

Black Spruce

Picea mariana 5 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PRODUKTINFORMATION



Växtedel: grenar/barr

Utvinningsmetod: ångdestillering

Aromatisk beskrivning: balsamisk, grön, fruktig, träaktig

Kemisk huvudkomponent: bornylacetat, a-pinen, kamfen, δ-3-karen

HUVUDSAKLIG ANVÄNDNING

- Lugnande lindring för huden
- Stimulerar känslor av avslappning och lugn
- Lindrar mindre hudirritationer

PRODUKTBESKRIVNING

Black Spruce är en kraftfull, träig essentiell olja. Historiskt har den använts av ursprungsbefolkningen i Nordamerika för att främja en hälsosam hud samt som en del av deras praktiker för andligt helande och rening. Den essentiella Black Spruce-oljan destilleras av barren och grenarna från *Picea mariana* och oljan har en hög halt av bornylacetat, en kemisk komponent som främjar lugn och avkoppling. Börja dagen med de lugnande fördelarna hos Black Spruce, både utvärtes och som doft. Efter ett intensivt träningspass kan du massera in Black Spruce i huden med en bärarolja för en lugnande och lindrande massage. Du kan applicera oljan på nacken under dagen för att främja känslor av harmoni och balans.

ANVÄNDNINGSMRÅDEN

- Efter krävande ansträngningar kombinerar du 1 till 2 droppar Black Spruce med Fractionated Coconut Oil och masserar in i huden för lindrande komfort.
- Applicera utvärtes på huden för att lindra mindre hudirritationer.
- Prova i din fuktighetskräm för att minska uppkomsten av blemmor och främja frisk hy.

ANVÄNDNING

Ta 5 droppar tillsammans med 10 ml bärarolja och massera in. Ta 5 droppar tillsammans med 5 ml bärarolja i badet. Ta 1 droppe tillsammans med 10 droppar bärarolja som en parfym.

FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER

Var uppmärksam på eventuell hudirritation. Förvaras utom räckhåll för barn. Om du är gravid, ammar, eller står under läkarvård, rådgör med din vårdkontakt. Undvik kontakt med ögon, inre delar av öron och andra känsliga områden.

