**Майорановое масло.**

Майорановое масло улучшает кровоснабжение тканей , помогает при болях в мышцах, действенно при ревматических заболеваниях. При его употреблении создается ощущение тепла, поэтому это масло удобно использовать после физических нагрузок. Кроме того, это масло снижает артериальное давление, благотворно влияет на работу сердца, оказывает положительное воздействие на пищеварение, полезно при метеоризме и тяжести в животе, полезно при запорах. Майорановое масло может снимать симптомы морской болезни. Облегчает болезненное течение менструаций. Помогает при заболеваниях дыхательных путей: астме, бронхите, синусите, а также при лечении простуды, насморке – способствует выведению слизи из пазух носа. Однако некоторые считают, что майоран притупляет половую активность.

Стимулируя кровообращение, масло майорана ускоряет рассасывание синяков, смягчает мозоли, избавляет от обыкновенных бородавок . Если у вас на лбу, подбородке или носу имеются «черные точки», это значит, что ваши кожные поры засорены. Эффективнейшее средство при пористой коже – майорановое масло.

Осторожно! Беременным женщинам применять не рекомендуется.

**Мандариновое масло.**

Мандариновое масло поможет сбалансировать метаболические и секреторные процессы организма, успокоит раздраженный кишечник. Хорошо влияет на нервную систему, его аромат способен вылечить от депрессии и беспокойства. Масло мандарина прекрасно повышает настроение, улучшает аппетит, способствует выздоровлению и реабилитации после болезней, стимулирует расщепление жиров. Отличный спазмолитик.

Восстанавливает и смягчает кожу, повышает ее тургор, разглаживает морщины. Эффективно применение мандаринового масла при засорении кожных пор – всем известных «черных точках», оно также незаменимо при необходимости придать коже лица здоровый цвет. Важный компонент в комплексной борьбе с целлюлитом. Полезен в уходе за тонкими и ломкими волосами: его добавляют к шампуню, к воде для ополаскивания или немного смазывают волосы после мытья.

Осторожно! Не рекомендуется применять в ясные солнечные дни из-за возможного фототоксичного эффекта.

Внимание! Мандариновое масло воздействует на организм максимально мягко, поэтому его допускается применять детям и беременным женщинам. (Дозировку при этом следует снизить.) Оно предотвратит токсикоз, снимет сонливость и вернет оптимизм.

**Мелиссовое масло.**

Мелиссовое масло действенным образом помогает работе желудка и кишечника, нормализует деятельность сердца после стрессов и нагрузок. Обладает антидепрессивными свойствами. Положительно воздействует на женские органы, снимает болевой синдром при менструации, регулирует цикл. Есть мнение, что применение масла мелиссы способствует зачатию. Является антиаллергическим средством. Ослабляет тошноту, вылечивает метеоризм, снимает головную боль и снижает температуру тела. Смягчает зуд при укусах насекомых, обладает противопаразитарным действием.

Наиболее эффективно мелиссовое масло при массаже лица – при этом регулируются обменные процессы клеток кожи, повышается тонус кожного покрова, происходит очищение. Если сальные железы закупорены роговыми пробками, возникают угри, которые доставляют немало неприятностей женщинам. Масло мелиссы отлично справляется с этой проблемой, т.е. оно наиболее подходит для жирной кожи.

Осторожно! Если ваша кожа чувствительна, рекомендуется быть внимательнее с дозировкой и длительностью воздействия.

Масло мелиссы оказывает влияние на менструальный цикл, из-за этого не стоит применять его во время беременности. Имеет смысл воздержаться от его использования и при кормлении грудью.

**Мирровое масло.**

Мирровое масло прекрасно помогает при упадке сил и апатии, избавляет от хандры и депрессии. Наиболее эффективно его действие проявляется при лечении заболеваний легких в связи с тем, что это масло способствует выведению мокроты. Обладает противомикробным действием: незаменимо при стоматитах и других проблемах ротовой полости, избавляет от нежелательного запаха изо рта, снимает воспаление небных миндалин. Действенно при диарее, метеоризме, повышенной кислотности. Избавляет от гинекологических проблем: молочницы, спаек, регулирует гормональный фон. Выгодно применять масло мирры во время сезонного обострения вирусных заболеваний: оно укрепляет человеческий иммунитет.

Благоприятно для стареющей кожи, рекомендуется использовать это масло в составе кремов и масок для защиты от погодных условий: мороза, ветра. Придает здоровый цвет лица, нормализует выработку кожного сала и устраняет жирный блеск. Обладает подсушивающим эффектом, поэтому весьма полезно при дермитах и появлении различных язв. Специалисты также советуют применять масло мирры в уходе за тонкими волосами и ногтями.

Осторожно! В связи с взаимодействием с гормональной системой организма не стоит применять данное масло при беременности и кормлении грудью.

**Миртовое масло.**

Миртовое масло обладает успокоительным действием, не вызывая при этом нежелательной сонливости. Отхаркивающие его свойства помогут при остром бронхите и при других легочных заболеваниях, особенно, если они сопровождаются ночной потливостью. Используя данное масло, вы легко сможете избавить свой организм от любой инфекции. Весьма полезным будет и антисептическое воздействие масла мирта: оно спасет и от цистита, и от уретрита. Защищает от паразитов.

