

# Black Spruce (Schwarzfichte)

*Picea mariana* 5 ml

dōTERRA | EUROPE

PRODUKTINFORMATIONSSSEITE



CPTG™

**Pflanzenteil:** Zweig/Blatt

**Extraktionsmethode:** Wasserdampfdestillation

**Aromabeschreibung:** Balsamisch, grün, fruchtig, holzig

**Chemische Hauptbestandteile:** Bornylacetat,  $\alpha$ -Pinen, Camphen,  $\delta$ -3-Caren

## HAUPTNUTZEN

- Bietet wohltuende Linderung für die Haut
- Fördert Gefühle der Entspannung und Ruhe
- Lindert kleinere Hautirritationen

### Black Spruce (Schwarzfichte)

*Picea mariana* 5 ml

Artikel-Nummer: 60209856

## PRODUKTBESCHREIBUNG

Die Schwarzfichte wurde von den amerikanischen Ureinwohnern traditionell zur Förderung der Hautgesundheit und für spirituelle Heil- und Reinigungsriten verwendet. Sie liefert ein kräftiges ätherisches Öl, das aus den Nadeln und Zweigen des Picea-Mariana-Baums destilliert wird. Es enthält einen hohen Anteil an Bornylacetat, das Entspannung und Ruhe fördert. Nutzen Sie das wohltuende Aroma der Schwarzfichte für einen positiven Start in den Tag. Mischen Sie es mit einem Trägeröl, und massieren Sie es nach einem anstrengenden Workout oder körperlicher Anspannung in die Haut. Tragen Sie es tagsüber auf den Nacken auf, um ein Gefühl von Harmonie und Ausgeglichenheit zu fördern.

## ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

- Für ein wohltuendes Gefühl nach anstrengender Tätigkeit ein bis zwei Tropfen Schwarzfichtenöl mit fraktioniertem Kokosöl mischen und in die Haut einmassieren.
- Lindert bei äußerlicher Anwendung kleinere Hautreizungen.
- Verwenden Sie das Öl mit Ihrer Feuchtigkeitspflege, um Hautunreinheiten zu reduzieren und ein gesundes Hautbild zu fördern.

## ANWENDUNG

**Diffusion:** Verwenden Sie ein bis zwei Tropfen in einem Diffuser Ihrer Wahl.

**Äußere Anwendung:** Zur Massage 5 Tropfen mit 10 ml Trägeröl mischen. Als Badezusatz 5 Tropfen mit 5 ml Trägeröl mischen. Als Parfum 1 Tropfen mit 10 Tropfen Trägeröl mischen.

## HINWEISE ZUR SICHEREN ANWENDUNG

Kann Hautreizungen verursachen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Wenn Sie schwanger sind, stillen oder unter ärztlicher Aufsicht stehen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt. Kontakt mit Augen, Innenohren und empfindlichen Stellen vermeiden.

