

AromaTouch Anwendung

Entspannung für Körper, Geist und Seele.

Die AromaTouch® Technique ist eine äußerst wirksame Methode, die den Körper auf ganzheitlicher Ebene entspannt. Es werden 8 verschiedene dōTERRA CPTG® zertifizierte ätherische Öle in einer bestimmten Reihenfolge auf die Energie-Zonen des Rückens und der Füße aufgetragen und sanft eingearbeitet.

Die Öle sind auf seelischer und körperlicher Ebene hochwirksam, sie gleichen aus und helfen die Zellen zu reinigen und zu regenerieren.

Wirkung der AromaTouch® Anwendung

- Stärkung des Immunsystems
- Aktivierung des parasympathischen Nervensystems
- Stressreduzierung
- Gesunde Entzündungsreaktion
- Regeneration durch geistige und körperliche Tiefenentspannung
- Homöostase

Dr. David Hill, Arzt, Chiropraktiker und einer der weltweit führenden Experten in der Anwendung ätherischer Öle für medizinische Zwecke, entwickelte diese Technik, um den Körper in einen Zustand der Balance zurückzuführen. Dr. Hill hat erkannt, dass vier wesentliche Faktoren als Grundlage von Krankheiten im Körper existieren: Stress, Toxische Angriffe (Kosmetika, Umwelt, Pestizide), Entzündungsreaktionen (durch Stress, Ernährung, Trauma,...) und Ungleichgewicht des vegetativen Nervensystems. Die AromaTouch® zielt darauf ab die Homöostase wieder herzustellen und die Auswirkungen dieser Faktoren zu minimieren.

4 Phasen

1. Phase >> Stressmanagement



Balance: Mischung aus Fichte, Ho-Holz, Weihrauch und blauer Rainfarn

Emotionaler Stress, Sorgen, Schlafmangel etc. können verschiedene Symptome im Körper auslösen. Werden diese Warnsignale über einen gewissen Zeitraum ignoriert, hat das dann negative Auswirkungen auf den ganzen Körper.

doTERRA Balance® ätherische Ölmischung schenkt ein Gefühl der Ruhe und des Wohlbefindens. Das Beginnen der Anwendung mit diesem Öl schafft eine innige Verbindung zwischen beiden Personen.

Die ätherischen Öle Balance und Lavendel unterstützen den Körper bei der Beruhigung und tiefen Entspannung, sowie bei der Erreichung der inneren Balance.

2. Phase >> Immunsystem stärken



On Guard: Mischung aus Wildorange, Zimt, Eukalyptus, Rosmarin und Nelke

Die ätherischen Öle On Guard und Teebaum stärken das Immunsystem und wirken reinigend, keimtötend und desinfizierend. Teebaumöl alleine, hat 90 verschiedene Wirkstoffe und grenzenlose Einsatzmöglichkeiten.

Mit diesen beiden Ölen wird das Immunsystem bei dessen wichtigen Aufgabe unterstützt und hilft somit dem Körper sich selbst zu heilen.

3. Phase >> Entzündungshemmend und schmerzlindernd



Die ätherischen Ölmischungen AromaTouch und Deep Blue fördern die Zirkulation im Körper, lösen Spannungen, belebt und verleiht neue Energie nach Anstrengungen und bei angespannten Muskeln, wirkt kühlend, beruhigt gereiztes Gewebe, tonisiert die Haut, reduziert mentale Müdigkeit und hilft dem Körper bei der Linderung von Schmerzen und anderen Symptomen.

AromaTouch: Mischung aus Zypresse, Majoran, Basilikum, Lavendel, Grapefruit und Pfefferminz

Deep Blue: Mischung aus Wintergrün, Kampfer, Pfefferminz, blauer Rainfarn, blaue Kamille, Strohblume und Osmanthus

4. Phase >> Homöostase



Die ätherischen Öle Wildorange und Pfefferminze helfen dem Körper in die Homöostase zurück zu gelangen. (*Homöostase ist die Aufrechterhaltung des inneren Milieus des Körpers mit Hilfe von Regelsystemen. Diese Systeme können u. a. sein: die Regelung des Kreislaufs, der Körpertemperatur, des pH-Wertes, des Wasser- und Elektrolythaushaltes oder die Steuerung des Hormonhaushaltes.*) Die Öle heben ausserdem die Stimmung, stärken das Immunsystem, sind antibakteriell, wirken entspannend, beruhigend und kühlend.