

## Richtlijn voor veilig gebruik van de etherische oliën van Young Living

1. Altijd een fles V-6 (puur plantenoliemengsel) of een andere pure plantenolie binnen handbereik hebben staan, als essentiële oliën gebruikt worden.  
Bij huidirritatie kunnen hierdoor de etherische oliën meteen verdund worden met de plantenolie. Nooit met water verdunnen – dat versterkt de werking.  
Vermeid hete oliën als kaneel en kruidnagel op de huid (bv. Thieves alleen in het voetbad of in de diffuser)
2. De olieflesjes goed gesloten en vrij van zonlicht op een koele plek bewaren. Zo blijft de kracht van de oliën vele jaren bewaard.
3. Buiten bereik van kinderen bewaren.
4. Bij gebruik van de essentiële oliën op kinderen onder de 7 jaar, de oliën altijd mengen met een massageolie. In het bijzonder de oliën die een hoog mentholgehalte bevatten (zoals Pepermunt).
5. Niet in het halsgebied gebruiken bij kinderen onder de 30 maanden.
6. Vermijd de directe zon en zonnebank na het gebruik van citrusoliën als bv. Lemon, Bergamot, Orange, Tangerine, Joy en Peace and Calming. Deze oliën kunnen huidreacties of pigmentvlekken veroorzaken als de huid binnen 3-4 dagen na het gebruik van de olie aan direct zonlicht blootgesteld wordt. In de zomer is het beter deze oliën op de voetzolen aan te brengen.
7. Essentiële oliën nooit in de ogen of oren doen, niet in de ogen wrijven of contactlenzen aanraken met vingers waar etherische olie op zit.
8. Oliën met een hoog Pfenolgehalte zoals Oregano, Helichrysum, Cinnamon, Thyme, Clove, lemongrass, Bergamot, Thieves en Immupower, kunnen contactlenzen beschadigen en de ogen irriteren. Wanneer essentiële olie in de ogen komt meteen met pure plantenolie verdunnen – nooit met water uitspoelen!
9. Voorzichtig met essentiële oliën bij zwangerschap. Bespreek met de behandelend huisarts als er oliën gebruikt gaan worden met hormoon gelijkende werkingen zoals Clary Sage, Idaho Tansy, Juniper, Fennel.
10. Bij epilepsie en hoge bloeddruk vóór het gebruik van essentiële oliën met de behandelend arts spreken. Gebruik geen Hyssop, Fennel, of Idaho Tansy.
11. Bij allergieën en gevoelige huid altijd eerst een druppel etherische olie aan de binnenkant van de onderarm uittesten voordat de olie op andere gebieden gebruikt wordt. De onderkant van de voeten is een van de veiligste en effectiefste plekken waarop de oliën gebruikt kunnen worden.
12. Vóór de innerlijke inname van GRAS (generally regarded as safe), de als veilig beschouwde essentiële oliën, altijd met een olieoplossende substantie als honing, olijfolie of rijstemelk verdunnen.
13. Onverdunde essentiële oliën nooit direct in het badwater doen. Altijd van tevoren vermengen met een badolie, zeezout, melk of honig.
14. Alle documentatie over de Young Living producten is uitsluitend bedoeld ter informatie, ze vervangt geen bezoek aan de arts. Het is niet toegestaan om diagnoses te stellen of beloften over genezing te doen.