Еще в 16 веке знали, насколько благоприятно миртовое масло действует на кожу: на его основе делали «ангельскую воду», которая пользовалась немалой популярностью среди представительниц прекрасного пола. Не потеряло своей значимости оно и сейчас: снимает отечность, тонизирует, очищает и приводит в порядок пористую кожу; стимулируя кровообращение, способствует рассасыванию синяков. Уникальным является действие миртового масла при лечении псориаза: оно значительно уменьшает шелушение кожи. В сочетании с розовым маслом дает чудесный результат в борьбе с потрескавшимися губами.

Осторожно! При длительном использовании возможно появление раздражения на слизистых оболочках.

**Можжевеловое масло.**

Можжевеловое масло обладает великолепным диуретическим эффектом, что делает его использование очень полезным при заболеваниях мочеполовой системы. Оно нормализует отток мочи при гипертрофии простаты и камнях в почках. Может выводить токсины, яды и шлаки. Известно также его целебное воздействие на печень. Помогает сбалансировать вес, снижает аппетит. Избавляет от болевых ощущений и спазмов при менструации.

Отечность ног легко снимается с помощью ванночек с добавлением масла можжевельника, кроме того, при этом исчезает затрудненность при передвижении. Тонизирует маслянистую жирную кожу, очищает поры при угревой сыпи и осветляет секрет сальных желез, усиливает тургор кожи, снимает отеки при застое жидкости в клетках кожи. Рекомендуется при целлюлите, актуально при себорее.

Осторожно! Не стоит применять можжевеловое масло слишком долго – это может недолжным образом сказаться на работе почек. Также не рекомендуется использовать данное масло при хронических заболеваниях мочеполовой системы и при наличии каких бы то ни было воспалений.

Специалисты также советуют не употреблять его во время беременности. Однако есть мнение, что масло можжевельника благоприятно влияет на процесс родов.

**Масло мускатного ореха.**

Масло мускатного ореха особенно ценится женской частью населения за его способность расщеплять жиры и активизировать переваривание пищи, богатой углеводами. Это масло воспроизводит действие гормона эстрогена, поэтому благоприятно сказывается на способности к зачатию, нормализации менструального цикла и снятии болезненности. Помогает в родах, побуждая матку сокращаться интенсивнее. Эффективный афродизиак. Содействует сбалансированной работе желудка, кишечника и желчного пузыря: применяется при метеоризме, диарее, запорах, тошноте, желчнокаменной болезни. Способно ослабить острую невралгическую боль.

Обладает регенерирующими свойствами, благоприятствует профилактике раннего старения кожи, действенно борется с грибковыми поражениями кожных покровов. В составе масок для волос прекрасно тонизирует безжизненные волосы.

Осторожно! Настоятельно советуем крайне осмотрительно использовать масло мускатного ореха. Длительное его применение может вызывать повышенную нервную возбудимость, а в особо тяжелых случаях – серьезные нарушения психики. Возможно учащенное сердцебиение и кожные высыпания.

Беременность – основное противопоказание при применении данного эфирного масла.

**Мятное масло.**

Мятное масло обладает противоречивыми свойствами: согревает в холод и охлаждает при жаре, поэтому оно необычайно эффективно при респираторных заболеваниях. Оно способствует потоотделению, понижает температуру тела, имеет отхаркивающее действие. К тому же оно благоприятно влияет на пищеварительную систему, почки, печень, сердце и мозг. Оказывает анальгезирующее действие при мигрени, зубной и мышечных болях.

Масло перечной мяты действенно при влажных дермитах, способствует уменьшению рубцовой ткани, восстанавливает водно-минеральный баланс кожной ткани и борется с «сосудистой сеточкой», выравнивает цвет лица, оно весьма эффективно, если наносить его на места, пораженные герпетической сыпью.

Осторожно! Аккуратно дозируйте мятное масло – оно обладает сильным ароматом. Предпочтительно его использование в ароматерапии, а не для массажа, хотя в незначительных дозах это допустимо. Внимательно следите, чтобы масло мяты не попало в глаза и на слизистые оболочки, это чревато сильными раздражениями. Данное масло может нейтрализовывать эффект лечения гомеопатическими препаратами.

Кроме того, оно способно понизить лактацию, поэтому его использование в этот период, а также во время всего периода беременности, не желательно.

**Найолиевое масло.**

Найолиевое масло знаменито своим сильным противовоспалительным , антибактериальным и противогрибковым действием. Отличный анальгетик при болях в ухе. Иммуномодулирующие свойства этого масла используют при лечении сезонных респираторных заболеваний, а также разнообразных видах герпеса и гриппа. Масло найоли эффективно при суставных болях различной этиологии , растяжениях, невралгиях и остеохондрозах, одно из действенных натуральных средств при лечении полиомиелита. Препятствует отекам, улучшает кровоток. Стабилизирует психо-эмоциональной фон, устраняет перепады настроения и гипервозбудимость.

Регенерируя клетки кожи, препятствует старению. Положительно воздействует на рубцовую ткань, рассасывает синяки, маскирует следы от тепловых и химических ожогов. Служит для обработки ран инфицированного характера. Размягчает целлюлитные отложения. Нормализует осматическое давление внутри клеток кожи, устраняет гнойнички, воспалительную сыпь, инфильтраты акне. Заживляет трещинки в уголках губ.

Осторожно! Не рекомендуется применять масло найоли в первый триместр беременности. Для детей до 6 лет используется сниженная дозировка.

