



Wichtige Hinweise für eine sichere Anwendung

Allgemein

- Bitte beachte immer die Anwendungsempfehlung von dōTERRA.
- **Weniger ist mehr. - Ein Tropfen genügt. - Ätherische Öle sind hochpotent.**
- Scharfe Öle sollten stark verdünnt werden: Gewürznelke, Zimt, Oregano, Thymian
- Bei Allergien, Unverträglichkeiten oder Unsicherheit vorsichtig testen.
- Phototoxische ätherische Öle können in Verbindung mit UV-Strahlung Hautreaktionen auslösen.
- Tiere: Bestimmte Öle (z.B. Eukalyptus, Nelke, Oregano, Teebaum, Thymian, Wintergrün, Zimt, Minze, Pfefferminze, Birke) können für Katzen problematisch sein
- **Nicht in Augen, Nase & Ohren anwenden**
- Jeder Mensch ist unterschiedlich.
- **Verwendung der ätherischen Öle auf eigene Verantwortung.**

Schwangerschaft & Stillen

- Clary Sage (Muskatellersalbei) kann die Geburt einleiten und sollte niemals während der Schwangerschaft verwendet werden (außer das Baby soll zur Welt kommen).
- Stark anregende und durchblutungsfördernde ätherische Öle meiden (Basilikum, Birke, Rosmarin, Thymian, Wintergrün, Zimt, Gewürznelke, Muskatellersalbei)
- Pfefferminze & Grüne Minze (stark verdünnt)

Kinder & Babys

- Ätherische Öle die nicht verwendet werden sollten (bis 6 Jahre): Pfefferminz & Eukalyptus können aufgrund des hohen Mentholgehalts die Atmenweg lähmen. Auch Kontaktpersonen sollten darauf achten, dass diese Öle nicht äußerlich angewendet werden.
- Vorsicht bei Kampferartigen und "scharfen" Ölen wie z. B.: Majoran, Oregano, Nelke, Muskatellersalbei, Rosmarin, Wintergrün, Anis, Kardamom