

Najcenniejsze olejki

OLEJEK KMINKOWY

W artykule przedstawiono opis botaniczny, sposób uprawy i zbioru kminku zwyczajnego (*Carum carvi* L.) oraz otrzymywanie z niego olejku eterycznego. Podano charakterystykę zapachową, parametry fizykochemiczne i skład chemiczny olejku. Opisano zastosowanie kminku i olejku kminkowego w żywności, medycynie, aromaterapii i przemyśle perfumeryjnym.



DR INŻ. ANNA LIS

MGR INŻ. ALEKSANDRA ZABŁOCKA

Sztuka masażu

DRENAŻ LIMFATYCZNY I OLEJKI ETERYCZNE CZ. II

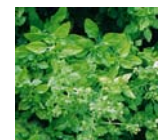
Układ limfatyczny – układ odpornościowy. Ogólna budowa i funkcje narządów limfatycznych – elementów systemu immunologicznego. Drenaż limfatyczny – masaż, który usprawnia funkcje obronne organizmu. Wspomagające działanie olejków eterycznych w walce z infekcjami.

MGR DOROTA STEFAŃSKA

Historie ziołowe

BAZYLIA WONNA (*OCIMUM BASILICUM* L.) – PRZYPRAWA NA KRÓLEWSKI STÓŁ

Bazylia wonna (*Ocimum basilicum* L.) to aromatyczna roślina z rodziny Jasnotowatych (*Lamiaceae*). Świeże liście lub suszone ziele, jako przyprawy, znane są zapewne na całym świecie. Również olejek bazyliowy jest bardzo ceniony w aromaterapii i przemyśle perfumeryjnym.



DR INŻ. EWELINA PIÓRO-JABRUCKA

Przygoda z perfumami

MAGIA JESIENNYCH BARW W PERFUMERII

Najnowsze propozycje na tegoroczną jesień zapowiadają się niezwykle interesująco. Ich twórcy chcieli jak najlepiej oddać ten wulkan kolorów, jakimi mieni się ta pora roku. Zapraszam na intrygującą wyprawę szlakien zapachów jesieni. Jakie nowości zagospzczą na naszym perfumeryjnym rynku w tym sezonie? Na to i na wiele innych pytań znajdą Państwo odpowiedzi w tym artykule..



MGR MONIKA KALETA

MUZEUM PERFUMERII W BAWARII POD MONACHIUM

DR INŻ. IWONA KONOPACKA-BRUD

Dr Beta Radzi

JESIENNA APTECZKA Z OLEJKAMI

Dr Beta

Most valuable essentials oils

CARAWAY OIL

A review. Essential oil from caraway (*Carum carvi*) is presented. Production, physicochemical data, chemical composition and application of the oil in food, medicine, aromatherapy and perfumery are described.

**DR ANNA LIS
M.SC ALEKSANDRA ZABŁOCKA**

Art of massage

LYMPHATIC DRAINAGE AND ESSENTIAL OILS PART II

Lymphatic system - the immune system. The general structure and functions of the lymphatic organs - components of the immune system. Lymphatic drainage - massage, which improves the functions of the body's defense. Supporting activity of essential oils in the fight against infections is described.

M. SC DOROTA STEFAŃSKA

Herbal stories

SWEET BASIL (*OCIMUM BASILICUM* L.) – SPICE TO THE ROYAL TABLE

Sweet basil (*Ocimum basilicum* L.) is aromatic plant of the *Lamiaceae* family. The fresh leaves or dried herb, as spices are known throughout the world for centuries. The basil essential oil is highly valued in aromatherapy and perfumery too.

DR EWELINA PIÓRO-JABRUCKA

Adventure of perfume

MAGIC COLORS OF AUTUMN IN PERFUMERY

The latest propositions on this autumn promise to be extremely interesting. Their creators wanted to describe the volcano of colors, typical for this time of year. Welcome to the intriguing tour of the scents of autumn. Which new perfumes will appear on the market this season? In the article you will find an answer to this and many other questions.