**Неролиевое масло.**

Неролиевое масло имеет общеукрепляющие и антивирусные свойства. Справляется с сердечной аритмией, обладает противосклеротическим действием. Лечит невротические и сексуальные расстройства, повышает эротическую активность, избавляет от фригидности, восстанавливает потенцию. Является мочегонным средством, препятствует отекам.

Масло нероли регенерирует кожу, находящуюся в стадии увядания, устраняет видимый сосудистый рисунок под кожей и купероз. Ванны с маслом нероли удивительно эффективны при уходе за кожей груди. Улучшает цвет лица, борется с жирным блеском. Нейтрализует излишнее окисление кожи, влияет на последствия воздействия неблагоприятной экологии: с помощью неролиевого масла мелкие морщинки в уголках глаз легко поддаются коррекции. В качестве дополнительного ингредиенты в средствах по уходу за волосами противодействует выпадению волос. На основе из масла жожоба с добавлением масла нероли изготавливается прекрасное средство для избавления от растяжек, появившихся после родов или после резкого похудения.

Внимание! Масло нероли может вызывать легкую сонливость. Как и многие другие аромамасла, его не стоит применять беременным женщинам и детям.

**Пальмарозовое масло.**

Пальмарозовое масло часто применяется при повышенной температуре, лихорадке, перегреве. Тонизирует работу пищеварительной системы, улучшает аппетит, полезно при лечении анорексии. Используется при профилактике заболеваний суставов, сохраняет их подвижность. Антисептические свойства данного масла используют для лечения язв, нарывов, пролежней. Придает сбалансированность работе сальных желез, борется с возникновением угревой сыпи, нездоровым секреторным запахом . Изысканный аромат масла пальмарозы служит естественным дезодорантом, кроме того, он повышает настроение, успокаивающе действует на нервную систему, является эротическим стимулятором.

На основе молочка с добавлением масла пальмарозы изготавливается великолепное средство для интимной гигиены. Нейтрализует предменструальный синдром, облегчает самочувствие в период менопаузы, избавляет от приливов и дискомфорта, налаживает гормональный фон. Регенерирует увядающую кожу, обладает матирующим эффектом. Смягчает кожу, склонную к сухости и раздраженности.

Осторожно! В связи с взаимодействием с гормональной системой организма не стоит применять данное масло при беременности и кормлении грудью.

**Пачулиевое масло.**

Пачулиевое масло - прекрасное средство в комплексе мер по коррекции веса. Подтягивает кожу, обвисшую в результате резкого похудения, уменьшает аппетит. Выводит излишки жидкости, обладая диуретическими свойствами, воздействует на целлюлит. Имеет немаловажную способность регенерировать клетки кожи, обладает противомикробным действием. Зарекомендовало себя как эффективный реппелент, также снимающий зуд после укуса насекомых. Возможно использование как вспомогательного средства при диарее. Препятствует потоотделению, великолепное дезодорирующее средство. Эротический стимулятор.

На основе масла миндаля, шиповника или жожоба с добавлением масла пачули изготавливается действенный бальзам для укрепления ногтей. Смягчает грубую потрескавшуюся кожу, лечит воспаленные участки, затягивает раны, заживляет язвы. Положительно влияет на угревую сыпь, решает проблемы с волосяным покровом головы, благоприятно воздействует на очаги грибковых инфекций.

Осторожно! В небольших дозах масло пачули действует как успокоительное средство, в увеличенных же – стимулирует нервные окончания и возбуждает. Обладает весьма своеобразным ароматом. Может угнетать аппетит.

**Гераниевое масло.**

Гераниевое масло поможет сбалансировать работу гормональной системы вашего организма. Оно снимает предменструальный синдром, смягчает перепады настроения при климаксе, положительно влияет на депрессивное состояние. Кроме того, масло герани выводит излишнюю жидкость из организма, что помогает избежать отеков и опухолей.

Целебным образом воздействует на все типы кожи, регулирует выработку кожного сала. После применения гераниевого масла кожа становится более упругой, наблюдается заметный эффект омоложения. Благотворно влияет на увядающую, жирную кожу, является очищающим средством. Положительный эффект этого масла сказывается на цвете кожных покровов: оно стимулирует кровообращение и лимфотток, кожа приобретает здоровый, не бледный, цвет. Применяется также при угревой сыпи, нормализует обменные процессы, заживляет мелкие ранки. Традиционно известны и репеллентные свойства этого эфирного масла.

Осторожно! Если ваша кожа чувствительна, рекомендуется быть внимательнее с дозировкой и длительностью воздействия. В связи с взаимодействием с гормональной системой организма не стоит применять гераниевое масло при беременности и кормлении грудью.

**Гвоздичное масло.**

Гвоздичное масло замечательно влияет на нервно-психическую систему. Оно помогает восстанавливать силы после эмоциональных и стрессовых перегрузок, унимает нервную дрожь, способствует реабилитации после перенесенных операций. Это масло обладает противовирусными и антимикробными свойствами, отлично помогает при лечении распространенных ныне энтеровирусных инфекций. Зачастую его используют в стоматологии и при заболеваниях полости рта: оно снимает зубную боль (на тампон с растительным маслом капните 1-2 капли гвоздичного и приложите к жевательной части зуба), благоприятно его применение при пульпитах, кариесе и парадонтозе, кроме того, данное масло содействует регенерации тканей. Целительным образом влияет на желудочно-кишечный тракт: устраняет колики, метеоризм, диарею. Нормализует менструальный цикл, тонизирует матку, может быть афродизиаком. Есть мнение, что масло гвоздики благоприятно влияет на процесс родов: его аромат стимулирует схватки. Отпугивает насекомых и паразитов.

