



Дети и ароматерапия вполне совместимые понятия. Ароматерапию детям можно проводить при разных состояниях. Однако есть свои особенности применения эфирных масел у детей, о которых необходимо помнить.

1. Применение эфирных масел в детском возрасте требует обязательной консультации врача!
2. Ароматерапию детям проводят в виде ингаляций, аромаванн, лечебного массажа, строго соблюдая дозировки и противопоказания. Ребенка необходимо проверить на чувствительность к эфирному маслу перед его применением!
3. Детям до года рекомендуется применять чайного дерева, безопасные эфирные масла лаванды, фенхеля. Для массажа и ванн разведите 1 каплю масла в 1 столовой ложке базового масла, например оливкового.

- Масло лаванды снимает воспаление на коже, успокаивает зуд, стимулирует заживление, успокаивает нервную систему.
- Масло фенхеля обладает спазмолитическим, успокаивающим эффектом. Обладает бактерицидным, противовоспалительным действием.
- Масло чайного дерева имеет сильный бактерицидный, ранозаживляющий эффект, снимает кожный зуд и отечность при укусах насекомых, уменьшает боль при ожоге.

Ароматерапия для детей

Автор: Administrator
31.03.2014 22:23

4. Детям от года до 5 лет для массажа и ванн рекомендуется применять масло лаванды, чайного дерева, фенхеля в дозировке 2-3 капли, растворенного в 1 столовой ложке базового масла.

5. Детям от 6 до 12 лет разрешается применять те же эфирные масла, что рекомендуются взрослым, уменьшив их дозировку в 2 раза.

6. Подросткам старше 12 лет рекомендуются те же дозировки эфирных масел, что и для взрослых.

Ароматерапия для детей

При простудах малышам можно делать массаж грудной клетки и спины с маслом лаванды. Эти же масло можно применять в виде ингаляций. Если Вы делаете паровые ингаляции, никогда не оставляйте ребенка наедине возле посуды с горячей водой. Первые ингаляции должны быть непродолжительны – 1-2 минуты.

При коликах, запорах прекрасный эффект окажет поглаживающий массаж животика по часовой стрелке с применением 1 капли фенхеля, растворенного в 1 столовой ложке оливкового масла (или любого другого растительного масла) или детского крема. Концентрация растворенного масла не должна превышать 1,5%-ного раствора.

Отличное средство при беспокойстве ребенка — теплая (37 градусов по Цельсию) ванна с 1—4 каплями (с учетом размера ванночки и возраста ребенка) предварительно растворенного масла лаванды. Эфирное масло лаванды обладает мягким успокаивающим эффектом, уменьшит разного характера боли и даст глубокий, здоровый сон. Это масло можно использовать в аромалампах с целью профилактики простудных заболеваний.

Масло чайного дерева можно использовать местно при небольших ушибах, ожогах, царапинах, порезах и укусах насекомых .

Ароматерапия для детей

Автор: Administrator
31.03.2014 22:23

7. Детям до 12 лет применение эфирных масел во внутрь противопоказано!

Соблюдая эти простые меры можно безопасно и достаточно эффективно применять эфирные масла у детей.

Здоровья Вам и вашим детям!

Также читайте: [Как определить качество меда](#) и [Как выбрать очки для работы за компьютером](#)