

과학자들과 심리학자들은 지난 몇 세기 동안 우리가 감정이라고 부르는 현상을 이해하려고 노력해왔다. 아직 과학이 확실하게 그 정확한 메커니즘(Mechanism, 체제)을 설명할 수는 없지만 우리는 감정이 우리의 삶에 큰 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 가장 최근의 연구결과와 가장 순도 높은 에센셜 오일을 사용한 새로운 도테라 이모셔널 아로마테라피™ 시스템은 휘발성의 독특한 아로마 복합물로 사용자의 건강에 큰 영향을 미치는 감정을 다룬다.

20세기까지만 해도 아로마테라피 라는 말이 없었지만 아로마테라피는 수천 년간 감정에 긍정적인 영향을 미치는 요법으로 사용되어 왔다. 에센셜 오일이 아로마테라피를 통해 어떻게 감정에 영향을 미치는가는 엄청나게 복잡한 과정이다. 아로마테라피가 널리 알려져 있는 상황에서 우리는 향과 감정 사이의 관계를 이해하기 시작하였다. 1990년 노벨상 수상자인 린다버크(Linda Buc)와 리처드 악셀(Richard Axel)의 연구에 이르러 서야 생물학자들은 화학적 수용기가 향의 엄청난 영향을 책임진다는 것을 이해하기 시작했다. 최근에 후각적 감각기는 우리의 코뿐만 아니라 피부에도 존재한다고 밝혀

졌으며 이는 아로마테라피 연구와 에센셜 오일 사용에 다양한 의미를 가질 것을 전망 한다. 향은 우리 삶에 다양한 방식으로 영향을 미칠 수 있는 매우 강력한 요소이다.

스스로 경험해보아라

CPTG® 등급의 모든 에센셜 오일의 토대는 화학이다. 에센셜 오일의 화학적 구성요소와 농도는 이러한 땅이 주는 선물인 아로마의 혜택을 결정한다. 도테라 이모셔널 아로마테라피™ 시스템의 사용은 그 독특한 화학적 프로파일에 근거를 두고 있다. 각 블렌드의 화학적 조합과 구성에 기반해 에센셜 오일을 사용하는 데 도움이 되도록 카테고리 나뉘어져 있고 사용 지침이 있는 다이어그램이 키트에 포함되어 있다. 다이어그램은 민트, 시트러스, 향료, 허브, 풀, 나무, 꽃 등 6개의 카테고리로 나누어져 있다. 각 카테고리는 특정 감정의 반응을 이끌어 내는 광대한 구성 물질 프로파일을 가지고 있다. 이를 정확한 비율로 블렌딩하여 사용하는 것은 완전히 새로운 지평의 혜택을 만들어 내는 것이다.

유발 물질과 반응은 개개인마다 다르지만 한 가지 공통된 것은 우리 모두 감정을 가진다는 것이다. 어떤 사람에게든 치어(CHEER)의

달콤한 향이 시트러스 덤불에서 놀던 유년기의 기억을 떠올리게 해 기분이 좋을 수도 있다. 다른 사람에게는 완전히 다른 경험으로 인해 불편한 감정이 들 수도 있다. 도테라 이모셔널 아로마테라피™ 시스템의 묘미는 새로운 블렌드의 사용 범위가 무제한적이며 스스로 경험해보며 최적의 결과를 도출할 수 있다는 것이다. 화학과 아로마테라피 연구를 바탕으로 블렌드가 특정 감정의 반응을 이끌어낼 수 있다는 것을 고려했을 때 그게 어떻게 사용자에게 도움이 될지는 제각기 다르다. 감정 아로마테라피 다이어그램은 첫 사용시 가이드로 사용될 수 있지만 사용자를 위한 진짜 가치를 탐색해보는 실험으로도 사용하면 좋을 것이다.

도테라 이모셔널 아로마테라피™ 시스템은 사용자가 아로마테라피의 효과를 경험해 보는 것과 동시에 기분을 전환하는데도 도움이 되어 전반적인 웰빙 라이프의 길로 인도할 것이다.

참고자료

Busse D, et al. Journal of Investigative Dermatology.2014;134(11):2823-2832.



- A** Can be used aromatically | 방향
- T** Can be used topically | 도포
- I** Can be used internally | 섭취
- N** Can be used topically with no dilution | 희석 불필요
- S** Dilute for young or sensitive skin | 민감한 피부에 희석 필요
- D** Dilute before using topically | 반드시 희석하여 사용

6개의 독창적인 블렌드로 구성된 dōTERRA® 이모셔널 아로마테라피™ 시스템

모티베이트(동기부여)

유자, 클레멘타인(감귤과), 페퍼민트를 포함한 여러 시트러스와 민트 에센셜 오일의 조합이다. 이 화학적 프로파일의 결과물은 행복감과 토닝 성질로 알려진 모노테펜과 모노테펜 알콜 함유량이 높다.

치어(응원)

시트러스와 스파이스 에센셜오일의 조합으로 기운을 북돋워주는 블렌드이다. 와일드 오렌지와 시나몬 껍질, 스타 아니스 에센셜 오일을 사용해 만들어진 블렌드의 화학적 프로파일은 회복과 피부를 따스하게 하는 성격으로 알려진 모노테펜과 알데하이드가 풍부하다.

패션(열정)

스파이스와 허브 에센셜 오일의 균형잡힌 블렌드로 시나몬 껍질과 진저, 카다멈, 클로브, 그리고 다미아나가 블렌딩되어 피부를 따스하게 하고 피부 재생을 도와주는 페놀과 에테르 농도가 높은 화학적 프로파일을 만든다.

포기브(용서)

친근한 나무와 허브 에센셜 오일을 섞어 모노테페네스터와 알콜 농도가 높은 다양한 화학적 프로파일을 만든다. 순도 높은 타임 에센셜 오일과 몇몇의 나무 오일은 회복과 토닝 성질을 가진 블렌드를 만들어 낸다.

콘솔(안심)

꽃과 나무 에센셜 오일을 섞어 만든다. 장미와 일랑일랑, 프랑킨센스, 샌달우드 등 고급의 다른 나무와 플로럴 에센셜 오일들의 조합으로 모노테펜과 세스퀴테펜 모두 풍부한 블렌드를 만들어 낸다. 최중의 블렌딩 포물라는 효과적인 화학물질 구성을 나타낸다.

피스필(평온)

꽃과 민트 에센셜 오일의 결합물이다. 라벤더와 스피어민트 같이 인기 있는 에센셜 오일과 라다넘 같이 희귀한 식물의 에센스의 결합은 피부재생과 토닝 경험을 촉진시키는 모노테펜과 알코올이 풍부한 화학적 프로파일을 만들어 낸다.

Make Over Your Cleaning Routine

집안 청소 방법을 바꾸어 보세요.
안전하고 친환경적인 집안 청소
방법을 소개합니다.

왜 '그린 클린' 이어야 할까요?

- 안전함
- 쉬운 방법
- 뛰어난 효과
- 환경친화적

FACTS 진실

- 많은 가정용 청소제품들은 유해한 화학물질을 포함하고 있다. 이러한 화학물질들은 사용시 건강에 단기적, 장기적으로 문제를 일으킬 수 있다.⁽¹⁾
- 성장기의 아이들은 더욱이 이러한 화학물질에 노출되는 것에 취약하며 특정 화학물질은 아이들의 신경, 내분비, 면역체계의 발달을 저해할 수 있다.⁽²⁾

주요 노출 경로:

- 식사 - 접촉
- 음료 - 호흡

- 어린 아이들은 어른들보다 더욱 높은 호흡률을 가지며 따라서 아이들은 질량당 더 많은 대기 오염 물질을 흡수하게 되어 오염 물질의 흡입률이 높아지게 된다.²
- 미국 환경 보호단체에 따르면 일반 가정 내 공기는 가정용 청소제품의 유해한 화학물질 때문에 야외보다 200~500퍼센트 정도 더 오염되어 있다고 한다.

당신의 건강과 깨끗한 집을
위한 선택, 타협하지 마세요!