Масло гвоздики подходит для ухода за жирной кожей.

Осторожно! Не подходит для частого применения людям с повышенным артериальным давлением, беременным и кормящим женщинам.

**Грейпфрутовое масло.**

Грейпфрутовое масло способно снижать уровень холестерина, налаживает оптимальную работу желчного пузыря и печени (при этом эффективно как внутреннее, так и наружное применение данного масла), может выводить токсины. Благоприятно воздействует на пищеварение . Является иммуномодулятором, и поэтому незаменимо при острых респираторных заболеваниях. Прекрасное пробуждающее и бодрящее средство, повышающее к тому же умственную активность. Известно его антисклеротическое действие.

Масло грейпфрута ухаживает за жирными волосами, под его воздействием волосы приобретают здоровое сияние, его удобно добавлять в воду при ополаскивании. Нормализует работу сальных желез, улучшает дренажные функции кожи, помогает при угревой коже, является одним из самых эффективных естественных дезодорантов. Справляется с веснушками и пигментными пятнами, обесцвечивая более темные участки кожи. Как и другие цитрусовые масла, грепфрутовое незаменимо в борьбе с целлюлитом.

Осторожно! Не стоит применять его при гипертонии, эпилепсии, во время беременности. Не рекомендуется также использовать его, находясь на солнце, из-за возможного фототоксичного эффекта.

**Душичное масло.**

Душичное масло особенно эффективно воздействует на раздраженный желудочно-кишечный тракт: повышает его активность, избавляет от метеоризма, снижает кислотность. Прекрасно помогает применение данного масла и при простудных заболеваниях, оно может облегчить протекание коклюша и астмы, так как обладает отхаркивающим свойством. Стимулирует работоспособность органов осязания, и наиболее полезно оно для слуха. Есть сведения, что масло душицы облегчает самочувствие при невралгии лицевого нерва. Его бактерицидные и болеутоляющие качества незаменимы при мигренях, мышечных болях, ревматических заболеваниях. Великолепный спазмолитик и диуретик. Угнетает аппетит. Может использоваться и как потогонное средство, выводит лишнюю влагу из организма, убирает отечность.

Результативным является лечение педикулеза с помощью душичного масла: оно обладает антипаразитарными свойствами. Применяется в лечении экзем, гнойных ран, дерматозов.

Осторожно! Если ваша кожа чувствительна, рекомендуется быть внимательнее с дозировкой и длительностью воздействия. Кроме того, стоит применять душичное масло при беременности и кормлении грудью.

**Еловое масло.**

Еловое масло быстро восстанавливает кожные покровы после мелких травм – синяков, порезов, ушибов, ссадинах. Обладает антимикробным действием, содержит борнилацетат, поэтому его применение эффективно даже против стафилококка. Дает хорошие результаты в борьбе с уретритом и циститом. Активизирует иммунитет, в сочетании с другими средствами действенно влияет на острые респираторные инфекции. Устраняет нервное перенапряжение и последствия стресса. Добавляя еловое масло при массаже, можно излечивать ревматизм.

Снимает отечность, регенерирует защитные функции кожи, возвращает свежий цвет лица. Это масло высокоэффективно при проблемной коже, избавляет от комедонов (угрей), целительно воздействует на кожные гнойнички. Препятствует выпадению волос, применяется при нервной себорее. При потливости ног рекомендуются растирания с использованием данного масла. Кроме всего прочего, оно издавна известно как лучшее ароматическое средство для бани.

Осторожно! Масло ели непременно должно быть свежим, прогоркнув, оно способно только усилить проблемы. Стоит внимательно отнестись к дозировке при гипертонии, проблемах с желудком и беременности.

**Жасминовое масло.**

Жасминовое масло нормализует гормональный фон женского организмы, смягчает кашель, раздражающий слизистые, избавляет от хрипов. Еще в древние времена масло жасмина называли королем ароматических масел и использовали его в составе чудодейственных любовных зелий. Оно целебным образом влияет на репродуктивную функцию мужчин, усиливает потенцию, эффективно при преждевременном семяизвержении.

В косметологии жасминовое масло предназначается для проблем сухой кожи, его используют в качестве тоника. Подходит оно и для нормальной кожи, способствуя укреплению мембраны ее клеток, активизирует кровообращение. Крема, соединяющие миндальное и жасминовое масло, расслабляют и успокаивают кожу. Эффективно его применение для избавления от растяжек, данное масло благотворно влияет на рубцовую ткань.

Осторожно! Масло жасмина имеет сильный запах, внимательно отнеситесь к его дозировке. Употребление его в больших количествах способно изменить жидкостный баланс организма. Специалисты также советуют не употреблять его во время беременности. Однако есть мнение, что данное масло благоприятно влияет на процесс родов, смягчая болевые ощущения.

**Иланговое масло.**

Иланговое масло способно контролировать уровень адреналина. Его действие расслабляющее влияет на нервно-писхическую систему, лечит депрессию ( в том числе и послеродовую), избавляет от страхов и гнева. Положительный эффект наблюдается при тахикардии, оно полезно гипертоникам, противодействует энтеровирусным инфекциям. Издавна его использовали как афродизиак, народы Индонезии по-прежнему устилают лепестками иланг-иланга постель новобрачных. Принято считать, что это масло восстанавливает разнообразные сексуальные функции и мужского, и женского организма. Показан к применению женщинам, перенесшим кесарево сечение, прекрасно тонизирует кожу груди.

