

Etherische Oliën – Belangrijke Veiligheidspunten

Etherische oliën zijn erg sterk en geconcentreerd daarom is het heel belangrijk dat ze zorgvuldig en veilig gebruikt worden in de juiste verdunning en dosering. Algemene veiligheidspunten worden hieronder gegeven. Het is aan te bevelen dat je de tijd neemt om kennis te nemen van het gebruik, de effecten en de potentiële bijwerkingen van specifieke etherische oliën voordat je tot de aankoop en het gebruik ervan over gaat.

* Etherische oliën mogen nooit inwendig worden gebruikt! Met uitzondering van het onder begeleiding van een gekwalificeerde gezondheidstherapeut welke opleiding heeft ontvangen over het internationale gebruik van etherische oliën. De meeste oliën zullen bij inwendig gebruik de slijmvliezen van het verteringssysteem zwaar beschadigen, alle etherische oliën zijn bij onkundig inwendig gebruikt potentieel giftig.

* Vele etherische oliën moeten worden vermeden gedurende de zwangerschap en tijdens de lactatie periode.

* Bepaalde etherische oliën moeten niet worden gebruikt voor hele jonge kinderen (onder 2 jaar) en ouderen. Sommige etherische oliën zijn niet geschikt voor personen met astma, hoge bloeddruk, epilepsie of diabetes. Wanneer je twijfelt zoek dan gekwalificeerd advies voordat je over gaat tot aankoop of gebruik.

* De meeste etherische oliën veroorzaken milde tot zware huid irritatie wanneer ze puur (zonder verdunning in een basisolie) worden gebruikt. Etherische oliën mogen niet puur in contact komen met de slijmvliezen of de ogen. Als je een gevoelige huid hebt of allergieën of als je onzeker bent of een bepaalde olie geschikt voor je is, doe dan een 'patch test'. Verdun een paar druppels in een basisolie/creme/melk en breng hiervan een beetje aan op de binnenkant van je pols, dek dit af met een pleister voor een aantal uur. Als er irritatie of roodheid ontstaat, spoel de huid dan met koud water en verdun in de toekomst de etherische olie met meer basisolie of vermijdt de olie helemaal.

* Sommige etherische oliën zijn fototoxisch, dit betekent dat ze pigmentatie van de huid kunnen veroorzaken als ze worden aangebracht op de huid die wordt blootgesteld aan zonlicht. Dit gaat vooral op voor citrus oliën inclusief Bergamot.

* Wanneer je etherische oliën gebruikt in recepten voor het maken van je eigen natuurlijke huidverzorgingsprodukten wees dan voorzichtig dat ze geen tegenovergestelde synergetische werking hebben wanneer ze worden gecombineerd en houdt je aan de hoeveelheid die het recept aangeeft (doorgaans minder dan 0,5% van het totale recept).

* Etherische oliën moeten veilig worden opgeborgen, in donkere glazen flessen, buiten bereik van kinderen of dieren. De flessen moeten altijd goed worden afgesloten. Bij gebruik van je etherische olie laat je de fles alleen open voor de tijd dat het neemt om de hoeveelheid te gebruiken die je nodig hebt.

* Sommige etherische oliën zijn ontvlambaar dus houdt ze weg van open vuur, direct zonlicht of andere warmte bronnen. Als een fles met olie voor welke reden dan ook erg warm is geworden, laat deze dan op natuurlijke wijze afkoelen voordat je de fles opent

* Transfer nooit pure etherische oliën van glazen containers naar plastic, gelakte of geverfde containers.

* Gebruik alleen pure etherische oliën en koop ze van een betrouwbare bron. Pas op voor een ieder die goedkope etherische oliën verkoopt. Onder de huidige EU regelgeving moet het label

van de etherische olie de INCI naam van de olie, het land van herkomst, batch nummer, veiligheidswaarschuwingen en inhoudstoffen van overgevoeligheid vermelden ('sensitisers').

* Spoel nooit zomaar ongebruikte etherische oliën weg, zelfs in de kleinste hoeveelheden kunnen sommige oliën schade toebrengen aan water organismes en gevoelige micro-ecosystemen.