

So verwenden Sie das doTerra Air Öl

- 1. Um ein sehr gutes Ergebnis zu erzeugen, tragen Sie das Air Öl auf die Brust auf um seine Wirkung zu nutzen. Dadurch unterstützt das **doTerra** Air Öl eine freie Atmung und belebt diese.
- Um einen erholsamen schlaf zu haben, können Sie die doTerra Air Mischung auf die <u>Fußsohlen</u> reiben. <u>Doterra</u> Air hilft auch Kindern für eine gute Nachtruhe.

Ein kleiner Auszug gegen welche Beschwerden Sie das **doTerra** Air Ölverwenden können

Asthma, Atemwege, Besorgtheit, Bronchitis, **Erkältung** und Grippe, Husten, uvm.

Verwendung als Massageöl

Geben Sie fünf Tropfen des Air Öl zu einem Trägeröl (**doTerra** Kokosöl) und vermischen es. Für ein Vollbad geben Sie fünf Tropfen Air Öl und etwas Kokosöl zu einer Mischung und geben es in ihre Badewanne. Oder Sie verwenden es als Parfüm. Es reicht ein Tropfen Air Öl mit zehn Tropfen Trägeröl. Diese Mischung können Sie sehr gut aufbewahren.

Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass leichte **Hautreizungen** entstehen. Meiden Sie den Kontakt mit Augen und dem Innenohr. Meiden Sie nach einer Behandlung der Haut starkes Sonnenlicht und UV-Licht bis ca. 12 Stunden.

doTerra Air die **Atemwegsmischung** um **Asthma** und **Bronchitis** zu heilen.