Подходит для применения любому типу кожи, способствует сбалансированной работе сальных желез. Полезно для людей, остро реагирующих на переохлаждение, контакты с бытовой химией и просто с водой – страдающих нейродермитом. Прекрасно ухаживает за кожей головы, активизирует рост волос. Входит в состав средств, способствующих ранозаживлению и быстрой эпителизации.

Осторожно! Избыточное употребление масла иганг-иланга может спровоцировать головные боли, тошноту. Противопоказано его применение при воспаленной коже.

**Имбирное масло.**

Имбирное масло особенно эффективно при простудных и респираторно-вирусных заболеваниях : оно согревает, способствует отхождению мокроты и слизи, активизирует потоотделение. Контролирует пищеварение, тонизируя работу желудка, уменьшает боли при диарее, метеоризме, его аромат улучшает аппетит. Отлично помогает при похмелье и морской болезни, рекомендовано людям со слабым вестибулярным аппаратом. Облегчает суставные, мышечные и поясничные боли, помогает при судоргах. Сильный афродизиак, наиболее эффективен в сочетании с розмарином, корицей и кориандром. Неплохое средство, помогающее в борьбе с варикозом, возрастной отечностью рук и ног. Препятствует образованию холестериновых бляшек. Масло имбиря улучшает зрение и другие органы осязания.(Ни в коем случае не применяйте его в качестве глазных капель!)

Целебное действие этого масла применятся при ушибах и карбункулах. Используется как профилактика выпадения волос в составе масок для кожи головы, шампуней, бальзамов. Тонизирует жирную кожу, сужает протоки желез, вырабатывающих кожное сало.

Осторожно! Если ваша кожа чувствительна, рекомендуется быть внимательнее с дозировкой и длительностью воздействия.

**Иссоповое масло.**

Иссоповое масло известно как прекрасное жаропонижающее, оно облегчает головные боли и оказывает общеукрепляющее действие. Используя данное масло, вы легко сможете избавить свой организм от любой инфекции. Отхаркивающие свойства помогут вывести мокроту из больных бронхов и легких. Результативно применяется при аллергическом насморке и аллергических же высыпаниях на коже. Создает условия для активной мозговой деятельности, лечит нервные расстройства. Весьма полезным будет антисептическое воздействие масла мирта: оно спасет и от цистита, и от уретрита. Является нежным слабительным, может быть ветрогонным средством, тонизирует работу желудка, улучшая пищеварение. Эффективно против аменореи. В древности считали, что иссоповая присыпка спасает даже от рака. Широко применяются антигельминтные качества данного масла.

Благодаря целебному действию масла иссопа рубцуются раны, рассасываются гематомы. Благотворно влияет на экземы и дермиты, устраняет бородавки и мозоли.

Осторожно! Не стоит применять его при гипертонии, эпилепсии, во время беременности. Многие ароматерапевты остерегаются применять его в своей практике из-за силного действия.

**Масло кассии.**

Масло кассии зачастую действует аналогично маслу корицы. Оно активизирует работоспособность желудка и кишечника, избавляет от метеоризма, запоров, выводит токсины, регулирует зашлакованность организма, способствует снижению массы тела. Улучшает иммунитет, способствует устойчивости организма к вирусным заболеваниям. Укрепляет нервно-психическую систему. Препятствует застойным явлениям в области малого таза, стимулирует кровообращение и отток лимфы. Отлично влияет на нормализацию менструального цикла. Может использоваться как стимулятор полового влечения. В китайской медицине употребление масло кассии практикуют для лечения туберкулеза.

Обладает антипаразитарными качествами, успешно применяется в борьбе с чесоткой и педикулезом. Может служить как пилинговое средство, повышает тургор ослабленной внешними воздействиями кожи. Употребляется в составе антицеллюлитных программ. Входит в состав знаменитой «ванны Афродиты», крайне эффективной при сухой коже тела.

Осторожно! Не рекомендуется применять масло кассии в первый триместр беременности. Противопоказано детям до трех лет, с 3 до 10 лет используется сниженная дозировка.

Кокосовое масло.

Уникальное антиоксидантное действие масла кокоса способствует тому, что оно долго остается свежим и не имеет побочных эффектов. Это масло контролирует уровень холестерина, поддерживает иммунитет, оздоравливает желудочно-кишечный тракт, нормализует состояние кишечной микрофлоры. Прекрасно зарекомендовало себя в борьбе с вирусами гриппа, герпеса, кори. Залечивает раны и ожоги.

Кокосовое масло придает коже мягкость и увлажняет ее, устраняет шелушение, сухость. Наиболее эффективно для профилактики проблем кожи, если кожа уже имеет значительные недостатки (глубокие морщины, дряблость, комедоз), лучше употреблять другие базовые масла. Перед принятием солнечных ванн рекомендуется нанести на кожу кокосовое масло, оно предохранит от ожогов и сделает загар ровным и красивым. Маслом кокоса эффективно смазывать места с грубой кожей – локти, пятки, оно также защитит от образования трещин на поверхности рук и ступней. Помимо кожи это масло увлажняет также и волосы, препятствует потере белка при мытье волос, облегчает расчесывание.

Чаще всего кокосовое масло используют в мыловарении и для приготовления многих косметических средств. Его возможно употреблять в пищу.

