**Odpowiedzi na pytania po prezentacji**

1. **Co złego jest w świecach parafinowych?**

Świece parafinowe są wykonane z ropy naftowej, a ich spalanie może uwalniać toksyczne substancje, takie jak benzen i toluen, które są szkodliwe dla zdrowia. Mogą również wydzielać sadzę, która może zanieczyszczać powietrze w pomieszczeniach.

1. **Czy świece zapachowe (sojowe) mogą zaszkodzić noworodkowi?**

Świece sojowe są bezpieczniejsze niż parafinowe, ale w przypadku noworodków zaleca się ostrożność. Najlepiej używać świec bezzapachowych lub naturalnych zapachów o łagodnym działaniu. Należy unikać syntetycznych aromatów, które mogą być drażniące.

1. **Jakie olejki eteryczne polecane są w połogu?**

W połogu polecane są olejki eteryczne takie jak lawenda, pomarańcza, May chang, geranium i cytryna. Pomagają one w relaksacji, łagodzeniu stresu oraz regeneracji ciała i umysłu.

1. **Czy olejki przydadzą się też biorąc pod uwagę maluszka? Np. coś na kolki?** Niestety, olejki eteryczne nie są zalecane na kolki u dzieci. Zamiast tego dobrym pomysłem są termoforki z pestek wiśni - naturalne, nie oparzą maluszka, a w wersji mniejszej, idealnie dopasowanej do brzuszka, mogą działać masująco i rozluźniająco dzięki okrągłym pestkom wiśni.
2. **Jak produkuje się świece sojowe?**

Świece sojowe są produkowane z wosku sojowego, który pochodzi z oleju sojowego. Proces produkcji obejmuje topienie wosku, dodanie knota, wlewanie do formy i dodanie naturalnych zapachów. Po schłodzeniu i utwardzeniu, świece są gotowe do użytku.

1. **Jakich olejków wystrzegać się w ciąży?**

W ciąży należy unikać olejków takich jak rozmaryn, szałwia, tymianek, bazyliowy, jałowcowy, majerankowy, oregano, anyżowy oraz wielu innych. Zawsze warto skonsultować się z lekarzem przed użyciem jakichkolwiek olejków eterycznych w ciąży.

1. **Jak długo można palić świece sojowe? Jest jakiś limit takiego jednorazowego palenia?**

Zaleca się palić świece sojowe nie dłużej niż 3-4 godziny jednorazowo. Po tym czasie należy zgasić świecę, pozwolić jej ostygnąć i przewietrzyć pomieszczenie. To zapobiega nadmiernemu nagrzewaniu się pojemnika oraz zapewnia równomierne spalanie wosku.

1. **Czy są bezpieczne olejki, które możemy stosować u niemowląt w dyfuzorze w celu nawilżenia dróg oddechowych?**

Tak, olejki takie jak lawenda, rumianek rzymski i mandarynka są bezpieczne do stosowania w dyfuzorze u niemowląt. Ważne jest, aby używać tylko niewielkich ilości olejków i unikać bezpośredniego kontaktu z dzieckiem.

1. **A na salę porodową co zabrać by ten olejek zastosować? Dyfuzor?**

Na salę porodową można zabrać przenośny dyfuzor, ale ważne jest, aby wcześniej uzyskać zgodę personelu medycznego. Alternatywnie można użyć chusteczki lub bawełnianej kulki nasączonej olejkiem, którą można umieścić w pobliżu. Jeśli na sali porodowej są kabiny prysznicowe można w trakcie relaksującego prysznicu dodać 2-3 kroplę na płytkę w kabinie.

1. **Czy taki olejek może być kupiony gdziekolwiek w internecie czy lepiej z zielarni/apteki?**

Najlepiej kupować olejki eteryczne z zaufanych źródeł, takich jak zielarnie, apteki lub specjalistyczne sklepy internetowe. Warto upewnić się, że olejki są czyste, organiczne i pochodzą od renomowanych producentów, aby zapewnić ich jakość i bezpieczeństwo.

KONTAKT:

Aleksandra Wiecka

Email: naturalnaswieca@gmail.com