MONIKA KALETA M. SC

MUSEUM OF PERFUMERY IN BAVARIA, MUNICH

DR IWONA KONOPACKA-BRUD

Dr Beta advises

AUTUMN KIT WITH ESSENTIAL OILS

Dr Beta Radzi

JESIENNA APTECZKA Z OLEJKAMI



*A kiedy przyjdzie jesień –
Zatulamy się w koc,
By nam ciepłutko było
Cały dzień, całą noc.*

M. K. Dąbrowski, Romantica,
wyd. PRIMUM s.c. , 2009

Ten fragment z wiersza pt. „Pory Roku” poety Macieja Krzysztofa Dąbrowskiego doskonale oddaje nastrój i temperaturę nadchodzącej wielkimi krokami jesieni. Najczęściej deszczowe i pochmurne dni, z rzadka przeplatane słonecznymi i ciepłymi, powodują pogorszenie samopoczucia, często przynoszą smutek i spadek nastroju. W aromaterapii zalecane są olejki poprawiające nastrój, zapobiegające depresyjnym myślom i złemu samopoczuciu. Warto więc w jesiennej apteczce zgromadzić zapas olejków: **drzewa różanego, limetkowego, grejpfrutowego**, i przygotować mieszankę przeciwdepresyjną:

Mixtura Dr Beta D-3:

olejek drzewa różanego	4 krople
olejek limetkowy	3 krople
olejek grejpfrutowy	3 krople

i stosować ją w kominku aromaterapeutycznym do wdychania raz dziennie.



Jesienna, zmienna aura sprzyja też częstym infekcjom dróg oddechowych – katar, kaszel i ból gardła nękają nas często, pogarszają jakość życia, powodują osłabienie, zniechęcenie, no i niekiedy przymusowe przerwy w pracy i w codziennych obowiązkach. Lepiej więc zapobiegać infekcjom, wzmacniać system odpornościowy, stosując specjalnie wybrane olejki eteryczne przeciwdziałające przeziębieniom. Do nawaniania pomieszczeń z kominka aromaterapeutycznego najlepiej wybrać olejki: **drzewa herbacianego i lawendowy**, które mają silne właściwości przeciwbakteryjne, zapobiegają infekcjom i dezynfekują powietrze. Warto też w apteczce trzymać zapas olejków: **eukaliptusowego, mięty pieprzowej i anyżowego**. Poniżej Mieszanka na przeziębienie:

Mixtura Dr Beta D-2:

olejek drzewa herbacianego	3 krople
olejek eukaliptusowy	3 krople
olejek mięty pieprzowej	2 krople
olejek anyżowy	2 krople

Można ją stosować w przypadku infekcji do inhalacji oraz do nacierania klatki piersiowej codziennie wieczorem, jeżeli rozcieńczymy 3 krople tej mieszanki w łyżeczce oleju z nasion winogron.

Więcej informacji znajdziecie Państwo wewnątrz numeru kwartalnika Aromaterapia Nr 4 (78) t. 20 Jesień'2014

Dr Beta

Informacja dla autorów

Do publikacji w kwartalniku **Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego** przyjmowane są artykuły: oryginalne, pogładowe oraz o charakterze informacyjnym. Prace akceptowane są przez Radę Redakcyjną. Prace w wersji elektronicznej oraz wydruk pracy należy przysyłać na adres Redakcji. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów i poprawek, które nie wpływają na treść merytoryczną pracy, oraz zmiany tytułów i umieszczania śródtytułów. Prace nie odpowiadające wymaganiom będą odsyłane autorom do poprawienia bez rozpatrzenia merytorycznego. Prace w kwartalniku PTA są publikowane w polskiej wersji językowej oraz ich abstrakty w wersji angielskiej.

Prawa autorskie. Każdy manuskrypt musi zawierać podpisane przez wszystkich autorów oświadczenie: „*Oświadczam(y), że artykuł jest oryginalny, nie narusza praw autorskich ani innych praw własności stron trzecich; nie jest złożony do publikacji w innym czasopiśmie i nie był uprzednio publikowany. Po ukazaniu się publikacji podpisany(i) autor(rzy) przekazuje(q) wszystkie prawa autorskie pracy (tytuł artykułu) PTA.*”

Prawa autorskie. Wszystkie prawa autorskie przechodzą na PTA. Artykuły ani żadne ich fragmenty nie mogą być kopiowane i rozpowszechniane w żadnej formie (tradycyjnej czy elektronicznej) bez uzyskania pisemnej zgody PTA.

Zgoda na przedruk (powielanie). Korespondencję dotyczącą przedruku lub powielania artykułów lub jakichkolwiek ich części należy kierować na adres PTA. PTA nie ponosi również żadnej odpowiedzialności za treść reklam umieszczanych na łamach Aromaterapii.

Manuskrypt (cały w języku polskim) powinien być przygotowany w wersji elektronicznej.

Strona tytułowa powinna zawierać: tytuł w języku polskim i angielskim, imiona i nazwiska autorów, nazwę instytucji, w których zatrudnieni są autorzy oraz adres autora do korespondencji, telefon i e-mail. **Tytuł pracy** powinien być zwięzły i jasny, nie powinien przekraczać 120 znaków.