Масло персиковых косточек.

Масло персиковых косточек стимулирует выработку секрета в пищеварительных железах, способствует образованию гемоглобина. Обладает противорвотным и мочегонным действием, показано для лечения простуд, анемии, справляется с проблемами сердечной деятельности. С его помощью организм борется с зашлакованностью. Это масло хорошо зарекомендовало себя в уходе за обожженной кожей, его применяют при экземе и дерматите.

Персиковое масло отлично питает кожу, ускоряет регенерацию чувствительной и увлажнение сухой кожи. Витамины, содержащиеся с этом масле, очень благотворно влияют на внешний вид. Особенно уместно его употребление весной, в период авитаминоза, причем возможно использовать его как наружно, так и внутрь. К тому же оно улучшает процессы обмена веществ, тормозит старение кожи, повышает тургор, разглаживает морщинки.

Масло персиковых косточек – обоснованно частый ингредиент всевозможных косметических кремов, мазей, детских масел, шампуней. Его используют и в масках для кожи, и в бальзамах для волос. Великолепно сказывается на состоянии век и губ, применяется для ухода за ногтевой пластиной.

Единственное противопоказание – индивидуальная непереносимость.

Масло ши.

Масло ши эффективно применять при болезнях суставов, оно снимает отеки и направленно действует против воспалительных процессов, помогает при суставных растяжениях и ревматических болях. Устраняет насморк. Оно одно из самых высокоценных масел для косметической индустрии. Население стран, где произрастает и используется ши, практически не подвержено заболеваниям кожи. Масло ши великолепно умягчает и защищает кожу и волосы, имеет уникальное антивозрастное воздействие: стимулируется синтез коллагена, уменьшается дряблость кожных покровов, лицо приобретает здоровый цвет. Быстро заживляет трещинки в уголках губ.

Кроме того, это масло имеет свойство отталкивать солнечные лучи, уберегает кожу от вредного воздействия солнца и других природных явлений: ветра, мороза. Незаменимо для защиты кожи во время посещения солярия и при плавании в хлорированной воде. Масло ши очень часто используют в косметологии. Оно замечательно впитывается, имеет приятную текстуру и аромат, подходит для кожи любого типа, но особенно полезно его употребление детям и людям с повышенной кожной чувствительностью и с выраженными повреждениями кожи. Применяют его и производители мыла, ши для них – прекрасное сырье.

Масло сладкого миндаля.

Масло сладкого миндаля подходит людям абсолютно любого возраста. Оно полезно для почек, положительно влияет на работу сердечной мышцы, поддерживает остроту зрения. Это масло знаменито тем, что не вызывает никаких аллергических реакций. Оно содержит рекордное количество витамина Е, очень эффективно его употребление при затвердении груди, его наносят на огрубевшую кожу, на места, пораженные целлюлитом. Миндальное масло благотворно влияет на деятельность кишечника – с его помощью вылечивают колиты, запоры. Есть сведения, что хронический гепатит и холецистит также поддаются его целебному воздействию. При применении его внутрь понижается уровень вредного холестерина. Вылечивает ушную боль, показано при профилактике сезонных вирусных болезней. Воздействует на герпес и дерматит.

Масло сладкого миндаля будет полезно любому типу кожи. Оно – самое употребляемое масло в косметике, является базовым для ароматерапевтов. Балансирует выработку кожного сала, регулирует водно-липидный обмен, регенерирует стареющие клетки кожи.

Хорошо известно волшебное действие миндального масла на волосы и ногти. Оно дает стимул росту волос, бровей, ресниц, способствует их укреплению и улучшает внешний вид. После регулярного употребления этого масла волосы перестают выпадать.

Рисовое масло.

Рисовое масло очень распространено в Японии, каждый год там продается около 80000 тонн. Высокое содержание линолевой кислоты обуславливает способность этого масла выводить холестерин. Оно снижает риск болезней при сердечных перегрузках. Антиоксидантные свойства и наличие витамина Е сдерживают старение кожи, особенно действенно его употребление при гормональной перестройке организма, в период менопаузы. Обладает стойкостью к УФ-лучам, может применяться в качестве солнцезащитного средства.

Рисовое масло не дает аллергических реакций, поэтому его можно смело наносить на уязвимую кожу возле глаз. Улучшает тургор и тонус кожи, смягчает и увлажняет обезвоженные кожные покровы. Снимает красноту и раздражение, обладает противовоспалительными свойствами. Прекрасно подходит для разнообразного массажа благодаря легкой впитываемости. Насыщает тонкие волосы силой, благотворно влияет на поврежденные волосы. В сочетании с маслами бергамота и лаванды получаются великолепные маски для рук, которые устраняют шелушение, поверхностные повреждения и делают кожу бархатной. Незаменимо это масло и при уходе за кожей детей разного возраста.

Масло из абрикосовых косточек

Масло из абрикосовых косточек, богатое микроэлементами и витаминами, используется в косметологии уже более 3000 лет.  Получаемое методом холодного отжима оно сохраняет в себе витамины А, В, С ,F, а также жирные ненасыщенные кислоты, которые благотворно влияют на деятельность клеток и легко усваиваются организмом. Применение масла из абрикосовых косточек в качестве основы для масок способствует омоложению кожи, ускорению её регенерации, насыщению витаминами и  микроэлементами.

