

Příloha č.1: *Přehled esenciálních olejů a jejich využití*
(Grosjean 2003, Dyeová 1995, Davis 2005)

Petitgrain
(Citrus Aurantium)



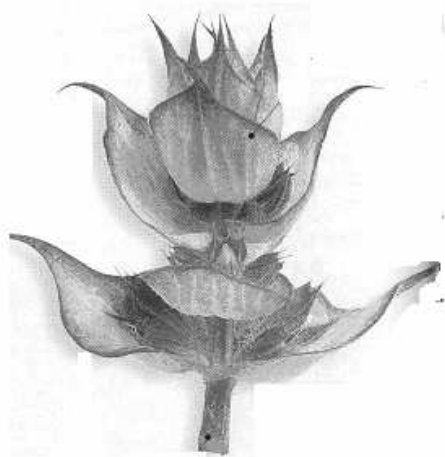
původ: Čína, severovýchodní Indie

*výroba: lisováním malých neloupaných
plodů*

*účinky: chladivý, uklidňující,
antidepresivní, podporuje
trávení, pomáhá proti křečím,
mírné antiseptické účinky*

*způsoby aplikace: masáž, koupel,
inhalace*

Šalvěj luční
(Salvia sclarea)



původ: Čína, severovýchodní Indie

*výroba: lisováním malých neloupaných
plodů*

*účinky: chladivý, uklidňující,
antidepresivní, podporuje
trávení, pomáhá proti křečím,
mírné antiseptické účinky*

*způsoby aplikace: masáž, koupel,
inhalace*

Levandule

(*Lavandula Angustifolia*)



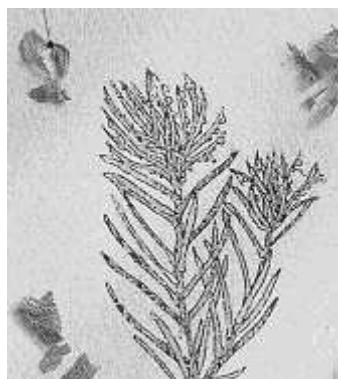
výroba: lisováním fialových květů

účinky: chladivý, uklidňující olej, který působí jako antidepresivum, olej má antiseptické a antirevmatické účinky, podporuje hojení popálení, působí proti křečím a uvolňuje nosní dutiny

způsoby aplikace: masáž, koupel, inhalace, obklady, kloktání

Čajovník

(*Melaleuca Alternifolia*)



původ: Austrálie

výroba: z listů a větviček čajovníkového keře

účinky: dezinfekční, protiplísňové, antibakteriální, antivirové, zmírňuje záněty, usnadňuje vykašlávání, stimuluje imunitní systém, urychluje zajištění ran uvolňuje nosní dutiny

způsoby aplikace: masáž, koupel, inhalace, obklady,

Rozmarýn

(Rosmarinus Officinalis)



původ: Středomoří – Francie, Španělsko

výroba: z listů a větviček keře

*účinky: močopudné, čistící účinky,
antidepresivní, antiseptické,
zmírňuje křeče, reguluje trávení,
snižuje svalové napětí,
doporučuje se při nízkém tlaku,
bolestech hlavy a akné*

*způsoby aplikace: masáž, koupel,
inhalace, obklady*

Pelargonie

(Pelargonium Graveolens)



původ: Evropa

*výroba: lisováním z čerstvých listů nebo
květů*

*účinky: uklidňující vliv na nervový
systém, antidepresivní účinky,
působí protizánětlivě,
antiseptické vlastnosti, působí
močopudně, stimuluje
lymfatický systém*

*způsoby aplikace: masáž, koupel,
inhalace, obklady,
kloktání*

Máta peprná

(Mentha Piperita)



původ: USA

výroba: lisováním z čerstvých listů

účinky: stimulující účinky, snižuje napětí a křeče, působí jako antiseptikum

léčba: horečnatá onemocnění, problémy trávicího traktu, plynatost

způsoby aplikace: masáž, koupel, inhalace, obklady, kloktání

Heřmánek římský (*Chamaemelum Nobile*)



původ: Evropa, USA

výroba: destilací z květních úborů

účinky: uklidňující, vyvolává spánek, protizánětlivé, antibakteriální, antidepressivní, zmírňuje bolest, vyvolává menstruační cyklus

léčba: kolikové stavy, stres, nespavost, trávicí poruchy, žaludeční nevolnost, menstruační bolesti, popáleniny, ekzémy, omrzliny, bodnutí hmyzem, zánět očních spojivek



způsoby aplikace: masáž, koupel, inhalace, obklady,

Ylang- ylang (*Cananga Odorata* Var. *Gemulia*)

původ: Madagaskar

výroba: lisováním čerstvých květů

*účinky: sedativní, antidepressivní,
euforické, afrodisiakální,
snižuje krevní tlak,*

