

# Siberian Fir

*Abies sibirica* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PRODUKTINFORMASJONSSIDE



**Plantedel:** nål/kvist

**Utvinningsmetode:** dampdestillering

**Aromatisk beskrivelse:** grønn, treaktig, frisk

**Kjemiske hovedkomponenter:** bornyl-acetat

## HOVEDFORDELER

- Hjelper med å balansere følelser
- Fremmer følelsen av at det blir enklere å puste

### Siberian Fir

*Abies sibirica* 15 ml

Artikkelnummer: 60203653

## PRODUKT BESKRIVELSE

Sibiredelgran er høye, lyse bartrær som opprinnelig kommer fra Russland og Canada. Siberian Fir eterisk olje har en forfriskende, treaktig duft som er kjent for sine beroligende og avslappende egenskaper. Siberian Fir har en unik kjemisk sammensetning som er hovedsaklig bornylacetat, som gir hoveddelen av de avslappende fordelene ved denne eteriske oljen. Sibiredelgran kan være veldig beroligende for huden, og gjør den til en ideell eterisk olje for å tilføre en behagelig massasje. Siberian Fir kan fremme følelser av at det blir enklere å puste samtidig som den roer ned følelser og har en jordnær effekt.

## BRUKSOMRÅDER

- Påføres muskler og ledd, eller bruk med Fractionated Coconut Oil for en massasje etter anstrengende aktivitet.
- Ha en dråpe eller to i fuktighetskremen din og påfør bak på nakken eller under føttene.
- Påføres på huden for å hjelpe med å lindre mindre hudirritasjoner.

## BRUKSANVISNING

**Aromatisk:** Bruk tre til fire dråper i din foretrukne duftspreader.

**Innvortes:** Tynn ut én dråpe i 125 ml væske.

**Utvortes:** For massasje, bland 5 dråper med 10 ml baseolje. For bad, bland 5 dråper med 5 ml baseolje. For parfyme, bland 1 dråpe med 10 dråper baseolje.

## FORHOLDSREGLER

Mulig hudsensitivitet. Hold utenfor barns rekkevidde. Snakk med legen din hvis du er gravid, ammende, eller under legehjelp. Unngå kontakt med øyne, det indre øret, og sensitive områder.

