

Kérdése van? A Blikk
szakértői segítenek!

Jelige: „Egészség”

Válaszol:

Léves Tímea

aranyasszo

Harmóniában

➔ *Gyakran változik a hangulatom, akár 24 órán belül is, pedig valójában semmilyen komolyabb problémám nincs. Nagyon zavar a dolog, mit tehetnék ellene?*

(M. J.-né, Budapest)

➔ Az illóolajokkal való gyógyítás hatásos segítség lehet a téli időszakban igen jellemző depressziós hangulat kezelésében. A hidegebb hónapokban tehát mindig párologtasson belőlük a munkahelyén és az otthonában! Nemcsak a helyiség levegője lesz kellemesebb tőlük, de garantáltan jobb kedvre is derül majd, még akkor is, ha odakint

A hét érdekessége

55%

A válaszadók ekkora része tévesen azt gondolja: az antibiotikumok a vírusos megbetegedéseknél is hatásosak.

borult az ég. A legjobb illóolajok: narancsvirág, citrom, citromfű, orbáncfű, levendula, rózsza, jázmin, ilang-ilang és szantálfa. Ezekből akár többfélét is összekeverhet, mindennap kiválasztva a hangulatának megfelelő kombinációt. Már néhány hét alatt megtapasztalhatja, mennyire hatásos és kellemes dolog az illóolaj-terápia!