*léčba: kožní problémy, akné,
deprese, napětí, úzkost,
snižuje krevní tlak,*

způsoby aplikace: masáž, inhalace

Santalové dřevo

(Santalum album)



původ: Indie

*výroba: destilací z vnitřní dřevě
kmene*

*účinky: uklidňující, antidepressivní,
afrodisiakální, snižuje
nervové napětí*

*léčba: dýchací obtíže, záněty
průdušek, suchý kašel,
problémy močového
ústrojí, akné, deprese*

*způsoby aplikace: masáž, inhalace,
kloktání,
koupele, obklady*

Růže



(Rosa Damascena)

*výroba: lisováním čerstvých okvětních
pláteků*

*účinky: antidepressivní, antiseptické,
upravuje menstruační cyklus,
zastavuje krvácení, zmírňuje
křeče, urychluje zjizvení ran*

*léčba: zácpa, žaludeční nevolnost,
peptické vředy, poporodní*



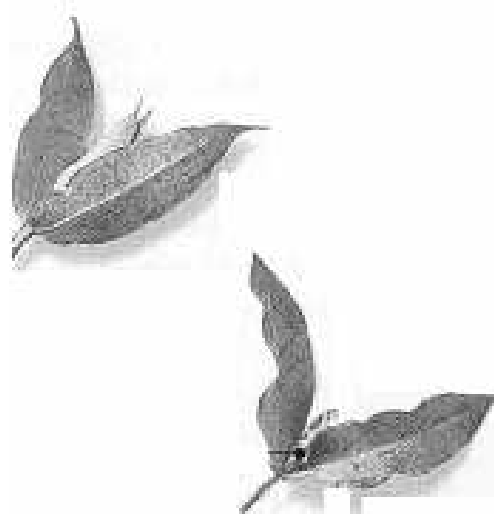
*deprese, zánět
očních spojivek,
nepravidelná
menstruace, bolest
hlavy*

způsoby aplikace: masáž, inhalace,

obklady

Eukalyptus

(Eucalyptus Globulus)



původ: Austrálie

výroba: destilací z listů

*účinky: uvolňující, antiseptické,
antisekcidní, stimuluje
imunitní systém, snižuje
horečku, urychluje hojení
ran*

*léčba: kašel, infekce dýchacích
cest, zánět nosních dutin,
svalové napětí, kožní
infekce, opary, neštovice,
onemocnění močového
ústrojí, popáleniny*

způsoby aplikace: masáž, inhalace, kloktání, koupele, obklady

Pačuli

(Pogostemon Cablin)



*výroba: destilací ze sušených
nafermentovaných listů*

*účinky: protizánětlivé, antiseptické,
stahující, sráží horečku,*

působí močopudně

*léčba: deprese, úzkostné stavy,
nervové vyčerpání, stres,
kožní plísňe, celulitida*

*Způsob aplikace: koupel, masáž,
Inhalace, obklad*

Olibanum - kadidlo *(Boswellia Carteri)*



původ: Afrika, arabské země

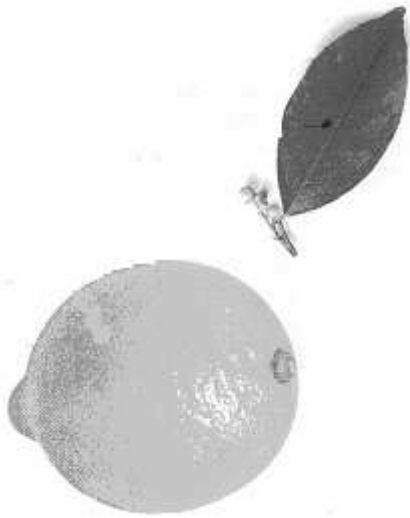
výroba: z pryskyřice stromu

*účinky: zpomaluje dýchání,
antiseptické, protizánětlivé,
stimuluje imunitní systém,
podporuje hojení ran,
posiluje nervový systém*

*léčba: dýchací problémy,
chronická bronchitida,
jizvy, vrásky, zánět
močového měchýře,
hemeroidy, bolestivá
menstruace*

způsob aplikace: koupele, masáže, inhalace, obklady

Citron
(*Citrus Limon*)



výroba: *lisováním z vnější kůry*

*účinky: posiluje krevní oběh,
antiseptické, mčopudné,
snižuje krevní tlak,
zmírňuje bolest při
revmatismu, snižuje
horečku*

*léčba: krvácení z nosu, bradavice,
kuří oka, zanícené dásně,
záněty kloubů, revmatismus,
žilní mětsky, deprese*

*způsob aplikace: koupele, inhalace, obklady,
masáže*

Příloha č. 3: Přehled účinků esenciálních olejů
(<http://www.salus.cz>)

