

# R o z m a r i n g o l a j

Frissítő hatású; test- és hajápoláshoz ajánljuk. Magas vérnyomás és epilepszia esetén, terhesség esetén, valamint 3 éves kor alatti gyermeknél ne alkalmazzuk.

Alkalmazási területei: légúti panaszok, légutak tisztítása; szellemi frissítés, koncentráció képesség fokozása, meditáció; izom- és ízületi fájdalmak, sportsérülések kezelése, bőr vérkeringésének fokozása.

Perifériás keringési rendellenességekben keringéscsökkentő, nyugtató, fájdalomcsökkentő, gyulladáscsökkentő anti-oxidáns, szabadgyökmegkötő, összehúzó, fertőzés gátló. Serkenti a keringést, az emésztőszerveket és az idegrendszert, általános működésszabályozó.



Az illóolaj legfőbb hatásai közül a nyákoldó, epehajtó, görcsoldó (epeutakban és a vékonybélben), bőrvörösítő (a bőr és a bőr alatti szövetek vérkeringését fokozó, bőrhőmérsékletet emelő), antimikrobiális, gyulladáscsökkentő, fájdalomcsillapító és izomlazító hatások emelendők ki.

A legfontosabb alkalmazási területe, a mozgásszervi panaszok (reumás megbetegedések, krónikus ízületi gyulladások, izom- és idegfájdalmak) és sportsérülések, melyek kezelésére a rozmaring illóolajat is tartalmazó bedörzsölő szerek, valamint krémek, kenőcsök és tapaszok, masszázs- és fürdőolajok, használhatók jó eredménnyel.

Másik, de ugyan olyan jelentőségű felhasználási módja a légzéskönnyítés, ilyenkor más illóolajokkal együtt kenőcsök hatóanyagaként hasznosítják.

A rozmaring illóolajának, más készítményekben is fontos szerepük lehet, így az alsó végtag keringési zavarainak megszüntetésében, de hatékonyan alkalmazható sportolás előtt, az izmok bemelegítésre. Más illóolajokkal és növényi kivonatokkal együtt fontos alkotórésze lehet, az alacsony vérnyomás kezelését célzó fürdőolajoknak, vagy fürdősóknak, illetve menstruációs zavarok kezelésére alkalmas szereknek. Használják még idegerősítő, stimuláló, és klimaxszal járó idegrendszeri panaszokat csökkentő fürdőkben adalékanyagként is.

Keverhető bazsalikommal, borsos mentával, cédrusfával, levendulával.