

AROMATERAPIE®
Karel
Hadek

ČASOPIS PRO ZDRAVÍ A KRÁSU 1/2020



PORADNA



GRAPEFRUITOVÝ OLEJ



AROMAFUNA A AROMAFLORA





Nový rok, jehož číslo obsahuje dvě dvacítky, již píšeme více než měsíc. Právě ony dvacítky napověděly, jak ten čas šíleně letí. Nezdá se mi, že je to nějak dlouho, byť je tomu již dvacet let, co jsme se rozloučili s devatenáctkou a první dvacítku vítali. Za tu dobu, statisticky viděno celá jedna generace, se také mnohé změnilo, něco k lepšímu, jiné pak k horšímu. Mladí dorůstají a těm o „nějaký ten pátek“ dříve narozeným, jak klasik praví, přibývají křížky na hrbu. A nejen to. Čím dál tím více lidí se žije povídáním o ekologii, zatímco zlepšující se ekologie spadá do kategorie science fiction. Připočítáme-li ke zhoršujícímu se životnímu prostředí vědecko-průmyslovou, bohatě chemizovanou stravu, nelze se divit, že jedním z oněch negativních důsledků jevu, jež z budoucnosti vytváří přítomnost, je zhoršující se zdravotní stav populace. Bohužel, nacházíme se ve světě, kde lidí na planetě neustále přibývá, a peníze „hrají až první roli“. Bylo by naivní věřit, že se situace v dohledné době změní. A toto se po zdravotní stránce samozřejmě týká každého z nás. Jaro je dle mého to nejkrásnější roční období. Příroda se po zimním spánku probouzí k životu, již i pohled na zeleň a později i květy má na naši psychiku velice pozitivní vliv. O prodlužujících se dnech a příznivých účincích slunečního světla ani nemluvě. Zcela jistě není náhodou, že po zimě přichází i velký jarní úklid. Nejlepší cestu, jak jej začít, nelze označit jinak, než začít u sebe. Oním kouzelným slůvkem je jarní detox. Vede mě k tomu jednoduchá úvaha. Z gruntu vyčištěná domácnost má sice svůj půvab, ale vlastní zdraví bude vždy prioritou číslo jedna. Jarní procházka onou zelenou lékárnou s sebou přináší nejen pobyt na čerstvém vzduchu, ale i bohatou paletu léčivků, které nabízí své služby našemu zdraví. Pravidelná konzumace pampelišky díky bohatému spektru účinných látek se projeví nejen v trávicím traktu. Velice pozitivní účinky má na játra, žlučník a slinivku (specialita pro diabetiky). Nelze opomenout ani její schopnost napomáhat při léčení chorob látkové výměny. Pampeliška je výborná i při kožních problémech, jako jsou ekzémy, včetně atopického, pomáhá při svědivosti pokožky. O pampelišce je obsáhlý článek v archivní Aromaterapii č. 2-3/2007 na našem webu. Dalším zeleným zázrakem je kopřiva. O kopřivě bohaté na minerální látky je známo, že pročišťuje krev, pozitivní účinky vykazuje při různých kožních problémech, jako jsou např. ekzémy. Podpůrný účinek vykazuje i při alergiích. I zde doporučuji kopřivu pojídat, nikoli jen přípravu čaje. Další běžně dostupnou léčivkou je březový list. Správná doba sběru je, jakmile vypučí první listy. Vykazuje močopudné účinky, čímž napomáhá z těla vyplavovat různé nežádoucí produkty látkové výměny. Jako mimořádný bonus lze označit skutečnost, že zelené byliny obsahují barvivo chlorofyl. I ten má velice široké, blahodárné účinky pro lidský organizmus. Jeho centrálním prvkem je hořčík (magnesium), který je nedostatkovým prvkem zhruba u jedné třetiny populace. Takto bych v nabídce zelené lékárny mohl pokračovat. Jak vidno, stačí se jen projít přírodou a trochu se zamyslet nad doplňky jídelníčku. Nebude dlouho trvat a s přibývajícím slunečním světlem se nám zazelená příroda. Pro zdraví pak bude důležité, aby se zazelenal i jídelníček. Přeji Vám krásné a slunné jarní dny, pohodu v duši, která též zdraví napomáhá upevňovat.