	Sires, úzkost	Nespavost, uklidnění	Bolest hlavy, migréna	Bakteriální angíny	Nachlazení, viroza, rýma	Bronchitida, astma	Menstruace	Hemoroidy	Opar, afty	Zaludeční problémy	Posílení srdeční činnosti	Snižuje krevní tlak	Zvyšuje krevní tlak	Celulitida	Svalové napětí, bolesti, křeče	Revmatismus, artritida	Vaginální výtok	Zanětí močového měchýře	Afrodiziakum	Kořalka	Bodnutí hmyzem	Hojení ran a zánětů	Čistí vzduch, dezinfikuje	Na koncentraci, osvěžující	Problématická pleť, akné	Mastná pleť	Suchá pleť	Zralá pleť	
Anýz					M	I				M												P		I	M				
Bazalka (2)	M	I	I		M	I	M			K				M															
Benzoe	M	M			M	M									M								M		M	M			
Bergamot (4)	M			I					P	M								K						I	M	M			
Borovice					M	I									M	M									I	M	M		
Cedrové dřevo (2)			I		I	I																				M	M		
Citron			I	I	K					M	K	M										P		I	M	M	M		
Citronela	I				I																				I	M	M		
Cypřiš (3)	I				I			K						M	M	M									M	M	M		
Černý pepř (1)					I	K				K					M			I											
Douglaska	M				I	I																		I					
Eukalyptus		I	I		M	M					I				M								M	I	M	M			
Eukalyptus citriodora					I	M	I																						
Geranium	M	I					M	P															K	I	M	M	M		
Grep	I		M											M										I			M		
Heřmánek modrý		I	M				M			K	K				M	M	K						K		M	M	M		
Ho - Sho					I										M										I				
Hřebíček (1)	I								P	P					M	M										M	M		
Jalovec	I	I				I	M							M	M	M		K					K		M	M			
Jasmín	I					I	M											M									M		
Jedle					K	I									M									I					
Jedlové šišky					K	I									M									I					
Kadidlovník (Olibanum)					I	I				M													M	I	M	M	M		
Kafrovník (2,3)	M	I			M					M					M	M										M	M		
Kajeput			I		M	I									M											M	M		
Kananga	I	I										I			M			K							K		M		
Kardamom					I	I																				K			
Klementínka	I	K	K												M	M										K			
Kosodřevina	I				M	I									M									I		M			
Lavandin	I		I	K											M							P	I						
Lemongrass	I														M									I	I		M		
Lemon tea tree					M	M			P									K	K			P	K		M	M			
Levandule	K	K	K		M	M	M		P		M											K	P	K	I	M	M	M	
Limeta																								I	I				
Litsea Cubeba (4)	I														M							I		I	I	M			
Majoránka	I	I			I	I				M	I				M	M						K	K		M	M			
Mandarínka	I	K	K												M	M										K			
Máta bergamotová							I				K														I	M			
Máta kadeřavá	I	I	I							M																M			
Máta pepřná	M	K	M	I	M					M												K			M	M			
Mateřídouška (1)	I		K											K	M	M							K		M	M			
Meduňka	I	I	I		K	M		P	M	I												K	P	K		M	M	M	
Modřín	I	I	I		K	I									M	M										M			
Muškatový oříšek (1,2)															I		M												
Myrta						I		K	P	M					M									K		M	M	M	
Myrta	I	I				I		K																					
Neroli	I	I	M							M	M											M			I		M		
Pačuli	K														M							I		M	I	M	M	M	
Palmorůžová	I	I	I				M															M		K			M	M	
Petitgrain	I																								I	M	M		
Pomeranč, červený pomeranč (4)	K	I											K	M											K		M	M	
Rosalina					M	M				K	P													P	K		M	M	
Rozmarýna (2,3)			M		I	I					K		M	M	M	M								K		M	M		
Růže	M	I	I				M				K				M											M	M	M	
Růžové dřevo	K	I	I																					K		M	M	M	
Santalové dřevo (2)	I	I			I	I				M													K	I		M	M	M	
Skořice (1)	I					I									M	M									I				
Smrk	I				K	I																							
Šalvěj		K					M			M	K												P	I	M	M	M		
Šalvěj muškátová	I	I			M	K						I			M										I	M	M		
Tangarínka	I	K	K																							K			
Tea tree					M	M				K	P																M	M	
Tymián červený	K		I		I	I			P	M				M		M	M									M	M		
Vavřín (1)	I					I																							
Ylang-Ylang	I	I											M														M	M	M
Zázvor				I	I	K								K		M								K					

3) nevhodné při vysokém tlaku
4) oleje, které mohou po osušení vyvolat barevné změny na kůži (fotosenzibilita)

1) dodržet nízké koncentrace, provést test snášenlivosti
2) nepoužívat v těhotenství

LEGENDA: I - inhalace, K - koupele, M - masáž, P - potírání

Příloha č.2 : Egyptské vonné oleje



Toaletní skříňka obsahující kelímky s parfémů, vonnými mastmi a oleji nalezená v Hrobce architekta Chaova a jeho ženy Merity v roce 1906