MUST HAVE BASICS 기본적으로 필요한 것들

베이킹 소다

냄새를 빨아들이고 제거한다. 창틀이나 싱크대, 욕조 청소에 사용할 수 있으며 카펫에 조금 뿌려놓고 15분 뒤 청소기로 제거하면 더욱 깔끔한 상태로 유지할 수 있다.

식초

자연적으로 곰팡이나 박테리아를 제거하는 성질을 가지고 있다. 기름때를 없애고 녹이나 탄 부분을 제거하는데 효과적이다.

천연 비누

먼지, 기름때 및 진한 얼룩을 제거한다. 조리기구나 식기에 조금 부은 후 몇 분간 닦으면 깨끗하고 반짝이게 될 것이다.

소금

소금은 윤기를 내는데 효과적이다. 뜨거운 소금물을 부엌 싱크대에 규칙적으로 붓는 것은 냄새를 제거할 뿐 아니라 물때가 쌓이는 것을 방지한다. 레몬 에센셜 오일과 소금을 섞어 커피 자국과 찻잔에 묻은 자국을 제거하는데 사용하는 것도 좋다.

도테라 코코넛 오일 또는 올리브 오일

자연세정제이자 윤택제이다. 가죽에 문지르거나 나무 표면의 윤기를 내는 것으로 사용할 수 있으며 자세한 정보는 20페이지에 있다.

세정력이 좋은 도테라 베스트 에센셜 오일

- 레몬
- 와일드 오렌지
- 유칼립투스
- 멜라루카
- 퓨리파이
- 페퍼민트
- 온가드
- 온가드 다목적 세정제

TIP: 방향제나 디퓨저로 유해한 공기를 정화시키세요.



기본 재료 + 에센셜 오일

간단한 재료와 도테라 에센셜 오일로 나만의 안전한 클리닝 제품을 만들어 보세요!

DIY:

벌레 퇴치 스프레이

재료

- 수돗물 1컵
- 퓨리파이 또는 레몬그라스 에센셜 오일 5방울
- 레몬 또는 오렌지 에센셜 오일 3방울

방법

1. 수돗물을 유리 또는 스테인리스 소재 스프레이 통에 담는다.
2. 퓨리파이 에센셜 오일과 레몬 또는 오렌지 에센셜 오일을 적당량 넣고 잘 흔들어 준다.
3. 음식물 쓰레기통이나 싱크대 배수구 등에 뿌린다.

Note: 테라실드 스프레이를 사용해도 좋다.

DIY:

다목적 클리닝 스프레이

재료

- 수돗물 1컵
- 식초 1컵
- 오렌지 에센셜 오일 25방울 혹은 기호에 따른 에센셜 오일

방법

1. 분무기 안에 물과 식초를 섞는다.
2. 기호에 따른 에센셜 오일을 넣고 잘 섞는다.
3. 나무, 유리, 스테인리스, 도자기에 등에 사용한다.
4. 극세사 헝겊이나 키친타월로 닦아낸다.

DIY:

운동화 악취제거 및 세탁

재료

- 수돗물 1컵
- 온가드 에센셜 오일 10방울
- 오렌지 에센셜 오일 5방울
- 멜라루카 에센셜 오일 5방울
- 오레가노 에센셜 오일 3방울

방법

1. 수돗물을 유리 또는 스테인리스 소재 스프레이 통에 담는다.
2. 온가드, 오렌지, 멜라루카, 오레가노 에센셜 오일을 적당량 넣은 후 잘 흔들어 준다.
3. 운동화 속에 스프레이를 골고루 분사한 후 세탁기로 세탁한다.

Note: 평소에도 외출 전후 스프레이를 뿌리고 착용하면 발냄새 등 악취를 예방할 수 있다.



참고자료

1. Household Cleaning Products: What Every Woman Should Know. womensvoices.org/safe-cleaning-products/basic/
2. ATSDR Case Studies In Environmental Medicine Principles of Pediatric Environmental Health. The Child as Susceptible Host: A Developmental Approach to Pediatric Environmental Medicine. atsdr.cdc.gov/csem/ped_env_health/docs/ped_env_health.pdf



MADE IN THE U.S.A.

PEPPERMINT OIL

FROM THE PACIFIC NORTHWEST

도테라가 태평양 북서쪽의 농부들을 위해 우물을 파거나 학교를 설립하지는 않지만 도테라의 페퍼민트 오일을 위한 소식은 그들의 미래 후손들을 위해 가업을 꾸준히 잇도록 하는데 중요한 영향을 미치고 있다.

페퍼민트를 찾아서

페퍼민트는 라벤더, 레몬, 멜라루카, 그리고 프랑 킨센스와 더불어 도테라가 출시한 첫 다섯가지 에센셜 오일 중 하나였다. 하지만 적합한 페퍼민트를 찾기 위한 여정은 더욱 복잡했다. 페퍼민트 에센셜 오일의 샘플은 수도 없이 들어왔지만 각각 도테라의 높은 기준을 만족시키지 못해 거절당했다. 결국 에밀리 라이트(Emily Wright, 마케팅/세일즈 담당 부사장)는 오래된 동기인 파파스 박사(Dr. Robert Pappas)에게 연락하여 도움을 요청했다. 그는 최상급 오일의 생산자들을 알고 있었고, 더욱이 그들의 상품이 세상에 기여하기를 바라는 마음에서 그들과 에밀리를 연결시켜주었다. 에밀리가 말하기를, “우리가 이 생산자들에게 연락했을 때 그들은 우리에게 페퍼민트를 올바른 생산방

식으로, 자연의 상태 그대로, 좋은 가격에 제공할 수 있다는 사실에 흥분을 감추지 못했다. 더 나아가 그들은 페퍼민트를 다양한 건강상의 이로움을 위해 사용할 사람들의 손에 들어간다는 것에 들떠 있었다.”고 한다.



유익한 파트너십

페퍼민트 오일의 수요가 증가함에 따라, 도테라의 파트너십은 태평양 북서쪽의 다른 지역 및 전세계 곳곳으로 퍼져나가고 있다. 초기 멤버 중 한 명은 4대째 페퍼민트 오일 생산업에 몸담고 있다. 그의 조상들은 독일에서 이민을 왔고 생계를 이어나가기 위해 민트를 재배했다. 그들은 같은 농장에서 같은 민트를 지금도 재배한다. 하지만 도테라와의 파트너십 이전에 4세대 생산자는 사실 가업을 잠시 중단하고 다른 일자리를 찾아 떠났었다. 생계를 이어나가기에 농장의 수익이 충분하지 않았기 때문이다. 하지만 4세대 생산자는 도테라 덕분에 농장으로 돌아올 수 있었다.

“그들이 생산한 페퍼민트 오일을 매년 구매할 것임과 동시에 좋은 가격을 지불할 것을 보장한 것은 그들의 자손이 돌아와 가업을 이어나가는 데에 이로운 영향을 미쳤다.”고 에밀리는 말한다.

이상적인 지역

태평양 북서쪽은 매년 높은 강우량을 기록해 페퍼민트를 위한 이상적인 곳이다. 이는 페퍼민트의 달콤한 박하 향과 맛의 원천인 멘솔(menthol)의 높은 함유량에 중요한 요소이다. 에밀리에 의하면 “이 지역의 모든 자연적인 요소는 최상급 페퍼민트 오일의 생산에 기여한다.”고 한다.

이 지역은 또한 기후의 변동에 따라 민감하게 반응해서 생산하기 까다로운 작물인 로만 카모마일을 경작하기에 매우 적합하다. 현재 도테라는 페퍼민트 오일 생산자들에게 로만 카모마일을 소개하여 그들이 이 분야에서 큰 성공을 거둘 수 있도록 돕고 있다. 이 과정은 앞으로 로만 카모마일 에센셜 오일을 더 많이 재배하기 위해 필수적인 과정이다.



