

Одно средство - 3 рецепта

Скорая помощь при тахикардии,
головной и мышечной боли



Обращали когда-нибудь внимание, чем пахнет валидол? А чем пахнет всем известная “Звездочка”? А какой запах у обезболивающих массажных кремов?

Правильно, аромат мяты. Вернее, аромат эфирного масла мяты перечной. Это масло вызывает охлаждающий эффект, как в конфетах “Холодок”, помните такие?

Именно из-за этого масло мяты добавляют в различные смеси от головной и мышечной боли.



И не только - вот что нам пишет Википедия о всем известном “сердечном” лекарстве: **Валидол** — препарат применяемый в составе комбинированной антиангинальной терапии. Состав: 1 таблетка содержит 60 мг раствора ментола в ментиловом эфире изовалериановой кислоты. **То есть действующее вещество в валидоле - опять же эфирное масло мяты.**





Крема, мази, таблетки от тахикардии, головной и мышечной боли стоят определенную сумму, иногда довольно большую. К тому же нет гарантии, что в их составе качественное масло без примесей или синтетических соединений.

Эфирное масло Мята перечной очень доступно: даже самое качественное масло стоит недорого. И ведь по сравнению с мазями или таблетками, Вам нужно всего-то пару капель. А эффект очень быстрый, попробуйте сами.

Итак, как же успокоить головную боль, мышечную боль, даже тахикардию (помним, что в валидол входит тоже мята)?

- При резкой боли 1-2 капли Мята перечной нанести непосредственно на место боли.
- При хронической или вялотекущей боли разбавить эфирное масло с любым базовым маслом. Лучше всего применить Виноградной косточки, Кунжутное или Абрикосовое. Соотношение 1:3. То есть на 1 каплю эфирного масла - 3 капли базового масла. Нанести на болезненную поверхность и размассажировать.
- При тахикардии или сильном нервном напряжении нанести 1 - 2 капли чистого эфирного масла мяты перечной на грудь и слегка помассировать.



Для чего мы смешиваем чистое масло с базовым, ведь чистое масло должно действовать лучше? Эфирное масло так называется, потому что состоит из эфиров, которые быстро испаряются. Для того, чтобы удержать эфиры на поверхности тела дольше, мы и смешиваем чистые эфирные масла с базовыми.

Смотрите бесплатный видео курс "Ароматерапия"

Если Вы хотите изучить свойства эфирных масел и понимать, как с их помощью восстановить и поддерживать ресурсность своего организма,



[СМОТРЕТЬ УРОКИ](#)

