



Aromaterapie na porodním sále

MUDr. Jana Oulická

RŮŽE DAMAŠSKÁ (ROSA DAMASCENA)

- podporuje sebejistotu ženy
- poskytuje emoční podporu
- uklidňuje
- harmonizuje



JEDLE BĚLOKORÁ (ABIES ALBA)

- harmonizuje psychiku
- zmírňuje nervové napětí a podrážděnost
- vyrovnává emoce při stresu
- stimuluje, dodává energii, odvahu a sebedůvěru
- napomáhá koncentraci, povzbuzuje
- podporuje hluboké dýchání a tím přináší uvolnění



JASMÍN (JASMINUM GRANDIFLORUM)

- podporuje a usnadňuje porod, zrození nového života
- posiluje mateřskou lásku
- navozuje euforii a optimismus
- prohlubuje intuici, harmonizuje psychiku
- dává sebejistotu a sílu
- poskytuje emoční podporu
- pomáhá při strachu, uvolňuje napětí, tiší bolest
- posiluje děložní kontrakce, tonizuje dělohu, podporuje porod placenty



GERÁNIUM (PELARGONIUM GRAVEOLENS)

- harmonizuje emoce, tiší paniku a hysterii
- anxiolytický účinek
- posiluje intuici
- navozuje pocit klidu a jistoty
- pomáhá při vyčerpání
- podporuje ženskou kreativitu, ženskou energii
- protizánětlivé účinky, analgetické působení
- antihypertenzivní účinek – snižuje krevní tlak
- flebotonikum – pozitivně ovlivňuje křečové žíly



POMERANČ (CITRUS SINENSIS)

- antidepresivní, pomáhá ze smutku, z úzkosti
- posiluje imunitu
- rozveseluje, podporuje optimismus, radost a dobrou náladu
- snižuje psychické napětí
- podporuje zdravý spánek
- uvolňuje křeče břicha, podporuje trávení, ulevuje při pálení žáhy, při nadýmání
- ulevuje při bolesti hlavy



LEVANDULE (LEVANDULA ANGUSTIFOLIA)

- zklidňuje
- ošetřuje duši od těžkostí, strachů, úzkostí a bolestí
- pomáhá při panice a hysterii, při psychickém vyčerpání
- podporuje relaxaci a usínání
- navozuje pocit bezpečí
- detoxikační, antiinfekční a antiplísňové působení
- normalizuje glykemii
- antiseptická pro dýchací cesty
- antispasmodické a analgetické účinky
- zmírňuje bolesti hlavy a dolních zad
- snižuje krevní tlak