“하나의 씨앗에서 한병의 오일이 되기까지, 각각의 농부들은 그들의 오일이 최상급 기준에 준하도록 시간과 노력을 들이며 그 오일이 그들의 손에서 당신의 손으로 전달될 때 자부심을 느낀다.”



dōTERRA *Alive* KOREA CONVENTION | 2016

“전 세계 모두가 나눌 수 있는 오일”

2016 dōTERRA Korea Convention

도테라가 전 세계를 무대로 에센셜 오일의 진정한 가치를 전파하고 있다. 가장 순수한 오일을 여러 사람들과 나누자는 의미로 탄생한 도테라는 현재 75개국에 진출해 있는 글로벌 기업으로 40개국에서 에센셜 오일을 소싱 받고 있다. 이를 통해 전 세계 사람들에게 자연의 순수함을 담은 최상의 에센셜 오일을 공급하며 그들의 삶도 함께 바꾸고 있다.



오일로 세상을 바꾸는 유일한 기업

도테라 코리아(대표이사 김세현)가 지난 14일 서울 그랜드 힐튼 호텔 컨벤션 센터에서 '2016 도테라 코리아 컨벤션'을 개최했다. 이날 행사에는 코리 린들리(Corey B Lindley) 도테라 최고 재무책임자 겸 부사장, 닥터 힐(Dr. David K. Hill D.C.) 최고 의료 고문 겸 의학 자문 위원회 회장 등 본사 임원진과 존 캅마이어, 에릭 랄슨, 제임스 바이비 등의 도테라 글로벌 리더, 김세현 도테라 코리아 대표이사과 함께 1000여명의 도테라 코리아 사업자가 자리해 행사장을 가득 메웠다.

이번 도테라 코리아 컨벤션에서는 네트워크 마케팅 출범 8년 만에 이룬 도테라의 놀랄만한 성장과 도테라의 진정한 가치를 상기시키며 도테라만의 문화를 전파했다. 이와 함께 도테라의 신제품도 발표했다.

먼저 데이비드 스티어링(David Stirling) 도테라 회장은 영상을 통해 코리아 컨벤션에 참석하지 못한 아쉬움과 축하 인사를 전했다. 데이비드 스티어링 도테라 회장은 “현재 전 세계 도테라에서는 다양하고 흥미진진한 일들이 계속해서 벌어지고 있다”며 “과목할 만한 성장의 주역에 도테라 코리아가 있으며 앞으로도 더욱 멋진 일들이 한국에서 일어나길 기대한다”고 말했다.

코리 린들리 도테라 최고 재무책임자 겸 부사장은 도테라의 눈에 띄

는 성장력을 소개했다. 도테라는 지난 2008년 네트워크 마케팅 업계에 진출한 기업이다. 현재 75여 개국에 진출해 있으며 40여 개국의 국가에서 소싱받아 고품질의 에센셜 오일을 제공하고 있다. 진출 당시 연 매출 100억원 규모였지만 지난해에는 연 매출 1조원 이상을 달성하며



도테라 코리아 대표 김세현



부사장 코리 린들리



북아시아 담당 존 캄마이어



데이비드 힐 박사

괄목할만한 성장을 일궈냈다. 글로벌 성장률도 40%에 달한다. 도테라는 최근 중국(베이징 등) 시장에도 진출했으며 라틴 아메리카, 유럽 전역 등에서도 지속적인 성장세를 이어 가고 있다. 올해는 말레이시아에도 진출할 예정이다. 코리 린들리 도테라 최고 재무책임자 겸 부사장은 “도테라는 비전과 미션을 공유하는 기업, 궁극적으로 에센셜 오일을 통해 세상을 바꿔 놓겠다는 미션을 가진 팀”이라며 “도테라 코리아는 이 미션에서 굉장히 중요한 국가”라고 강조했다. 실제로 도테라 코리아도 지난해 9월에는 그랜드 하얏트 호텔과 업무제휴를 맺었으며 올해 2월에는 세종대학교 글로벌 지식 평생 교육원과 MOU를 체결하며 성장을 거듭하고 있다.

김세헌 도테라 코리아 대표이사는 “최근 도테라 에센셜 오일의 가치를 깨닫는 스마트한 컨슈머가 늘어가는 추세”라며 “실제로 최근 뷰티, 건강, 의학 분야의 TV프로그램 등 다양한 매체에서 도테라 에센셜 오일이 자연스럽게 노출되고 있다”고 말했다. 이어 “이처럼 도테라는 자연 그대로를 담은 에센셜 오일 하나를 통해 세상을 바꾸고 있는 유일한 기업”이라고 강조했다. 더불어 “도테라 비즈니스는 많은 사람들의 삶을 바꾸고 그렇게 함으로써 전 세계에 더 나은 삶의 기회를 제공하는 의미 있는 비즈니스”라고 말하며 도테라 코리아 사업자들에게 사명감을 심어줬다.

닥터 힐 최고 의료 고문 겸 의학 자문 위원회 회장은 이번 신제품의 장점과 도테라 에센셜 오일 사용에 관해 강연했다. 이번에 출시한 신제품은 ‘마조람, 주니퍼베리 오일’과 ‘이모셔널 아로마테라피’ 키트(오일), ‘도테라 터치’ 키트(롤온제품), ‘이지에어’ 프라그란스 스틱’ 등이 출시됐다. 이모셔널 아로마테라피 키트는 6종의 블렌드 에센셜 오일로 우리가 겪는 다양한 감정 변화에 대응 할 수 있는 아로마 식물 계통을 담은 제품이며, 도테라 터치 키트, 이지에어 프라그란스 스틱은 각각 롤온, 스틱 형태로 구현돼 언제 어디서든 손쉽게 에센셜 오일을 사용할 수 있도록 설계됐다.

이와 함께 닥터 힐 최고 의료 고문 겸 의학 자문 위원회 회장은 에센셜 오일을 효과적으로 사용하기 위해서는 개인의 경험을 믿고 신뢰해야 하며 특히 에센셜 오일로 얻고자하는 뚜렷한 이유가 있어야 한다고 강조했다. 개인 개인마다 에센셜 오일의 사용량에 따라 효과도 차이가 나기 때문에 단계별로 나에게 맞는 적정량을 파악해야 얻고자하는 효과를 극대화 시킬 수 있다고 설명했다.

닥터 힐 최고 의료 고문 겸 의학 자문 위원회 회장은 “에센셜 오일은 신진대사 수용력과 유효범위 등에 따라 사람마다 효과를 낼 수 있는 기준이 다르다”며 “개인의 경험이 매우 중요하다”고 말했다 이어 “그렇기 때문에 에센셜 오일은 스스로 건강을 지키는 방법을 좀 더 체계적으로 개인 맞춤화 할 수 있다”고 말했다.

이날 행사에서는 도테라 ‘힐링 핸드즈’ 활동도 공개했다. 도테라는 40개국의 원료국 중 아이티, 과테말라, 소말리아 등의 빈민국에게 소싱을 통한 파트너십으로 경제적 자립심도 함께 제공하고 있다. 힐링 핸드즈는 여기서 더 나아가 원활한 작업환경을 위한 시스템을 구축, 지원하고 더불어 협동조합 설립, 학교 건설 및 교육활동, 전기 공급 인프라 확대 등 인도주의적 활동도 전개하며 전 세계 모두가 나눌 수 있는 에센셜 오일을 전파하고 있다.

마케팅 신문

김선호 기자(gys_ted@mknews.co.kr)

도테라 신제품

이모셔널 아로마테라피 시스템 (Emotional Aromatherapy System)



6가지 정서적 웰빙을 위한 도테라 독점 에센셜 오일 블렌드 라인으로, 부정적인 감정을 다루는 이모셔널 아로마테라피 시스템은 각각의 섬세한 블렌드들로써 시시각각 변하는 기분의 균형을 맞추고 활기를 주는 CPTG® 에센셜 오일들을 함유합니다. 천연 에센셜 블렌드 한두 방울로 마음의 위안과 용기를 얻을 수 있도록 도와주며 열정, 평온, 용서, 안심, 동기부여 등의 감정적 반응을 이끌어 낼 수 있도록 구성되어 있습니다.

도테라 터치 키트 (dōTERRA® TOUCH™ KIT)



9가지 오일들이 9ml의 롤 온 타입으로 키트화되어 간편하게 사용할 수 있도록 디자인되어 있는 키트입니다. 도테라 코코넛 오일을 베이스로 가장 인기 있는 아홉 가지 오일들이 블렌딩 되어 있는 키트는 민감한 피부를 보호함과 동시에 에센셜 오일에서 찾을 수 있는 최적의 사용감과 간편함을 전달하는 아로마 롤 온 세트입니다.