Streszczenia w języku polskim i angielskim powinny zawierać do 400 znaków. Streszczenia prac oryginalnych muszą zawierać następujące części: wprowadzenie, cel, materiał i metody, wyniki, wnioski.

Słowa kluczowe (w języku polskim i angielskim) - nie więcej niż 7 słów kluczowych.

Tekst. W tekście artykułów oryginalnych wyszczególnione powinny być następujące działy: wprowadzenie, cel, materiał i metody, wyniki, dyskusja. Nazwiska, nazwy łacińskie, np. roślin, drobnoustrojów oraz wyrazy obcojęzyczne należy wyróżnić kursywą.

Skróty, symbole i jednostki. Bez objaśnień dopuszczalne są tylko powszechnie znane skróty i symbole mało znane (ewentualnie tworzone przez autorów) muszą być przy pierwszym użyciu poprzedzone opisem (w nawiasie). Skrótów nie należy stosować w tytule pracy.

Ryciny (rysunki, zdjęcia) - jeżeli zostały zaczerpnięte z publikowanych źródeł, autorzy muszą uzyskać zgodę właściwego wydawcy na ich wykorzystanie oraz zaznaczyć na końcu podpisu, z jakiego źródła pochodzą. Rysunki powinny być wykonane w programie *Excel* lub edytorów specjalistycznych.

Zdjęcia muszą być najwyższej jakości, z podaniem autorów lub źródeł z prawami do publikacji.

Tabele powinny być ponumerowane liczbami rzymskimi, po których następuje krótki tytuł. Pod tabelą należy zamieścić wyjaśnienie skrótów używanych w tabeli.

Piśmiennictwo należy cytować podając w tekście kolejne numery w nawiasach kwadratowych [1,2]. Informacje niepublikowane można przytaczać podając źródła informacji w tekście (w nawiasie). Kolejność pozycji piśmiennictwa powinna być zgodna z kolejnością cytowań, a nie z porządkiem alfabetycznym. Każda pozycja piśmiennictwa powinna zawierać: nazwiska i inicjały imion autorów (jeżeli praca ma więcej niż trzech autorów należy dodać „i wsp.”), tytuł artykułu, skrót tytułu czasopisma, rok publikacji; numer tomu (ew. numer zeszytu).

Adres do przysyłania artykułów: Redakcja Kwartalnika „Aromaterapia”, 03-115 Warszawa, ul. Klasyków 10, e-mail: info@pta.org.pl

Termin nadsyłania artykułów jest cykliczny i nieprzekraczalny w terminie 6 tygodni od ukazania się kolejnego numeru, np.

do numeru (1) Zima – do 15 listopada,

do numeru (2) Wiosna – do 15 lutego,

do numeru (3) Lato – do 15 maja,

do numeru (4) Jesień – do 15 sierpnia.

Informacje dla Czytelników

Prenumerata. Cena prenumeraty wynosi 80 PLN rocznie. Cena pojedynczego egzemplarza: 25 PLN. Prenumeratę można zamówić na dowolną liczbę kwartałów, począwszy od dowolnego numeru - także wstecznie. Zamówienie można przysyłać na adres wydawcy: FSZ Pollena-Aroma, ul. Klasyków 10, 03-115 Warszawa, tel. 22 5041778, 608677305, rynkowa@pollenaaroma.com Kwartalnik można zakupić w formie pliku PDF na płycie CD na stronie www.drbeta.pl

W zamówieniu należy podać wykaz zamawianych numerów, adres, na który egzemplarze wysłane zostaną pocztą oraz ew. dane do faktury.



OLIWKI DO MASAŻU

π LOVE[®]

DO MASAŻU UJĘDRNIAJĄCEGO
z olejkiem ylang-ylang i kolendrowym



AROMA[®] RELAX

DO MASAŻU RELAKSUJĄCEGO
z olejkiem neroli i cytrynowym



- *Wzmacnia siły witalne*
- *Pobudza zmysły*
- *Dobrze rozprawdza się na skórze, nadaje poślizg*
- *Pozostawia zmysłowy zapach*
- *Pojemność 150 ml i 500 ml*

- *Odpęza, uspokaja, wycisza*
- *Poprawia elastyczność i sprężystość skóry*
- *Dobrze rozprawdza się na skórze, nadaje poślizg*
- *Pozostawia piękny, kwiatowo - cytrusowy zapach*
- *Pojemność 150 ml i 500 ml*

POLLENA
AROMA
TWORZYMY OD 1956 R.

Pollena-Aroma Sp. z o.o., 03-115 Warszawa, ul. Klasyków 10
tel.: (22) 5041740, fax (22) 5041703
e-mail: rynkowa@pollenaaroma.com, www.drbeta.pl