

Spikenard (Nard)

Nardostachys jatamansi 5 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PAGINA CU INFORMAȚII DESPRE
PRODUS



BENEFICII PRIMARE

- Uleiul de Nard are o aromă care binedispune și induce o senzație de calm și relaxare.
- Purifică pielea și ajută la obținerea unui străluciri sănătoase când este aplicat local.
- Se combină bine cu tămâie, ienupăr, mir sau vetiver.
- Având un parfum lemnos și condimentat unic, nardul este utilizat frecvent în industria parfumurilor.

DESCRIEREA PRODUSULUI

O plantă cu flori din familia valerianei, Nardul crește la altitudini mari în regiunile subalpine și alpine ale munților Himalaya. Unul dintre cele mai importante beneficii ale uleiului esențial de nard este capacitatea sa de a induce o senzație de calm și relaxare, motiv pentru care este foarte apreciat în aromaterapie și meditație. Nard este utilizat de mai multe secole, tradițional pentru ungerea oamenilor de onoare și în practicile ayurvedice pentru sănătate din India. Astăzi, uleiul este utilizat la parfumuri și uleiuri pentru masaj de relaxare, datorită fragranței sale lemnoase, moscate. De asemenea, nardul este cunoscut pentru proprietățile sale de curățare și menținere a aspectului sănătos al tenului.

UTILIZĂRI

- Aplică-l pe unghiile de la picioare, pentru a avea unghii curate și sănătoase.
- Adaugă Nard la o baie caldă de picioare, pentru a favoriza relaxarea.
- Combină o picătură de Nard cu crema hidratantă, pentru un efect de netezire și catifelare a pielii.
- Adaugă una-două picături la loțiunea de curățare a feței sau produsul anti-îmbătrânire preferat, pentru un ten luminos și sănătos.
- Creează un parfum personalizat combinând nard cu unul sau mai multe uleiuri ca cele de cuișoare, chiparos, tămâie, mușcată, ienupăr, levănțică, mir, portocală sălbatică, trandafir sau vetiver.
- Aplică una-două picături în spatele gâtului sau pe tâmpile pentru a induce o senzație de calm și relaxare.

INDICAȚII DE UTILIZARE

Pentru masaj, amestecă 5 picături cu 10 ml de ulei căraș. Pentru baie, amestecă 5 picături cu 5 ml de ulei căraș. Pentru utilizarea ca parfum, amestecă 1 picătură cu 10 picături de ulei căraș.

PRECAUȚII

Posibilă sensibilitate cutanată. A nu se lăsa la îndemâna copiilor. Solicită sfatul medicului dacă ești gravidă sau sub tratament. A se evita contactul cu ochii, interiorul urechilor și zonele sensibile.