이지에어 프라그란스 스틱 (dōTERRA® Easy Air® Fragrance Stick)



빠른 흡수력과 부드러운 발림성을 제공하는 제품으로 “에센셜 오일 블렌드”를 편리하게 사용할 수 있도록 제작되었으며, 끈적임 없이 부드럽게 퍼 발려 피부와 코안을 시원하게 해주는 제품입니다.

싱글 에센셜 오일 2종



마조람 : 음식의 향신료로도 사용할 수 있습니다.

주니퍼 베리 : 공기정화 및 이노작용에 도움을 줍니다.

dōTERRA Healing Hands™

FOR THE COMMUNITY

도테라 힐링 핸드스 재단은 재단이 설립되어 있는 지역을 포함하여 전 세계적으로 인도주의적인 활동을 한다.

도테라 힐링 핸드스 재단은 2015년 8월과 10월에 동일한 시간과 비용을 들여 두 개의 다른 지역에 각각 기부하는 프로젝트를 시행함으로써 도테라 회원들과 직원들에게 새로운 봉사활동 기회를 제공하였다.

‘모두에게 다가갈 수 있도록’

미국 유타주에 있는 프로보(Provo, Utah)에 설립된 **Now I Can** 재단은 뇌성 마비에서 뇌 손상까지 다양한 어려움을 가진 아이들을 위해 집중적인 테라피를 제공한다. 정부 보조금과 보험, 그리고 기부금으로 이루어진 이 비영리 자선단체는 매년 80명에서 100여명의 아이들을 도와주는 시설을 설립하였다. 또한 전국에서 치료를 받기 위해 방문하는 가족들을 위해 자녀가 치료를 받는 동안 함께 지낼 수 있도록 방 세 개가 있는 적당한 금액의 집을 제공한다. 하지만 한 가지 아쉬운 점이 있었다. 바로 휠체어를 타고도 환자와 환자의 형제 자매가 뛰어놀 수 있는 놀이터였다.

그러한 놀이터는 편마비성 뇌성 마비를 가진 딸 Colby를 둔 **Now I Can** 창립자 Joel & Tracey Christensen의 꿈이었다. **Now I Can** 재단은 당시 미국보다 더 집중적인 물리치료를 받을 수 있었던 폴란드에 딸 Colby를 데려간 이후에 설립되었다. 폴란드의 치료사들이 Colby에게 기적적인 효과를 안겨주었을 때 Joel과 Tracey는 미국에 있는 다른 아이들 또한 이러한 치료를 받을 수 있게 도와주어야겠다고 결심하였다.

이렇게 가치있는 일에 기여하기 위해 도테라 힐링 핸드스 재단은 필요한 물품을 기부하고 자원봉사자들을 파견하여 **Now I Can**으로 오는 아이들과 가족을 위한 놀이터를 만들 수 있도록 하였다. 콘크리트를 철거하고 잔디를 심고 특별기구를 설치하기까지 2주의 시간이 걸렸다. 하지만 이제 힘든 치료를 받느라 너무나 고생하는 이 아이들이 쉴 수 있고 그냥 아이들 그 자체가 될 수 있는 공간이 생겼다.





DAYS FOR GIRLS

Days For Girls 협회의 유타 지부는 케냐에 있는 여자 아이들과 여성을 위해 재사용이 가능한 위생키트를 하루에 1,000개씩 만들겠다는 야심찬 목표를 세웠다. 현지의 도테라 회원들과 직원들은 도테라 본사의 미팅룸에서 만나 이 목표를 현실화 하기 위해 하루 종일 작업했다.

최근 USAID 통계에 따르면, 개발도상국에 있는 여자 아이들 5명 중 1명이 초등학교를 졸업하지 못한다고 한다. 그들은 보통 월경이 시작되면서부터 학교를 빠지기 시작하는데 한번 시험이나 중요한 과제를 빼먹을 경우에는 다시 돌아오는 게 어렵기 때문이다. *Days for Girls*는 매달 언제든지 집을 나설 수 있도록 아이들에게 세탁이 가능한 여성 위생용품을 제공함으로써 이러한 문제를 해결하기 위해 노력하고 있다. 이 위생키트는 미국을 비롯한 전 세계의 수많은 여성들에게 긍정적인 영향을 미쳤다.

자원봉사자들은 천을 자르는 것부터 재사용이 가능한 패드를 함께 바느질하고 키트를 완성하기까지 이 키트들이 전 세계의 여자아이들에게 얼마나 큰 도움이 될 지 생각하고 보람을 느꼈다. 결국 자원봉사자들의 노력으로 총 1,080개의 키트가 완성되어 성공적으로 목표를 넘어설 수 있었다.



함께 해요!

사회 각계각층의 도테라 회원들은 주요 기업들의 행사 이외에도 여러 지역사회에 긍정적인 영향을 미치는 자선 행사를 진행하고 있습니다. 여기에 여러분이 사회를 위해 변화를 이끌어낼 수 있는 몇 가지 아이디어를 제안합니다.

1. 정원 가꾸기

당신이 거주하는 지역의 정원을 가꾸거나 환경을 사랑하는 다른 친구들과 모여 정원 만들기를 시작해 보세요.

2. 가르치기

많은 학교, 교회 등의 단체들은 독서나 미술 등을 지도해 줄 자원봉사자들을 필요로 합니다. 전화로 어떤 것이 필요한지 알아보세요.

3. 음식 나누기

요리를 좋아하신다면 평소보다 많은 양을 만들어 여분을 이웃들에게 나누어주세요.

4. 어려운 이웃과 나누기

크리스마스나 같은 연말이 아니라도 평소 애 쌀, 라면 등을 모아 어려운 이웃에게 나누어 주는 행사를 기획해보세요.

5. 지역 사회 정돈하기

버려진 공간이나 공원을 청소해서 주변을 아름답게 만들어 보세요.

6. 지역 자원봉사

지역병원, 양로원, 동물보호소, 혹은 다른 시설에서 도움을 필요로 하는 사람들을 위해 봉사해 보세요.

여러분의 경험을 krmkt@doterra.com으로 공유해 주세요.

PRODUCT GUIDE

ESSENTIAL OIL SINGLES 싱글 오일

도테라 싱글 에센셜 오일은 세계에서 가장 향기 좋은 추출물을 대표합니다. 세계 각지에서 정성스레 재배된 식물들로 증류된 각 오일은 원래 식물 그대로의 생명력을 제공합니다. 각 오일은 100% 자연친화적이고 엄격한 순도 및 자체 시험 기준을 통과하였습니다. 아름다운 식물 에너지 구성물들은 단일로 사용할 수 있고 개인적인 필요에 따라 혼합해 사용할 수도 있습니다.

	프랑킨센스 에센셜 오일		라벤더 에센셜 오일		레몬 에센셜 오일		멜라루카 에센셜 오일		오렌지 에센셜 오일
30071409	15 mL 208,000원 73 PV	30111409	15 mL 54,000원 22 PV	30121409	15 mL 24,000원 11 PV	30151409	15 mL 49,000원 20 PV	30171409	15 mL 26,000원 11 PV

	오레가노 에센셜 오일		페퍼민트 에센셜 오일		진저 에센셜 오일		아버비테 에센셜 오일		레몬그라스 에센셜 오일
30181409	15 mL 61,000원 25 PV	30191409	15 mL 52,000원 22 PV	30081409	15 mL 61,000원 32 PV	49361309	5 mL 45,500원 24 PV	30131409	15 mL 21,500원 11 PV

	자몽 에센셜 오일		로즈제라늄 에센셜 오일		일랑일랑 에센셜 오일		로즈마리 에센셜 오일		미르 에센셜 오일
30101409	15 mL 34,500원 18 PV	30091409	15 mL 57,000원 30 PV	30241409	15 mL 74,000원 39 PV	30201409	15 mL 28,000원 16 PV	3016409	15 mL 110,000원 57 PV

	벤티버 에센셜 오일		사이프레스 에센셜 오일		시더우드 에센셜 오일		유칼립투스 에센셜 오일		마조람 에센셜 오일
30431409	15 mL 72,500원 38 PV	30051309	15 mL 33,000원 17 PV	49301309	15 mL 27,000원 15 PV	30061409	15 mL 28,000원 16 PV	30141409	15 mL 41,000원 21 PV

	주니퍼 베리 에센셜 오일
49291409	5 mL 41,000원 21 PV

ESSENTIAL OIL BLENDS 블렌드 오일

도테라의 에센셜 오일 블렌드는 독점적인 제조법으로 만들어집니다. 이 제조법은 오랜 세월 동안 에센셜 오일 사용으로 얻은 지혜와 과학적 연구가 결합된 최상의 결과물입니다. 식물의 내적 생명 에너지를 이용하는 각 제조법은 시너지 효과를 일으켜 제품의 효능과 효과를 증가시킵니다.

