

# Roman Chamomile (Romiešu Kumelīte)

*Anthemis nobilis* 5 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PRODUKTA INFORMĀCIJAS LAPA



CPTG™

## GALVENIE IEGUVUMI

- Nomierinoši iedarbojas uz ādu un ķermeni.
- Bieži lieto sejas krēmos, jo tā palīdz iegūt jauneklīga izskata ādu.
- Palīdz iegūt veselīga izskata matus un piešķir tiem svaigu ziedu smaržu.
- Rada saldu, augam raksturīgu aromātu.



## PRODUKTA APRAKSTS

Romiešu kumelītes aug cieši pie zemes, sasniedzot tikai 30 cm garumu. Tām ir pelēkzaļas lapas, ziedi, kas atgādina margrietiņas, un āboliem līdzīga smarža. Augs ir iesaukts par "augu ārstu", jo tas pozitīvi ietekmē blakus augošos augus. Romiešu kumelīšu eļļu senie romieši lietoja drosmei kara laikā. Lai gan visbiežāk romiešu kumelītes lieto tējai, to izmanto arī sejas krēmos, matu krāsās, šampūnos un smaržās.

## IZMANTOŠANA

- Iekļaujiet eļļu Roman Chamomile (Romiešu kumelīte) savā vakara rituālā, pirms gulētiešanas uzklājot 1-2 pilienus uz pēdām.
- Pievienojiet 1-2 pilienus savam šampūnam vai kondicionierim nomierinošai iedarbībai.
- Sajauciet ar citām ziedu ēteriskajām eļļām, piemēram, Lavender (Lavanda), Ylang Ylang (Ilang ilang) un Patchouli (Pačūlija).
- Pievienojiet ikdienā lietotajam mitrinātājam, lai baudītu nomierinošo iedarbību uz ādu.

## PAPILDINIET IKDIENU

Ēteriskās eļļas Roman Chamomile (Romiešu kumelīte) nomierinošās īpašības ir noderīgas arī tad, kad vēlaties mīkstināt savu ādu vai savaldīt savus matus. Pievienojiet vienu vai divus pilienus eļļas ikdienā lietotajam mitrinātājam, lai Roman Chamomile (Romiešu kumelīte) iekļautu savā ikdienas ādas kopšanas režīmā. Ja vēlaties lietot Roman Chamomile (Romiešu kumelīte) matiem, variet pievienot dažus pilienus savam šampūnam vai kondicionierim. Tas ne tikai palīdzēs iegūt veselīga izskata matus, bet arī ietīs jūsu cirtas svaigu ziedu smaržas mākonī.

## LIETOŠANAS NORĀDĪJUMI

**Ārīgi:** Masāžai sajaukt 5 pilienus ar 10 ml bāzes eļļas. Vannai sajauciet 5 pilienus ar 5 ml bāzes eļļas. Smaržām sajauciet 1 pilienus ar 10 lāsēm bāzes eļļas. Tikai ārējai lietošanai.

## PIESARDZĪBAS PASĀKUMI

Var radīt ādas jutīgumu. Sargāt no bērniem. Ja esat stāvoklī vai ārstējaties, konsultējieties ar savu ārstu. Nepieļaujiet saskari ar acīm, ausu iekšpusi un jutīgām zonām.