Под действием витамина F, содержащегося в абрикосовых косточках в больших количествах, нормализуется работа сально-жировых  желез, сужаются поры, восстанавливается водный баланс и обменные процессы.

По своей консистенции абрикосовое масло жидкое и слегка вязкое, без запаха.  Оно широко применяется для ухода за уставшей, огрубевшей кожей. Прекрасно применяется для ухода за грудными детьми.  Используется при снятии макияжа -  как питательная основа;  при обезвоживании и шелушении кожи - как увлажняющее и восстанавливающее средство; в борьбе с целлюлитом – как массажная основа. Благодаря своему составу, масло из абрикосовых косточек подходит  для применения в зонах с чувствительной  кожей, например, на веках, шее.

Масло авокадо.

Масло авокадо употребляется как наружно, так и внутрь. При внутреннем применении его целебные свойства прекрасно помогают при проблемах с нездоровым желчным пузырем и печенью, устраняют запоры, влияют на мочеполовые инфекции. Снижает уровень плохого холестерина, полезно при артритах. Это масло показано при некоторых кожных заболеваниях: экземе, пеленочных дерматитах, солнечных ожогах. Восстанавливает целостность кожи при незначительных нарушениях, травмах и воспалениях кожного покрова. Насыщено витаминами А и Е, понижает уровень стресса, успокаивает нервно-психическую систему.

Масло авокадо прекрасно подходит для ежедневного ухода за обезвоженной, увядающей, сухой кожей. Многие косметологи советуют делать регулярный массаж с использованием этого масла, оно увлажняет и повышает эластичность кожи, возобновляет ослабленную защитную функцию эпидермиса, придает бархатистость коже. Активизирует кровообращение и обменные процессы, помогает кожным тканям насыщаться кислородом. Отражает УФ-излучение, содействует защите кожи от преждевременного старения, избавляет от возрастных пигментных пятен. Особенно благоприятно масло авокадо для женщин во время менопаузы.

Стимулирует укрепление и рост волос, благоприятно воздействует на посеченные кончики волос, добавляет им блеска и силы. Хорошо влияет на ногти, их рост и прочность, борется с воспалениями кожи вокруг ногтя.

Масло виноградных косточек.

Масло виноградных косточек обладает чудодейственными качествами, в нем сосредоточены жирные кислоты, ценные микроэлементы, витамины, дубильные вещества. Эти компоненты борются с атеросклерозом, снижают уровень холестерина, задерживают старение организма. Одна столовая ложна этого масла содержит суточную норму важнейшего для человека витамина Е. С его помощью возможно укрепить стенки лимфатических и кровеносных сосудов. Масло виноградных косточек – препятствует образованию опухолей и понижает риск заболеваний сердца. Незаменимо для следящих за своей внешностью людей – его благоприятное воздействие на целлюлит, купероз, варикоз известно с давних пор.

Масло виноградных косточек возможно применять людям с любым типом кожи, наиболее полезно оно для кожи, склонной к повышенной сальности. Оно обладает значительной проникающей способностью. Имеет прекрасное противовоспалительное действие, вылечивает кожные трещины, ссадины, ожоги, порезы. Содействует омоложению и избавлению от морщин, подходит для уставшей кожи, тонизирует ее, освежает и восстанавливает обменные процессы внутри клеток эпидермиса. Устраняет угревую сыпь. Прекрасно подходит для ухода за бюстом.

Масло зародышей пшеницы

Масло зародышей пшеницы способствует общему тонусу организма человека, активизирует иммунитет, оптимизирует обмен веществ. Это масло одинаково полезно женщинам и мужчинам, оно благотворно влияет на репродуктивную функцию, восстанавливает потенцию, , восстанавливает гормональный баланс. Его положительное воздействие на нервные клетки снижает общий уровень стресса. Масло зародышей пшеницы прекрасно проникает внутрь клеток кожи и выводит из организма шлаки. Улучшает кровообращение, маскирует следы растяжек и рубцов, применяется при бытовых и солнечных ожогах. Перед родами советуют смазывать им соски, чтобы подготовить их к кормлению ребенка.

Это масло способствует насыщению клеток кожи кислородом, нормализует работу сальных желез, что улучшает внешний вид и сухой, и жирной кожи. Витамин Е, содержащийся в масле зародышей пшеницы, благоприятно сказывается на регенерации и эластичности кожи. Это масло возможно использовать в качестве ежедневного крема для лица, особенно это показано для зрелой кожи. Укрепляя стенки мелких капилляров, предотвращает развитие купероза, обновляет верхние слои эпидермиса, способствует избавлению от шелушения и зуда.

Предохраняет кожу и волосы от нежелательного воздействия солнечных лучей, устраняет ломкость волос, смягчает потрескавшиеся губы.

Масло календулы.

Масло календулыс одинаковым успехом применяется и внутрь, и наружно. При внутреннем употреблении это масло способствует выведению желчи и снятию спазматических болей. Прекрасно подходит для облегчения болей в мышцах после физических, в том числе и спортивных, нагрузок. Это масло – великолепный антисептик, его используют для заживления серьезных ран, порезов и даже язв и пролежней, оно утоляет боль, снимает воспаление и раздражение. Эффективно борется с разнообразным зудом, помогает при укусах насекомых и ожогах различной этиологии. Если применять масло календулы регулярно, возможно значительно уменьшить симптомы закупорки и варикозного расширения вен и купероза. Оно стимулирует систему наружного кровообращения, способствует тонусу различных тканей. Чтобы избавиться от гематомы, достаточно нанести это масло на кожу, оно обладает хорошим рассасывающим действием. Положительно влияет на растрескавшиеся соски у кормящих матерей, возможно применять его для ухода за младенческой кожей.  
Масло календулы употребляется людьми с любым типом кожи. Показано для жирной кожи лица и головы, так как абсорбирует излишки выделений сальных желез, используется как результативное средство при комедозе. Активизирует обмен веществ в клетках эпидермиса, оптимизирует сопротивляемость погодным условиям, имеет естественный УФ-фильтр. Стимулирует быстрый рост волос, укрепляет их корни. Спасает от потливости ног.