	다이제스트젠 블렌드 오일		온가드 블렌드 오일		젠도크린 블렌드 오일		스마트앤새시 블렌드 오일		이지에어 블렌드 오일
31031409	15 mL 80,000원 33 PV	31101409	15 mL 82,000원 34 PV	31461409	15 mL 65,000원 27 PV	31371409	15 mL 74,000원 27 PV	49371309	15 mL 50,000원 21 PV

	아로마터치 블렌드 오일	31201309 15 mL 66,000원 27 PV		엘리베이션 블렌드 오일	31041309 15 mL 98,000원 41 PV		위스퍼 블렌드 오일	31081309 5 mL 63,000원 26 PV		퓨리파이 블렌드 오일	31061309 15 mL 47,000원 20 PV		세레니티 블렌드 오일	31091309 15 mL 82,000원 33 PV
--	------------------------	--	---	------------------------	--	---	----------------------	---	--	-----------------------	--	---	-----------------------	--

	시트러스 블리스 블렌드 오일	31021309 15 mL 40,000원 17 PV		밸런스 블렌드 오일	31011309 15 mL 50,000원 21 PV		딥블루 블렌드 오일	31051309 5 mL 82,000원 34 PV		치어 블렌드 오일	31721309 5 mL 54,000원 28 PV		콘솔 블렌드 오일	31731309 5 mL 80,000원 41 PV
--	---------------------------	--	---	----------------------	--	---	----------------------	---	--	---------------------	---	---	---------------------	---

	포기브 블렌드 오일	31751309 5 mL 42,000원 22 PV		모티베이트 블렌드 오일	31741309 5 mL 50,000원 25 PV		패션 블렌드 오일	31761309 5 mL 91,000원 46 PV		피스 필 블렌드 오일	31711309 5 mL 60,000원 31 PV
--	----------------------	---	---	------------------------	---	---	---------------------	---	--	-----------------------	---

ESSENTIAL OIL ROLL ON 에센셜 오일 롤온

	딥블루 롤온 블렌드 오일	31381309 10 mL 167,000원 64 PV		클리어스킨 롤온 블렌드 오일	37171309 10 mL 56,000원 23 PV		인툰 블렌드 오일	41841309 10 mL 104,000원 38 PV		패스트텐스 블렌드 오일	31351309 10 mL 49,000원 20 PV		클래리칼 블렌드 오일	35271309 10 mL 65,000원 27 PV
--	-------------------------	---	---	---------------------------	--	---	---------------------	---	--	------------------------	--	---	-----------------------	--

	살루벨 블렌드 오일	37141309 10 mL 214,000원 73 PV		라벤더 터치 블렌드 오일	31661309 9 mL 30,000원 15 PV		페퍼민트 터치 블렌드 오일	31671309 9 mL 28,000원 15 PV		프랑킨센스 터치 블렌드 오일	31801309 9 mL 98,000원 50 PV		멜라루카 터치 블렌드 오일	31681309 9 mL 27,000원 14 PV
--	----------------------	---	---	-------------------------	---	---	--------------------------	---	--	---------------------------	---	---	--------------------------	---

	다이제스트젠 터치 블렌드 오일	31781309 9 mL 44,000원 22 PV		이지에어 터치 블렌드 오일	31821309 9 mL 28,000원 14 PV		온가드 터치 블렌드 오일	31791309 9 mL 45,000원 23 PV		오레가노 터치 블렌드 오일	31771309 9 mL 34,000원 17 PV		딥블루 터치 블렌드 오일	31811309 9 mL 90,000원 46 PV
--	----------------------------	---	---	--------------------------	---	---	-------------------------	---	--	--------------------------	---	---	-------------------------	---

PRODUCT GUIDE

dōTERRA SPECIAL KIT 도테라 스페셜 키트

도테라 터치™ 키트

9가지 오일들이 9ml의 롤 온 타입으로 키트화되어 간편하게 사용할 수 있도록 디자인되어 있는 키트입니다. 도테라 코코넛 오일을 베이스로 가장 인기 있는 아홉 가지 오일들이 블렌딩 되어 있는 키트는 민감한 피부를 보호함과 동시에 에센셜 오일에서 찾을 수 있는 최적의 사용감과 간편함을 전달하는 아로마 롤 온 세트입니다.



21191309 | 9 mLx9EA
370,000원 | 192 PV



이모셔널 아로마테라피™ 시스템

6가지 정서적 웰빙을 위한 도테라 독점 에센셜 오일 블렌드 라인으로, 부정적인 감정을 다루는 이모셔널 아로마테라피 시스템으로 각각의 섬세한 블렌드들은 시시각각 변하는 기분의 균형을 맞추고 활기를 주는 CPTG® 에센셜 오일들을 함유합니다.

천연 에센셜 블렌드 한두 방울로 마음의 위안과 용기를 얻을 수 있도록 도와주며 열정, 평온, 용서, 안식, 동기부여 등의 감정적 반응을 이끌어 낼 수 있도록 구성되어 있습니다.

21141309 | 5 mLx6EA
340,000원 | 180 PV

ESSENTIAL OIL KIT 에센셜 오일 키트



인트로 키트

도테라 에센셜 오일의 베스트셀러 제품인 라벤더, 레몬, 페퍼민트 세 가지로 구성되어 아로마 오일을 처음 접하시는 분이 무난히 사용하실 수 있는 제품입니다.

32181409 | 5 mL
50,000원 | 16 PV



아로마터치 키트

아로마터치 키트 속에는 5ml 용량의 라벤더, 멜라루카, 온가드, 오렌지, 페퍼민트, 밸런스, 아로마터치, 딥블루와 코코넛 오일 115ml가 포함됩니다. 아로마터치 키트는 에센셜 오일 사용에 새로운 장을 열어줄 것입니다.

32571309 | 5 mL
260,000원 | 105 PV



에센셜 콜렉션 키트

우리 생활에 꼭 필요한 에센셜 오일로 구성된 에센셜 콜렉션 키트는 5ml 용량의 10가지 에센셜 오일로 구성되어 가정에서 유용하게 사용 가능한 제품입니다.

32791309 | 5 mL
325,000원 | 121 PV

CARRIER OIL 캐리어 오일



코코넛 오일

코코넛 캐리어 오일에 좋아하는 도테라 에센셜 오일을 섞어 나만의 블렌드 오일을 만들 수 있습니다.

- 깃털처럼 가벼운 재질로 모공을 막지 않으면서 수분 보호막을 제공
- 에센셜 오일과 섞어 피부에 바르기 적합
- 모든 에센셜 오일과 쉽게 융해됨

30261309 | 115 mL
29,000원 | 13 PV

DEEP BLUE® RUB 딥블루 제품



딥블루 럽

5ml 딥블루 블렌드 오일이 1병 함유된 크림 타입의 제품으로, 지친 삶에 생기를 부여합니다.

- 시원함을 필요로 하는 부위에 흡수될 때 까지 부드럽게 발라 마사지 하십시오.
- 시원하고 상쾌한 향

38901309 | 120 mL
90,000원 | 32 PV

딥블루 럽 샘플 팩

38951309 | 2 mLx10EA
7,900원 | 2 PV

38971309 | 5 BOX
37,500원 | 10 PV

*회원전용 상품입니다.

