

SAISONALE BESCHWERDEN LINDERN

Leichte Beschwerden

Den Roll-On kannst du dir so oft du magst auf die Nebenhöhlen, die Brust aber auch auf die Fußsohlen und das Handgelenk auftragen.

Stärkere Beschwerden

Wenn die Symptome stärker sind, kannst du die 3 Öle innerlich einnehmen. Gib dafür 6 Tropfen der Mischung in die pflanzliche Leerkapsel und schluck sie mit Wasser. Dies kannst du gerne 3-5 mal täglich machen.

Nutze Beides:

Bei stärkeren Beschwerden nutze den Roller und die Kapseln.

Halskratzen

Wenn es dich im Hals juckt kannst du auch 3 Tropfen der Mischung in einem Schnapsglas Wasser trinken.

Ebenfalls sehr angenehm sind die Pfefferminz Beadlets. Das sind kleine Kügelchen mit je 1/4 Tropfen Pfefferminzöl. Die kannst du einfach im Mund zerbeißen. Bringt sofort ein frisches und freies Gefühl. Bei Kopfschmerzen kannst du sie zerdrücken und mit den Fingern deine Schläfen und Kopfhaut massieren.

Atemschwierigkeiten

Kannst du schwer atmen und bekommst wenig Luft, kannst du 2 Tropfen der Atemwegsmischung "Air" in deine Hände geben, ein paar Atemzüge nehmen und auf den Hals einreiben.

Die Öle Lemon, Peppermint und Lavendel sind die Helfer bei saisonalen Beschwerden und können dir in dieser Zeit eine wirklich tolle Unterstützung und Erleichterung bieten.



SAISONALE BESCHWERDEN LINDERN

REZEPTE

10ML ROLL-ON

Fraktioniertes Kokosöl
6- 10 Tr. Peppermint
6- 10 Tr. Lavendel
6- 10 Tr. Lemon (Zitrone)



DIFFUSOR

2-3 Tr Air
2-3 Tr Lavendel



2-3 Tr Peppermint
2-3 Tr Lavendel
2-3 Tr Lemon

LEERKAPSEL

2 Tr. Peppermint
2 Tr. Lavendel
2 Tr. Lemon (Zitrone)

*oder die bereits fertig
gemixten TriEase
Kapseln*

LEICHTERES ATMEN

2 Tr. AIR (Atemwegsmischung) in
die Hände und tief einatmen.

HALSKRATZEN

Peppermint Beadlets
oder
AIR (Atemwegsmischung) Drops

