

# Lemongrass (Citrónová tráva)

*Cymbopogon flexuosus* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

INFORMAČNÝ HÁROK O PRODUKTE



**Časť rastliny:** list

**Spôsob získavania:** parná destilácia

**Popis arómy:** citrusová, bylinná, dymová

**Hlavné chemické látky:** geraniol, neral, geraniol

## HLAVNÉ ÚČINKY

- Povznášajúce a energizujúce vlastnosti, ktoré podporujú pozitívnu náladu vďaka dymovej, citrusovej vôni.
- Môže sa použiť na pridanie oživujúcej príchuti do nespočetných receptov od slaných jedál až po sladké dezerty.
- Okamžite rozpoznateľná vôňa pri použití alebo rozptýlení v difúzeri, ideálna na osvieženie kuchyne či kúpeľne.
- Citrónová tráva má jedinečné vlastnosti, ktoré pomáhajú prečisťovať a tonizovať pokožku.
- Citrónovú trávu si od nepamäti ctíli v ázijských a karibských kultúrach, keďže zvyšuje uvedomelosť a podporuje pozitívny prístup.

## Lemongrass (Citrónová tráva)

*Cymbopogon flexuosus* 15 ml

Kód produktu: 60203815



## POPIS PRODUKTU

Z citrónovej trávy sa produkuje dymový citrusový esenciálny olej, ktorý používateľovi ponúka celú škálu účinkov. Citrónová tráva sa už roky používa v ázijskej kuchyni do polievok, čajov a karií, ako aj k rybám, hydine, hovädziemu mäsu a plodom mora. Citrónová tráva tiež pôsobí prečisťujúco a tonizujúco a často sa pre tieto účinky používa v prípravkoch starostlivosti o pleť. Citrónová tráva má prenikavú bylinnú arómu, ktorá môže zvýšiť uvedomelosť a podporiť pozitívny postoj.

## POUŽITIE

- Použite v ázijskej kuchyni, polievkach, čajoch a karií.
- Výborne sa dá kombinovať s olejmi z bazalky, kardamónu a mäty klasnatej.
- Zmiešajte s čajovníkom a naneste na nechty na nohách, aby boli čisté a zdravé.
- Zriedte s frakcionovaným kokosovým olejom a nanášajte po cvičení na navodenie osviežujúceho pocitu.
- Zmiešajte s frakcionovaným kokosovým olejom a naneste na svaly a kĺby pri upokojujúcej masáži.

## NÁVOD NA POUŽITIE

**Vdychovaním:** Použite tri až štyri kvapky vo vami zvolenom difúzere.

**Vnútorne:** Zriedte jednu kvapku v 125 ml tekutiny.

**Na pokožku:** Naneste jednu až dve kvapky na želané miesto. Rozriedte frakcionovaným kokosovým olejom dōTERRA, aby ste minimalizovali citlivosť pleti.

## UPOZORNENIE

Používajte len zriedené. Nepoužívajte viac ako jednu kvapku denne. Uchovávajte mimo dosahu detí. Ak ste tehotná alebo pod lekárske dohľadom, konzultujte používanie s vaším lekárom. Vyhnite sa kontaktu s očami, vnútornou časťou uší, tvárou, citlivými časťami tela a sliznicou. V prípade kontaktu s pokožkou dostatočne zriedte so základovým olejom.