ESSENTIAL OIL BEADLET 비들렛

도테라 비들렛은 매우 작은 식물성 캡슐안에 에센셜 오일이 함유되어 있어 에센셜 오일의 효능을 직접 느낄 수 있으며 한국인에게 부족한 비타민드를 함유하여 유해산소로부터 세포를 보호하는 강력한 항산화 기능을 가지고 있습니다.



에센셜 오일 비들렛 온가드맛

온가드와 비타민드의 상큼한 만남

31581409	
31,500원	17 PV

에센셜 오일 비들렛 페퍼민트맛

페퍼민트 에센셜 오일과 비타민드의 상쾌한 만남

31571409	
24,500원	11 PV

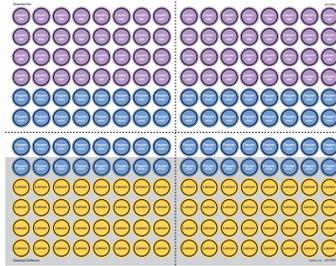
ACCESSORY 액세서리



우든박스

25개의 도테라 에센셜 오일을 담아 깔끔하게 보관할 수 있는 뉴질랜드산 미송으로 제작된 도테라 로고 우든박스입니다.

32120009	
19,000원	5 PV



3종 캡스티커

베스트 3종(레몬, 라벤더, 페퍼민트) 만 모아 구성한 캡스티커입니다.

43261309	
500원	



캡스티커

도테라 코리아의 모든 오일로 구성된 캡스티커입니다.

47030009	
500원	



아로마 디퓨저

동.서양의 현대과학에 근거하여 만들어진 아로마 디퓨저는 도테라 에센셜 오일의 확산을 극대화시켜 순식간에 공간을 아로마 향으로 가득 채워줍니다.

33141309	120 mL
75,000원	15 PV



패밀리 디퓨저

건조한 날씨, 향기로운 에센셜 오일의 아로마 향기를 즐길 수 있는 것은 물론 가슴의 효과도 함께 누릴 수 있습니다.

33271309	500 mL
120,000원	25 PV

PRODUCT GUIDE

ESSENTIAL SKIN CARE 에센셜 스킨 케어



인비고레이팅 스크럽

각질제거 시간을 인비고레이팅 스크럽과 함께 상쾌하고 향긋하게 만들어 보세요.

- 자몽, 페퍼민트 등의 에센셜 오일 함유
- 자극을 최소화하여 각질을 제거해 상쾌하고 에너지 넘치는 피부 지원
- 호호바와 십자화과 식물 추출물들이 피부를 진정시키고 부드럽게 함

37051309	75 mL
38,000원	19 PV



타이트닝 세럼

에센셜 오일이 함유된 세럼으로 피부를 탄력 있고 부드럽게 관리하세요.

- 프랑킨센스, 샌달우드, 미르 등 에센셜 오일 함유
- 수분감 있는 촉촉한 피부 지원
- 탄력있는 동안피부를 위해 피부 투명도 향상
- 피부장벽을 강화시켜 장·단기적인 탄력 효과

37041309	30 mL
108,000원	52 PV



페이셜 클렌저

페이셜 클렌저로 깨끗하고 상쾌한 세안과 세안 후에도 부드럽고 촉촉한 피부를 느껴보세요.

- 해수 추출물, 마카다미아 오일
- 멜라루가, 페퍼민트 등 에센셜 오일 함유
- 불순물을 부드럽고 깨끗하게 닦아냄
- 십자화과 식물 추출물이 피부 자극 및 피부 스트레스 완화

37011309	120 mL
35,000원	17 PV



에센셜 모이스처라이저

건조해지는 계절, 모이스처라이저로 더 촉촉하게 관리하세요.

- 포도씨추출물(보습, 컨디셔닝 효과), 올리브 오일(산화방지)
- 라벤더, 자스민, 제라늄, 프랑킨센스 에센셜 오일 함유
- 부드럽고 촉촉한 피부
- 살결을 매끄럽고 윤기있게 가꾸어 피부 탄력을 증진시킴

37031309	50 mL
75,000원	36 PV



포어 리듀싱 토너

피부 표면의 결을 정리하고 다음 단계 제품의 흡수를 돕는 포어 리듀싱 토너로 피부에 활기를 더하세요.

- 라벤더, 일랑일랑, 저먼 캐모마일 에센셜 오일 함유
- 피부 자극 및 스트레스를 완화하고 진정시켜 피부 건강 유지

37021309	120 mL
38,000원	18 PV



하이드레이팅 크림

하이드레이팅 크림은 부드럽고 빛나는 피부로 만들어 주는 것은 물론 충분한 보습을 피부 깊이 전달합니다.

- 보리추출물(2.4%), 코코아 씨 버터(1.0%) [라벤더, 프랑킨센스, 제라늄, 자스민오일 함유]
- 피부에 수분을 공급하여 균형을 맞춤
- 아침·저녁으로 사용 가능

37161309	50 mL
75,000원	36 PV



LOYALTY REWARDS PROGRAM

LRP 스킨 케어 시스템 에센셜 모이스처라이저

37061309	105 PV
170,000원	

*회원전용 상품입니다.



스킨 케어 시스템 에센셜 모이스처라이저

37071309	105 PV
243,000원	



LOYALTY REWARDS PROGRAM

LRP 스킨 케어 시스템 하이드레이팅 크림

37241309	105 PV
170,000원	

*회원전용 상품입니다.



스킨 케어 시스템 하이드레이팅 크림

37251309	105 PV
243,000원	

VERÁGE™ SKIN CARE 버라지



버라지 클렌저

건강하고 부드러운 피부 관리의 시작은 클렌저로부터 시작합니다. 자연에서 온 식물 추출물을 가득 담은 젤 타입의 클렌저가 깨끗한 세안을 도와주는 것은 물론 세안 후에도 오래도록 촉촉한 느낌을 전달합니다.

- 오렌지, 멜라루카, 바질 에센셜 오일 함유
- 피부 청정감 부여
- 다양한 식물 추출 성분 포함
- 無 인공 합성 계면활성제

37381309	60 mL
52,500원	28 PV



버라지 토너

피부 탄력, 피부 결을 가꾸는데 도움을 줄 수 있는 도테라의 CPTG® 에센셜 오일과 순수한 식물 추출물들이 함유되어 언제 어디서든 촉촉한 피부로 만들어 줍니다. 보습에 최적화된 버라지 토너가 피부 표면은 물론 피부 속 모마름까지 해결해드립니다.

- 일랑일랑, 팔마로사, 사이프레스, 코리앤더 CPTG 에센셜 오일 함유
- 피부에 보습감을 더해주는 식물 추출물 함유
- 미스트 타입으로 편리하고 위생적인 사용
- 최상의 피부 컨디션 유지

37391309	50 mL
45,500원	24 PV



버라지 살루벨 하이드레이팅 세럼

버라지 살루벨 하이드레이팅 세럼이 선사하는 놀라운 변화를 직접 경험하세요. 피부를 위한 최상의 성분들이 피부를 윤기있게 가꿔주며 피부 표면에 나타난 다양한 세월의 흔적을 완화하는데 도움을 줍니다.

- 도테라의 인기 오일 블렌드 중 하나인 살루벨 오일 블렌드 함유
- 피부 표면의 지질 성분과 유사한 식물 테크놀로지가 접목된 L22® 성분이 피부의 유수분 밸런스 유지

37401309	15 mL
138,000원	71 PV



버라지 모이스처라이저

버라지 모이스처라이저는 식물에서 추출한 도테라의 CPTG® 에센셜 오일과 자연에서 온 다양한 보습, 영양 성분들이 함유되어 있습니다. 산뜻하고 번들거림 없이 피부에 바로 스며드는 버라지 모이스처라이저가 피부 표면을 매끄럽게 가꿔주는 것은 물론 피부 속 까지 촉촉하게 가꿔줍니다.

