

Ätherisches Öl Zitrone

Das ätherische Zitronenöl ist u. a. für die immunstärkende Wirkung bekannt. In der Naturheilkunde hat sich das Öl bereits sehr bewährt. Der vitalisierende Duft (Verwendung mit einem Diffuser oder einer Duftlampe) klärt und belebt die Raumluft und die konzentrationsfördernden Eigenschaften machen ihn auch am Arbeitsplatz sehr beliebt.

Zur Hautpflege hat die Kraft der Zitrone bei unreiner Haut und Akne eine äußerst positive Wirkung. Die Poren werden feiner und die Haut wirkt frisch und straff. Außerdem wird die eigene Entgiftung unterstützt, weshalb die Wirkstoffe der Zitrone heute in vielen kosmetischen Produkten zu finden sind.

Anwendung & Wirkung (reines ätherisches Öl als Raumduft)

Psychisch:

Bei Stimmungsschwankungen, Schlaflosigkeit, Alpträumen, Abgeschlagenheit, Kopfschmerzen, für innere Unruhe und Blockaden

Wirkung:

aktivierend, konzentrationsfördernd, stimmungsaufhellend, erfrischend, belebend, motivierend



Mein Tipp:

Für die Duftlampe eine Mischung aus den ätherischen Ölen Zitrone, Magnolienblüte und Vanille (z. B. von Primavera). Wirkt herrlich belebend und gleichzeitig beruhigend - Balsam für die Seele.