

# RECEPTY K LEKCI NOSNÍ OLEJ

## Nosní olej při alergii a senné rýmě

Alergie/senná rýma

Do 10 ml rostlinného oleje  
1 kapka geránia  
2 kapky heřmánku modrého



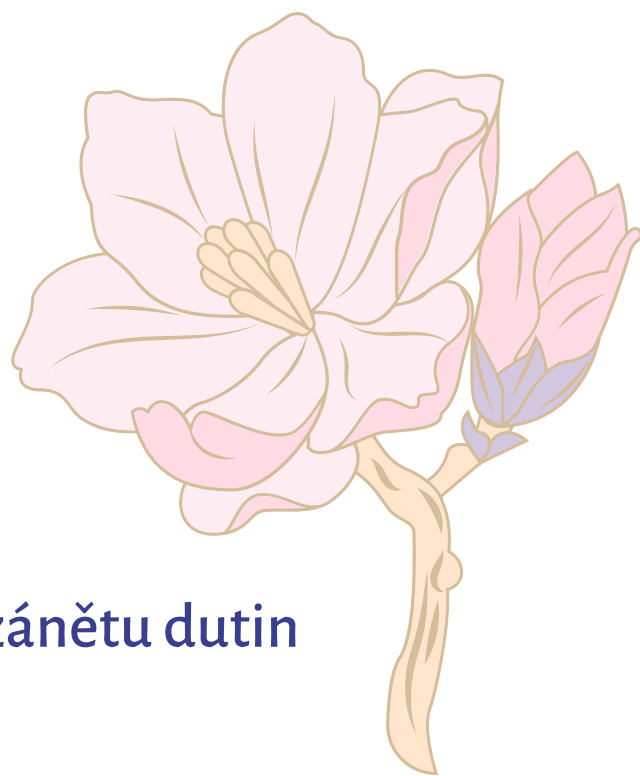
## Nosní olej pro malé děti

do 10 ml rostlinného oleje přidejte  
1 kapku manuky (nebo eukalyptu radiata)  
1 kapku levandule

# RECEPTY K LEKCI NOSNÍ OLEJ

## Nosní olej pro starší děti a dospělé

- 10 ml rostlinného oleje
- 1 kapka rozmarýnu cineol
- 1 kapka rozmarýnu verbenon
- 1 kapka heřmánku modrého
- 1 kapka levandule úzkolisté
- 1 kapka eukalyptu radiata



## Nosní olej při zánětu dutin

- Kapky do nosu na snížení otoku sliznic**
- 10 ml rostlinného oleje
- 3 kapky geránia
- 2 kapky rozmarýnu verbenon