**1. Jakie olejki są najbardziej polecane dla niemowląt i małych dzieci?**

W przypadku dzieci dobór olejków eterycznych zawsze zależy od wieku, dolegliwości i stężenia, w jakim są stosowane. Co innego sprawdzi się u noworodka, a co innego u 2- czy 4-latka — im starsze dziecko, tym większy wachlarz możliwości.

Dlatego najlepiej skonsultować się z doświadczoną osobą, która pomoże dobrać olejki indywidualnie — bezpiecznie i skutecznie. Jeśli potrzebujesz takiego wsparcia, z przyjemnością Ci pomogę! Dobiorę odpowiednie olejki i rozcieńczenie, dostosowane do wieku Twojego dziecka i jego konkretnych potrzeb.

**2. Czy są olejki, których absolutnie nie powinno się używać u dzieci?**

Tak, są olejki, z którymi należy zachować ostrożność ze względu na ich intensywne działanie i skład chemiczny. Przykłady to m.in. mięta pieprzowa czy eukaliptus globulus — zawierają one substancje, które mogą być drażniące dla układu oddechowego i nerwowego małych dzieci.

Nie znaczy to jednak, że te olejki są „złe” — po prostu nie są odpowiednie dla najmłodszych lub wymagają dużej rozwagi i minimalnych dawek.

Dlatego tak ważne jest, aby olejki stosować pod okiem osoby, która się na tym zna — np. swojej konsultantki doTERRA, która pomoże dobrać

**3. Jakie olejki pomagają dzieciom na spokojny sen?**

Najczęściej polecane olejki na spokojny sen to lawenda i rumianek rzymski — mają działanie relaksujące, kojące i wspierają głęboki odpoczynek.

Ale uwaga! Żeby naprawdę zadziałały, muszą to być olejki o czystym, przebadanym składzie. Niestety rynek aromaterapii nie jest regulowany, a wiele firm sprzedaje mieszanki z domieszkami syntetycznymi, które nie mają żadnych właściwości terapeutycznych.

Dlatego zawsze wybieraj olejki klasy CPTG, których czystość i skład są potwierdzone badaniami. Wtedy możesz mieć pewność, że będą naprawdę działać — także u dzieci.

**4. Czy olejki eteryczne można stosować u dzieci z alergią?**

Jak najbardziej — a w wielu przypadkach nawet warto! O ile dziecko nie ma uczulenia na konkretną roślinę, odpowiednio dobrane olejki mogą znacząco złagodzić objawy alergii.

Są mieszanki, które:

              •            działają przeciwzapalnie i wyciszają nadreakcję układu odpornościowego,

              •            ułatwiają oddychanie, przynosząc ulgę przy zatkanym nosie i dusznościach,

              •            zmniejszają łzawienie, kichanie i uczucie świądu,

              •            a jednocześnie wspierają organizm w naturalnej regulacji w czasie sezonu pylenia.

Wiele moich klientek mówi wprost: „wreszcie mogę normalnie funkcjonować wiosną”. Odpowiednio skomponowana mieszanka potrafi naprawdę zdziałać cuda — oczywiście pod warunkiem, że to olejki czyste i terapeutyczne, nie syntetyczne podróbki z drogerii.

Pozdrawiam

Ewa So

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

[www.ewaso.pl](http://www.ewaso.pl)

+48 883160031