



Применение: **A T I N**

Часть растения: Семена

Метод экстракции: Паровая дистилляция

Описание аромата: Пряный, фруктовый, теплый, с бальзамическими нотами

Основные природные компоненты: Терпинилацетат, 1, 8-цинеол, линалилацетат, сабинен, линалоол

Кардамон (Cardamom) | Elettaria cardamomum, 5 мл

## ОСНОВНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА

- + Способствует здоровому пищеварению при приеме внутрь
- + Поддерживает сердечно-сосудистую, метаболическую и иммунную функции
- + Обладает согревающим и расслабляющим ароматом

## ОПИСАНИЕ ПРОДУКТА

Кардамон, близкий родственник имбиря, известен как дорогостоящая кулинарная пряность, полезная для органов пищеварения. Кардамон широко употребляется внутрь для облегчения периодического дискомфорта в желудке.\* Его характерный запах способен поднять настроение. При внутреннем употреблении кардамон также оказывает значительное влияние на дыхательную систему благодаря высокому содержанию 1,8-цинеола, который облегчает дыхание и поддерживает дыхательную систему.\* На его родине, в странах Юго-Восточной Азии, кардамон добавляют в традиционные индийские сладости и чаи из-за его свежего, мятного аромата и вкуса. Эфирное масло кардамона dōTERRA получают из семян кардамона, выращенного в Гватемале, согласно стандарту CPTG. Благодаря нашей программе ответственного снабжения мы можем оказывать большое влияние на жизнь местных партнеров, прилагая все усилия для того, чтобы улучшать экономическое положение фермерских хозяйств.

## ПРИМЕНЕНИЕ

- + Для поддержания здоровья пищеварительной системы принимайте внутрь в рамках ежедневного здорового питания.
- + Для усиления вкусовых качеств блюд и поддержания пищеварения добавляйте в хлеб, смузи, мясные блюда и салаты.
- + Для ясности сознания, распыляйте или вдыхайте масло.

## СПОСОБЫ ПРИМЕНЕНИЯ

**Распыление:** Добавьте три-четыре капли масла в ваш любимый диффузор.

**Внутреннее применение:** Добавьте одну каплю эфирного масла в пищу или жидкость, при приготовлении напитков, блюд и домашней выпечки.

**Местное применение:** Нанесите одну или две капли масла на выбранный участок кожи легкими массирующими движениями до полного впитывания. Разбавьте базовым маслом для снижения риска раздражения кожи. См. дополнительные меры предосторожности ниже.

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Хранить в недоступном для детей месте. Перед применением беременным женщинам и лицам, находящимся под наблюдением врача, следует проконсультироваться со специалистом. Избегать попадания в глаза, внутрь уха и на чувствительные участки тела. В случае чувствительности к какому-либо компоненту необходимо проконсультироваться с врачом.