Масло какао.

Масло какао известно с давних пор, еще в 18 веке оно использовалось как основа для различных суппозитриев. И до сих пор это масло в сочетании с другими маслами (например, чайного дерева) входит в состав влагалищных свечей, борющихся с молочницей. Эффективно при простудных заболеваний, способствует отхождению мокроты – масло какао добавляется в теплое молоко и употребляется внутрь. При появлении на коже видимых следов растяжек рекомендуется как массажное масло, дает неплохой результат и при их профилактике. Защищает кожу рук, лица, губ от непогоды: ветра, мороза, солнца. Заживляет ожоги, целебно воздействует на разнообразную сыпь.

Активные компоненты масла какао прекрасно смягчают кожу, насыщают ее влагой, делают более эластичной и нежной. Употребление этого масла великолепно поддерживает тургор кожи, способствует ее гидролипидному балансу. Устраняет неглубокие морщины, «гусиные лапки», избавляет от небольших косметических дефектов (мелкие шрамы после фурункулов, комедоза). Наиболее эффективно для увядающей, уставшей кожи, но подходит и другим типам. Рекомендуется для использования при детском массаже. Великолепно впитывается, не оставляет жирного блеска.

Репейное масло.

Репейное масло обладает практически универсальным применением. Оно дает прекрасный результат при борьбе с радикулитом, ревматоидным артритом, используется при мастопатии – им смазывают грудь, залечивает даже застарелые раны, избавляет от экзем и многих других заболеваний кожи. Репейное масло показано людям любого возраста, оно омолаживает и помогает в профилактике огромного количества болезней.

Наиболее известны его чудесные качества в области ухода за волосами и кожей головы. Даже при облысении употребление репейного масла дает стойкий эффект. Нормализует капиллярное кровоснабжение кожи головы, укрепляет и питает кони волос, способствует избавлению от перхоти и различных видов себорей. Великолепно поддерживает ослабленные волосы – после окраски, завивки, длительных тепловых воздействий (ежедневная сушка феном, продолжительное пребывание на солнце). Возвращает волосам сияющий здоровый блеск, силу, борется с хрупкостью, сухостью и секущимися кончиками. Несмотря на то, что оно тяжело смывается, его действие обладает поистине волшебным эффектом.

Повышает качество и структуру ногтей, смягчает кожу рук. Специалисты рекомендуют перед принятием ванны смазать репейным маслом места с грубоватой кожей – такие, как локти, пятки.

Масло зародышей кукурузы.

Масло зародышей кукурузы не стоит использовать в качестве базового масла и в чистом виде. Это масло – эффективное средство для сопротивления атеросклерозу и его профилактики. Биологически активные вещества, содержащиеся в нем, способствуют выведению камней из почек, понижает холестериновый уровень, очищает стенки кровеносных сосудов, усиливает их эластичность. Положительно воздействует на печень, желчевыводящие протоки, оптимизирует жировой баланс человеческого организма.

Специалисты советуют употреблять 1-3 столовых ложек кукурузного масла в день, это обеспечит индивидуальную суточную потребность в необходимых жирных кислотах, восстановит свежий цвет лица и улучшит структуру волос.

Масло зародышей кукурузы высокопитательно, поэтому оно обладает исключительными регенерирующими свойствами, является компонентом многих «anti-age» формул. Успокаивает кожу любого типа, снимает раздражение и покраснение, насыщает клетки эпидермиса дополнительной влагой.

Входит в состав различных бальзамов и масок для волос. Хороший эффект для возвращения здорового сияния волосам дает использование предварительно подогретого кукурузного масла, его нужно втирать в чистую кожу головы.

Масло льна

Масло льна нормализует жировой баланс организма, что делает его незаменимым ингредиентом комплексных антицеллюлитных программ. Астма, тромбоз, гипертония, запоры – вот неполный перечень болезней, в борьбе с которыми эффективно льняное масло. Оно питает и помогает активной работе мозга, нормализует функционирование щитовидной железы. Повышает потенцию, нормализует выработку организмом половых гормонов, используется при лечении бесплодия. Не допускает возникновения и прогрессирование сахарного диабета. Это масло содержит колоссальное количество витаминов, содержание в нем жирных кислот превосходит даже рыбий жир, прекрасно воздействует на организм ребенка. Снимает болевой синдром, заживляет порезы, останавливает раневые воспалительные процессы, его наносят прямо на накладываемые повязки.

Возможно использование масла льна в качестве крема для лица и рук. Оно смягчает кожу, устраняет шелушение. Если кожа рук имеет значительные нагрубения, рекомендуется массировать их с применением этого масла. С этим маслом делают и маски для волос.

Льняное масло одинаково полезно при наружном и внутреннем применении, его также употребляют в пищу как добавку к салатам и другим блюдам.