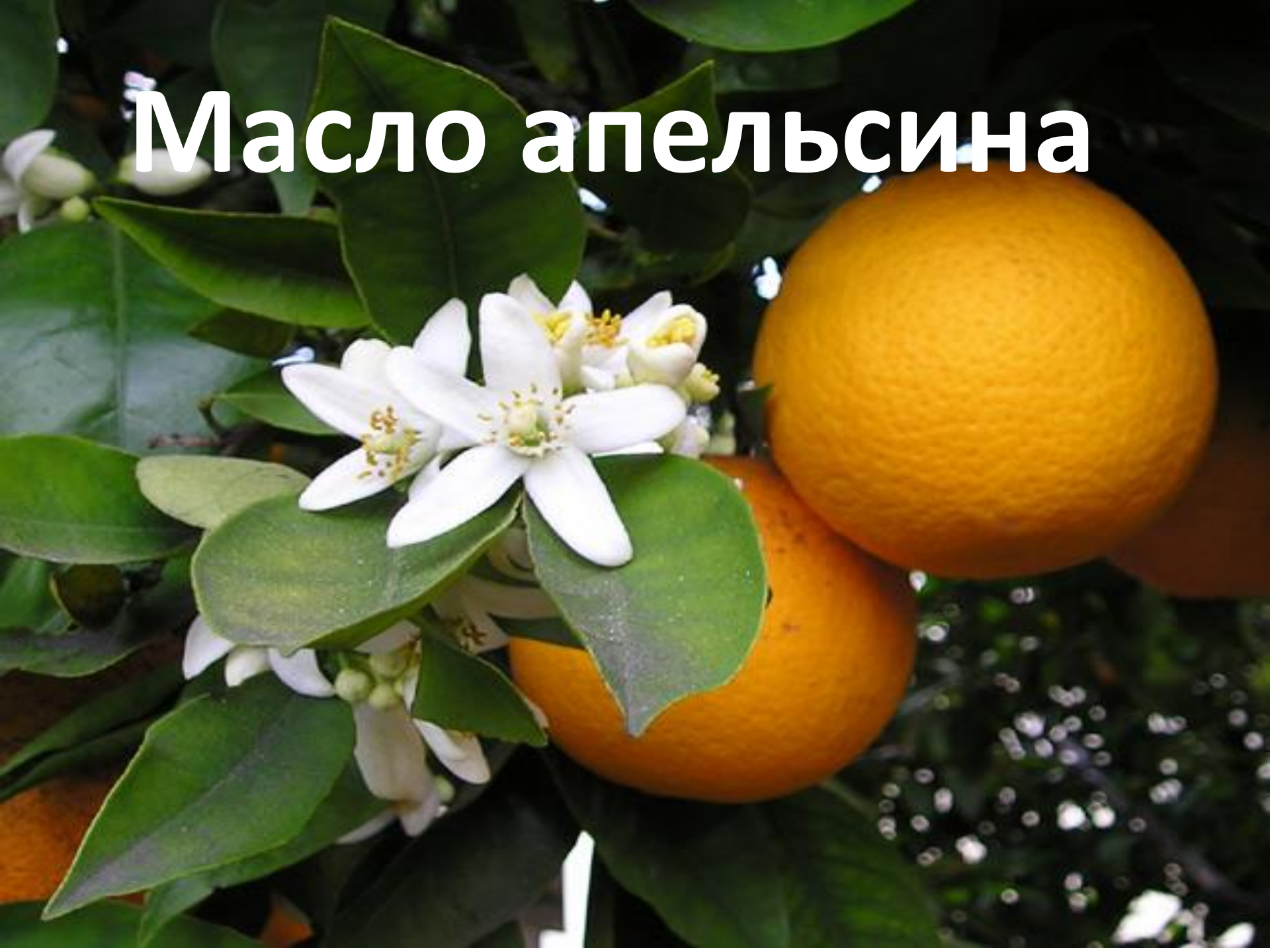


Масло апельсина



АПЕЛЬСИН



В 100 г апельсин содержится:

Белки - 0.9 г

Жиры - 0.2 г

Углеводы - 10.3 г (в т.ч. моно- и дисахариды - 8.1 г)

Пищевые волокна (клетчатка) - 1.4 г

Пектин - 0.6 г

Органические кислоты - 1.3 г

Витамины:

Витамин А - 0.05 мг

Витамин В1 (тиамин) - 0.04 мг

Витамин В2 (рибофлавин) - 0.03 мг

Фолиевая кислота (витамин В9) – 5 мкг

Ниацин (витамин РР) - 0.2 мг

Витамин С (аскорбиновая кислота) - 60 мг

Витамин Е (токоферол) - 0.22 мг



АПЕЛЬСИН



Макроэлементы:

Калий - 197 мг

Кальций - 34 мг

Магний - 13 мг

Натрий - 13 мг

Фосфор - 23 мг

Микроэлементы:

Железо - 300 мкг

Йод - 2 мкг

Кобальт - 1 мкг

Марганец - 30 мкг

Медь - 67 мкг

Фтор - 17 мкг

Цинк - 200 мкг

Калорийность: В 100 г апельсин в среднем содержится около 40 ккал.