- 주니퍼베리, 자스민, 씨벽툰베리, 제라늄 에센셜 오일이 함유
- 다양한 보습, 영양 성분들이 피부 표면에 나타난 다양한 고민들을 해결하는데 도움을 줌
- 피부활력 부여

37411309	30 mL
58,500원	31 PV



버라지 스킨케어 컬렉션

버라지 클렌저, 토너, 세럼, 모이스처라이저를 모두 만나 볼 수 있는 제품으로 함께 사용하면 시너지 효과를 통해 더 건강하고 아름다운 피부를 가꿀 수 있도록 도와드립니다.

42691309	77 PV
171,000원	

CORRECT-X



코렉트-X

간편한 연고 타입의 코렉트-X는 피부의 PH와 가장 흡사하여 영양성분이 피부 깊숙이 흡수되도록 도움을 줍니다.

- 카모마일 추출물인 비사볼을 성분 함유로 진정효과
- 예민한 피부, 문제성 피부, 발뽀꿈치, 팔꿈치, 큐티클 등에 사용
- 호호바 오일로 피부의 이상적인 피부 밸런스와 수분감
- 황백추출물 함유로 피부진정과 피부컨디션 회복에 효과적
- 프랑킨센스, 헬리크리섬, 멜라루카, 시더우드, 라벤더 에센셜오일 함유

60111309	15 mL
26,000원	11 PV

CLEAR SKIN



클리어스킨 포밍 페이스 워시

맑고 아름다운 피부를 만들기 위해 유·수분 밸런스를 잡아주도록 만들어진 제품으로, 부드러운 거품과 산뜻한 향이 클렌징 시 깔끔한 느낌을 전해줍니다.

- 로즈우드, 멜라루카, 유칼립투스, 제라늄, 레몬그라스 에센셜 오일 함유
- 멜라루카(티트리)성분이 피부 자극 및 스트레스를 완화
- 피부의 수분은 지키고 불필요한 노폐물만 깨끗하게 닦아냄
- 부드러운 거품으로 자극없이 세안 가능

37181309	50 mL
42,000원	17 PV

클리어스킨 세트

37191309	33 PV
79,000원	

PRODUCT GUIDE

SPA

이지어® 프라그란스 스틱

빠른 흡수력과 부드러운 발림성을 제공하는 제품으로 "에센셜 오일 블렌드"를 편리하게 사용할 수 있도록 제작되었으며, 끈적임 없이 부드럽게 펴 발려 피부와 코안을 시원하게 해주는 제품입니다.

- 시원하고 청량한 기분을 느낄 수 있습니다.
- 빠르고 간편하게 사용할 수 있습니다.



34291309	12.5 g
18,000원	6 PV



무드 매니지먼트 키트

무향의 핸드 & 바디로션에 밸런스, 엘리베이션, 세레니티, 시트러스블리스 오일이 함께 구성되어 향기로운 아로마 효과와 더불어 건강한 피부관리를 도와주는 제품입니다.

20501309	
330,000원	115 PV

핸드 & 바디로션

도테라 핸드 & 바디로션은 무향으로, 여러분이 가장 좋아하는 에센셜 오일을 1~2방울 섞어 나만의 로션을 만들어 사용할 수 있습니다.

- 가볍고 산뜻한 질감의 무향 로션
- 피부보호
- 십자화과 식물 추출물 사용, 보습력이 뛰어나

36101309	200 mL
45,000원	16 PV

립밤

산뜻함을 주는 페퍼민트 에센셜 오일과 상큼한 오렌지 에센셜 오일의 향으로 촉촉하고 건강한 입술을 만들어 보세요.

- 시어버터 나무열매와 망고 씨 버터 등 자연으로부터 유래된 보습성분이 첨가
- 끈적임 없는 사용감

36191309	4.3 g
12,500원	4.5 PV



SALON ESSENTIALS HAIR CARE 살롱 에센셜 헤어 케어

살롱 에센셜 프로텍팅 샴푸

도테라 살롱 에센셜 프로텍팅 샴푸에 들어있는 에센셜 오일의 세정력, 자연친화적인 식물 추출물의 산뜻함을 느껴보세요.

- 오렌지, 라임과 같은 식물 추출물에서 얻은 부드러운 거품과 깨끗한 세정력
- 모발과 두피의 불순물을 제거하여 청결하고 건강하게 유지
- 모발에 가볍고 촉촉한 수분감을 주어 전문헤어샵에서 관리받은 듯한 부드러움을 줌
- Color Safe 기능으로 염색을 오래도록 유지

36221309	250 mL
42,000원	20 PV

살롱 에센셜 스무딩 컨디셔너

살롱 에센셜 스무딩 컨디셔너로 모발을 한층 부드럽고 정돈된 느낌으로 관리하세요.

- 식물 추출물 함유
- 모발과 두피 관리에 도움을 줄 수 있는 CPTG 에센셜 오일 첨가
- 모발을 윤기있게 하고 정전기를 방지 함

36231309	250 mL
50,000원	24 PV

살롱 에센셜 헬시 홀드 글라이즈

살롱 에센셜 헬시 홀드 글라이즈와 함께 윤기있는 모발로 스타일링 하세요.

- 건강하고 윤기있는 헤어스타일을 위해 모발을 보호, 강화하고 영양분을 공급하여 머리결을 더 촉촉하고 부드럽게 해줌
- 끈적임 없이 산뜻한 제형

36271309	120 mL
38,000원	16 PV

살롱 에센셜 루트 투 팁 세럼

두피에 건강한 환경을 제공하고 매끄러운 건강한 모발로 만들어주는 세럼입니다.

- 라벤더, 페퍼민트, 마조람, 라반딘, 로즈마리, 니아올리 등 에센셜 오일 함유
- 두피와 모발을 보호하고 수분을 공급해 줌

36211309	30 mL
77,000원	37 PV

살롱 에센셜 헤어케어 키트

프로텍팅 샴푸, 스무딩 컨디셔너, 헬시 홀드 글라이즈, 루트 투 팁 세럼이 모두 포함된 제품입니다. 날개로 구매할 때보다 키트로 구매하시면 가격 할인의 혜택을 보실 수 있습니다.

36281309	
162,000원	70 PV



LRP 살롱 에센셜 스무딩 컨디셔너

로얄티 리워드 프로그램을 통해 LRP 살롱 에센셜 스무딩 컨디셔너 2개를 구입하시면 약 40% 저렴한 가격으로 구매 가능합니다.

36251309	250 mLx2EA
42,000원	23 PV

*회원전용 상품입니다.



LRP 살롱 에센셜 프로텍팅 샴푸

로얄티 리워드 프로그램을 통해 LRP 살롱 에센셜 프로텍팅 샴푸 2개를 구입하시면 약 40% 저렴한 가격으로 구매 가능합니다.

36241309	250 mLx2EA
37,000원	20 PV

*회원전용 상품입니다.



ON GUARD® PRODUCTS 온가드

포밍 핸드워시

감염의 대부분은 지저분한 손으로부터 시작됩니다. 깨끗한 손씻기, 매일매일 건강한 생활의 시작을 온가드 포밍 핸드워시와 함께하세요.

- 별도의 희석 없이 거품용기에 바로 덜어 사용
- 보습 성분 추가
- 온가드 오일 블렌드 함유

38011309	473 mL
38,500원	12.5 PV

포밍 핸드워시 패키지

38021309	473 mLx2EA
70,000원	22 PV

포밍 핸드워시 & 디스펜서

38071309	473 mL+거품용기x2
48,000원	12.5 PV



다목적 세정제

다목적 세정제의 완벽한 세정력으로 눈에 보이지 않는 세균까지 깨끗하게 안심 케어 하세요.

- 온가드의 깔끔하고 상쾌한 향
- 온가드 오일 5ml 함유
- 식물을 원료로 하는 성분들과 온가드 블렌드 오일 함유
- 스프레이 용기에 희석하여 사용 권장

* 변색, 변질의 위험이 있는 원목, 원석 및 가죽의 직접적인 사용은 피해주시고, 사용 전 보이지 않는 면에 소량의 패치테스트를 권장합니다.

38141309	335 mL
33,000원	9 PV



세탁세제

온가드 세탁세제는 6배에 달하는 고농축 제품으로 적은양으로도 깨끗한 세탁이 가능한 경제적인 제품입니다.

