

Veiligheidsvoorschriften

Houd essentiële oliën weg van kinderen en huisdieren en **gebruik essentiële oliën nooit inwendig**. De oliën van Volatile zijn wel zuiver genoeg om inwendig te gebruiken. Echter Volatile is van mening dat inwendig gebruik niet nodig is om goede resultaten te bereiken, indien u het toch wilt innemen **alleen onder deskundig advies van een aromatherapeute. Volatile is niet verantwoordelijk wanneer er klachten ontstaan na inname**. Met uitzondering van tea tree en lavendel mogen de oliën niet puur op de huid aangebracht worden. Indien essentiële olie irritatie geeft op de huid of per ongeluk in de ogen terechtgekomen is: direct een vette plantenolie zoals olijfolie of zonnebloemolie aanbrengen! Bij abusievelijk inwendig gebruik: direct enkele slokken vette plantenolie of volle melk drinken! Nooit laten braken. Essentiële olie lost het best op in vette plantenolie en de vette plantenolie werkt direct verzachtend. Vervolgens dient altijd een arts geraadpleegd te worden.

Dosering: hoe veel druppels heb ik nodig?

De normale verdunning is 2% dat wil zeggen 2 druppels essentiële olie op 5 ml basisolie. Essentiële oliën mogen tijdens de zwangerschap uitsluitend gebruikt worden na raadpleging van uw arts of aromatherapeut. Aanbevolen wordt uitsluitend zwakke oplossingen (1% of minder) van oliën te gebruiken die geschikt zijn om tijdens de zwangerschap te gebruiken.

Ook voor ernstig zieken, kinderen en ouderen dient een zwakke oplossing gebruikt te worden.

Gebruik:

- ¼% voor baby's (eerste drie maanden)
- 1% voor gezicht en voor kinderen onder de 6 jaar
- 2% voor lichaam
- 5% voor therapeutisch gebruik

Dosering gebruik essentiële oliën

	5 ml	10 ml	15 ml	20 ml	25 ml	30 ml	40 ml	50 ml	60 ml	75 ml	100 ml
1%	1 dr	2 dr	3 dr	4 dr	5 dr	6 dr	8 dr	10 dr	12 dr	15 dr	20 dr
2%	2 dr	4 dr	6 dr	8 dr	10 dr	12 dr	16 dr	20 dr	24 dr	30 dr	40 dr
3%	3 dr	6 dr	9 dr	12 dr	15 dr	18 dr	24 dr	30 dr	36 dr	45 dr	60 dr
4%	4 dr	8 dr	12 dr	16 dr	20 dr	24 dr	32 dr	40 dr	48 dr	60 dr	80 dr
5%	5 dr	10 dr	15 dr	20 dr	25 dr	30 dr	40 dr	50 dr	60 dr	75 dr	100 dr

1 ml = 20 druppels essentiële olie - afhankelijk van de dikte van de olie

10% van 1 ml = 2 druppels

5% van 1 ml = 1 druppel

5% van 20 ml = 20 druppels (20 ml x 20 dr = 400 x 5% = 20 druppels)

Dosering gebruik essentiële olie bij kinderen:

Over het algemeen is het veilig één druppel essentiële olie te gebruiken per 12 kg lichaamsgewicht:

6 - 12 kg	1 druppel essentiële olie
12- 25 kg	2 druppels essentiële olie
25- 38 kg	3 druppels essentiële olie
38- 50 kg	4 druppels essentiële olie

Gewicht kind	Aantal druppels essentiële olie voor bad, inhaleren, kompres etc.	Aantal druppels essentiële olie in 50 ml neutrale olie/lotion voor massage.
6-12 kg	1	5
12-25 kg	2	8
25-38 kg	3	8
38-50 kg	4	8
boven 50 kg	tot 8	tot 15

LET OP: Essentiële olie dienen altijd opgelost te worden in neutraal badolie alvorens toe te voegen aan het badwater. Geschikte oliën voor kinderen: roomse kamille, mandarijn, lavendel en roos.

Contra-indicaties

- **Epilepsiepatiënten** dienen een arts of aromatherapeut te raadplegen alvorens essentiële oliën te gebruiken.
- Citrusoliën verhogen de **gevoeligheid voor de zon**; mijd zon en zonnebanken gedurende 12 uur na gebruik.
- Rozemarijn kan een **goede nachtrust verstoren**, daarom wordt aangeraden deze olie niet na 6 uur 's avonds te gebruiken.
- Raadpleeg bij gebruik van **homeopathische medicijnen** uw homeopathische arts, homeopaat of aromatherapeut alvorens u essentiële oliën gebruikt. Het is bekend dat pepermunt en eucalyptusoliën de werking van homeopathische medicijnen kan tegengaan.
- Vermijd het gebruik van **alcohol** na het gebruik van Scharlei, dit kan nare dromen veroorzaken.

Contra-indicaties aromatherapie massage

- Bij ernstige ziektes o.a. kanker, hartproblemen, raadpleeg altijd eerst een aromatherapeut of huisarts
- Bacteriële of virale infecties zoals longontsteking, griep of koorts.
- Kort na ernstige operaties.
- Bij open wonden en ontstekingen.
- Misselijkheid.