АПЕЛЬСИНОВЫЙ СОК



- повышает иммунитет
- улучшает аппетит
- снижает утомляемость
- уменьшает отечность
- способствует быстрому восстановлению ран
- нормализует обмен веществ, помогая при борьбе с ожирением,
- улучшает работу пищеварительной системы (усиливают моторную функцию толстого кишечника и уменьшают в нем гнилостные процессы)
- помогает при борьбе с гипертонией и атеросклерозом (снижает проницаемость стенок сосудов)
- эффективно при лечении подагры, хронических заболеваний желчного пузыря, а также для профилактики и лечения гиповитаминозов;
- апельсиновый сок в чистом виде применяют для комплексного лечения злокачественных опухолей, анемии, гипертонии, атеросклероза, цинги, ожирения, инфекционных, и простудных заболеваний.
- эффективен при запорах, метеоризме, почечнокаменной болезни,
- при повышенной кровоточивости десен и других видах кровотечений,
- для лечения кожных заболеваний.
- отвары из кожуры апельсина используют для лечения ревматизма и при сердечной недостаточности.

ОСТОРОЖНО



Не стоит употреблять апельсиновый сок непосредственно перед едой, так как это может нарушить пищеварение

Апельсины противопоказаны при язвах и гастритах с повышенной кислотностью, при воспалениях поджелудочной железы и стенок тонкого кишечника.



масло апельсина является фототоксичным – оно аккумулирует солнечный свет и может стать причиной ожога.

МАСЛО АПЕЛЬСИНА



**Эфирное масло апельсин сладкий
бразильский
(Citrus sinesis L. Osbeck)**

**Производитель: Elixan Aromatica
(Швейцария) для Vivasan**

Метод получения масла: из свежей
кожуры апельсина методом холодного
отжима.

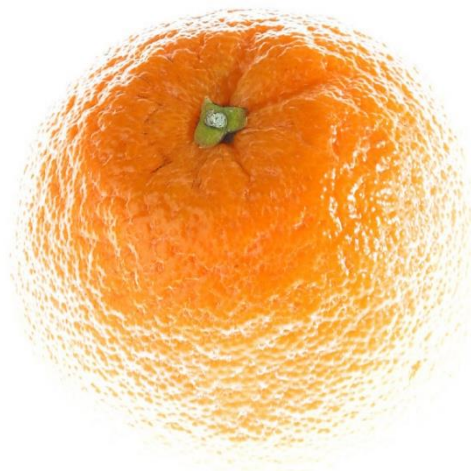


Свойства апельсинового масла



Бактерицидное
фунгицидное
противовирусное
дезодорирующее

противолихорадочное
спазмолитическое
желчегонное
кровеочищающее
иммунностимулирующее



отбеливающее
увлажняющее
мочегонное
антисклеротическое
противоотечное

успокаивающее
антистрессовое
антидепрессивное
гипотензивное



Позитивное действие на нервную систему

обладает сильным успокаивающим эффектом,
устраняет психоэмоциональное возбуждение,
бессоницу;

помогает сосредоточиться,

повышает работоспособность и концентрацию внимания;

рекомендуется при депрессии, состояниях страха





При желудочно-кишечных заболеваниях:

- улучшает перистальтику кишечника, способствует снижению гнилостных процессов в нем;
- обладает мягким желчегонным действием;
- предупреждает образование камней в желчном пузыре;
- нормализует секрецию при гипоацидных гастритах;
- повышает аппетит;
- способствует снижению веса;
- нормализует углеводный и жировой обмен веществ.





Повышает остроту зрения,
снимает перенапряжение
аккомодационной мышцы
при повышенных нагрузках
(работа на компьютере)
Отличается повышенным
содержанием провитамина А





Ослабляет или полностью устраняет спазмы гладкой мускулатуры внутренних органов, поэтому используется при хроническом бронхите, судорогах мышц, конвульсиях.