- 자연 유래 효소 성분 함유
- 드럼 세탁기 사용 시 한 병으로 64번의 세탁이 가능
- 온가드 오일 15ml 함유

38981309	947 mL
52,000원	14 PV



칫솔

향균 금나노 처리된 이중 칫솔모 시스템으로 깨끗하게 닦아주며 부드러운 칫솔모가 약한 잇몸에도 부담 없이 사용할 수 있게 도와줍니다.

- 이중 칫솔모 시스템이란? 잇몸과 치아의 미세한 틈새에 끼어있는 플라그를 닦아주는 시스템입니다.

50721309	4 EA
12,000원	2 PV

내추럴 프리미엄 치약

불소와 계면활성제가 들어가 있지 않은 안전한 치약으로서 건강한 구강 관리를 도와주는 것은 물론 온가드 오일의 향이 양치 후 입안 가득 개운함을 전해드립니다.

- 플라그 감소 잇몸 질환 예방에 도움
- 시나몬 민트향의 자일리톨 성분이 구강 내를 깨끗하고 상쾌하게 만들어 줌
- 온가드 블렌드 오일 함유

38911309	125 g
11,000원	3 PV

내추럴 프리미엄 치약 & 칫솔 선물세트

20471409	
47,000원	10 PV



목캔디

목 안을 개운하고 상쾌하게

온가드 목캔디가 매일매일 상쾌함을 약속합니다.

- 목을 많이 사용하거나 입이 텅텅하고 갈갈할 때, 기분 전환에 도움
- 사탕수수주스와 현미시럽이 포함
- 온가드 블렌드 오일 함유

34051409	120 g
32,500원	11 PV



온가드 종합키트

20201309	
120,000원	50 PV

* 회원전용 상품입니다.

PRODUCT GUIDE

SUPPLEMENT 건강기능식품



디앤피 키트

활기찬 하루를 보낼 수 있도록 도와주는 도테라의 멀티 비타민과 에센셜 오메가 3가 함께 구성되어 있는 제품입니다. 활기찬 하루 건강한 삶을 도테라와 함께 시작하세요.

20651409 | 120 캡슐
130,000원 | 50 PV



젠제스트 타블렛

도테라에서 가장 인기 있는 오일 중 하나인 다이제스트젠 에센셜 오일 블렌드와 칼슘이 최적의 비율로 구성된 제품입니다. 간편하게 츄어블정으로 씹어 먹을 수 있는 타입입니다.

- 다이제스트젠 에센셜 오일 블렌드와 탄산칼슘 성분이 조화로운 비율로 구성되어 있습니다.
- 츄어블 타입으로 간편하게 섭취할 수 있습니다.

34381409 | 100 정
30,000원 | 11 PV

마이크로플렉스 MVP

도테라 마이크로플렉스 엠비이피는 하루 중 부족해 질 수 있는 비타민과 무기질을 공급하여 현대인의 영양 불균형에 도움을 줍니다.

- 한국인의 식단에서 쉽게 부족할 수 있는 13종의 비타민과 9종의 무기질 모두 함유한 제품입니다.
- 8종의 천연 식물 유래성분이 부원료로 포함되어 식물 영양소를 전달합니다.
- 식물성 캡슐을 사용하여 더 건강하게 섭취할 수 있습니다.
- 無 인공 감미료, 無 인공향으로 건강한 멀티비타민 제품입니다.
- 1회 2정, 하루 두번으로 간편하게 충분한 일일 비타민 섭취량을 공급합니다.
- 도테라 건강기능식품 연구진들의 특별한 노하우를 모두 담았습니다.

34321409 | 120 캡슐
72,000원 | 40 PV

에센셜 오메가

EPA/DHA는 생선의 기름에 많이 함유되어 있는 오메가 3 지방산의 일종으로 인체의 뇌, 신경조직에 많이 분포되어 있고 부족할 경우 각 조직의 기능에 영향을 미칠 수 있습니다. 현대인에게 꼭 필요한 불포화 지방산인 오메가 3 지방산을 도테라에서 만나보세요.

- 하루 600mg의 EPA/DHA를 공급받을 수 있습니다.
- 오메가 3 지방산은 도테라의 CPTG 에센셜 오일 9종이 포함되어 더 건강한 삶을 지원합니다.
- 중금속으로부터 비교적 안전한 소형어류와 미세조류에서 오메가 3를 추출합니다.
- 유해 산소로부터 세포를 보호하는 항산화 비타민 E와 한국인에게 부족할 수 있는 비타민 D가 함께 포함되어 있습니다.
- 천연 식물성 캡슐 사용으로 소화에도 좋습니다.
- 레몬 에센셜 오일 코팅으로 생선의 비릿한 맛을 최대한 잡았습니다.
- 1회 2정, 하루 두번으로 간편하게 충분한 일일 비타민 섭취량을 공급합니다.

34311409 | 120 캡슐
115,000원 | 60 PV

PROTERRA SHAKE 프로테라 셰이크



프로테라 셰이크

체중조절을 조제식품인 도테라의 프로테라 셰이크는 분리 대두 단백질, 유청 단백질의 두가지 공급원을 통해 풍부한 단백질을 공급합니다. 18g의 단백질과 비타민 D, 혼합 곡물 추출물이 더해져 바쁜 현대인의 든든한 한끼 식사는 물론 합성 감미료, 합성 착향료, 합성 색소, 합성 보존제를 모두 배제한 건강한 제품입니다.

35341409 | 637.5 g
165,000원 | 85 PV



120,000원
할인 혜택

프로테라 셰이크 키트

프로테라 셰이크 2통

21151409 | 637.5 g x 2EA
110,000원 | 55 PV

*회원전용 상품입니다.



265,000원
할인 혜택

프로테라 셰이크 패밀리 키트

프로테라 셰이크 4통

21171409 | 637.5 g x 4EA
195,000원 | 100 PV

*회원전용 상품입니다.

IPC ENROLLMENT KIT IPC 등록 키트 (회원전용 상품입니다.)

IPC등록키트로 제품을 구매하시면 날개로 구매하실 때보다 더 저렴한 가격에 제품을 구매하실 수 있습니다.



IPC 등록 패킷
INTRODUCTORY ENROLLMENT PACKET

320113019
10,000원



오일 셰어링 키트
OIL SHARING KIT

20581309
1,400,000원 | 1,000 PV

save
263,500원



1800PV 종합모음키트
1800PV COMPLETE COLLECTION KIT

21221309
2,500,000원 | 1,800 PV

save
550,000원



1500PV 종합모음키트
1500PV COMPLETE COLLECTION KIT

20761309
2,000,000원 | 1,500 PV

save
344,000원



종합모음키트
COMPLETE COLLECTION KIT

20861309
1,400,000원 | 1,000 PV

save
264,500원



스타트 페이스 키트1 (에센셜 모이스처라이저)
START FACIAL KIT1 ESSENTIAL MOISTURIZER

49211309
690,000원 | 500 PV

save
116,500원



스타트 페이스 키트2 (하이드레이팅 크림)
START FACIAL KIT2 HYDRATING CREAM

49221309
690,000원 | 500 PV

save
116,500원



스타트 에센셜 키트
START ESSENTIAL KIT

49201309
300,000원 | 200 PV

save
49,000원



스타트 뷰티 키트
START BEAUTY KIT

21361309
340,000원 | 200 PV

save
57,000원



스타트 헬시 키트
START HEALTHY KIT

21351309
390,000원 | 200 PV

save
183,000원



ZenGest™ Tablet

다이제스트젠® 에센셜 오일 블렌드 + 탄산칼슘



젠제스트™ 타블렛 ZenGest™ Tablet

다이제스트젠® 에센셜 오일 블렌드 + 탄산칼슘

도테라에서 가장 인기 있는 오일 중 하나인 다이제스트젠 에센셜 오일 블렌드와 칼슘이 최적의 비율로 구성된 제품입니다. 츄어블 타입으로 가볍게 섭취할 수 있습니다.

34381409	100정
30,000원	11 PV

dōTERRA®
v1 made in KOREA

CPTG
47351309