Снижает кровяное давление.





В стоматологии:

ликвидирует воспаление и кровоточивость десен, а также деструктивные изменения тканей при пародонтозе.



В косметических целях:

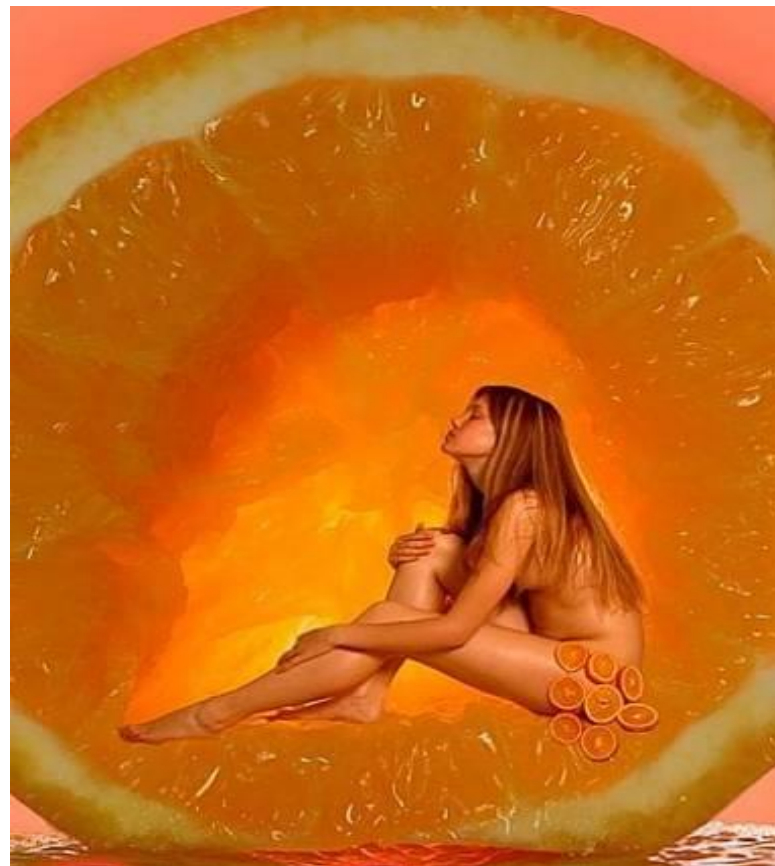
обладает мощным
антицеллюлитным действием;
осветляет пигментные пятна;
улучшает цвет лица;
повышает тонус кожи, стимулирует
местное кровообращение;
стимулирует регенерацию;
способствует обновлению кожи;
рекомендуется для ухода за сухой,
обветренной и потрескавшейся
кожей.



Повышает оптимизм,
веру в свои силы и
обаяние.

Восстанавливает ауру после
тяжелой болезни и
эмоциональных стрессов.

Рекомендуется при
потребности в сочувствии и
душевном тепле.



Показания к применению



- нервное напряжение, чувство тревоги, страх, стресс, депрессия;
- рассеянное внимание, бессонница, гипертония;
- простуда, грипп и бронхиты;
- воспалительные процессы кожи, угревая сыпь;
- стоматит, пародонтоз;
- нарушение кровообращения;
- ожирение, отеки, целлюлит;
- нарушение пищеварения, запоры и диспепсия;
- для ароматизации воздуха в помещении;



СПОСОБЫ ПРИМЕНЕНИЯ



- Аромалампа: 3-5 к. (простуда, стресс, бессонница, гипертония, для повышения концентрации внимания)
- Ароматические ванны: 5 к. или в смеси с другими эфирными маслами (для снижения веса, при целлюлите, против бессонницы)
- Массаж: 5 к. на 10 мл массажного масла (целлюлит)
- Растирания: 7-8 к. на 10г основы (боли в суставах, миозиты, невралгии)
- Полоскание: 2-3 к. на стакан воды (ангина, пародонтоз, стоматит)
- Обогащение шампуней: 5 к. масла на 10г основы (перхоть, сухие волосы)
- Обогащение кремов: крем 10 г + 3 к. апельсина (уход за увядающей кожей, стимулирует процессы регенерации в коже, очищает, отбеливает, увлажняет кожу, а также с целью получения быстрого и красивого загара)
- Внутреннее применение (только после консультации с врачом): по 1 к. на стакан чая или сока 2 р. в день (снижает артериальное давление эффективно при бессоннице, заболеваниях желудка, печени и желчевыводящих путей, стимулирует обмен веществ).