Váš
Karel Hadek

Obsah

Slovo odborníka	2	Aromafauna	36
Grapefruitový olej	2	Jak si poradit s klíštětem	36
Helicobacter pylori	4	Chlamydie – co je zač?	37
Výplach ústní dutiny	7	Dobrá den,.. ..	38
Poradna	10	Aromaflore	39
Aloe Vera	10	Jaro klepe na dveře skleníků, připravte je na novou sezónu	39
Plíseň Aspergillus niger	12	Opakování, matka moudrosti	40
Kyselina hyaluronová	13	Kurzy	41
Deodoranty	17	Ceník	42
Myši v domě	19		
Výroba éterických olejů	20		
Užívání přípravků na atopický ekzem	22		
Reakce čtenářů	24		
Růžovka	24		
Jak nám ATEMOL ušetřil cestu do nemocnice	25		
Zkušenosti a rady	25		
Aromaterapie v kineziologické praxi	25		
Atopický ekzem je tu stále	28		
ONRIT... cyklisté v akci	30		
Krémy, regenerační krémy, lecitinové krémy	31		
Informace pro vás	33		



Grapefruitový olej

Grapefruitový éterický olej, stejně jako i další éterické oleje z citrusových plodů, se získává ze slupky tohoto ovoce. Slupka se rozemele s vodou na kaši, následně se odstraní tlakovým filtrováním pevná hmota a ve vzniklé kapalině plave éterický olej na povrchu. Hned ze dvou důvodů. Grapefruitový éterický olej (jakož i ostatní éterické oleje) je ve vodě nerozpustný a také je lehčí než voda.

Éterické oleje všech citrusových plodů mají v určitém slova smyslu i podobnou pachovou informaci, což je dáno i mnoha podobnými složkami v jejich komplexu. Citrusové oleje jsou pro svoji osvěžující vůni velice oblíbené nejen u dospělých, ale obzvláště pak u dětí, což se samozřejmě týká i grapefruitového oleje. I přes skutečnost, že na jeden kilogram oleje je nutné zpracovat značné množství materiálu, v průměru kolem 250 kg grapefruitových slupek, patří tento olej k těm levnějším. To je dáno tím, že ona slupka je v podstatě jen velice dobře a účelně využitý odpad. Jako velice libě znějící lze označit botanické označení grapefruitu – Citrus paradisi. Také jako zajímavost lze uvést, že grapefruit jako takový není původním plodem, ale vznikl křížením pomeranče a dalšího, podstatně méně známého citrusového plodu, pomela, zvaného též šedok. Vznik grapefruitu je uváděn jako náhodné křížení výše zmíněných plodů v polovině 18. století na ostrově Barbados. Samotný grapefruit jako plod je velice zajímavý. Je celkem chudý na kalorie, ve 100 g se nachází zhruba 40 kcal. Je bohatý na stopové prvky i vitamíny, hlavně pak skupiny B. Nutno zmínit i vysoký obsah vlákniny pektinu a hořčin, které jsou velice prospěšné trávicímu traktu. Nelze se divit, že jeho konzumaci lze označit za zdraví prospěšnou.

Pro aromaterapii jsou mimořádně zajímavé účinky grapefruitového éterického oleje. V jeho složení se nachází široká paleta látek: seskviterpeny, monoterpeny (limonen až 90 %, myrcen), linalool, kumarin, furanokumariny (aurapten, bergapten), geraniol, pinen, aldehydy (citral) a mnohé další. Právě vysoký podíl zmíněného limonenu, pravděpodobně daný „pomerančovou příbuzností“, propůjčuje tomuto oleji i příbuznou vůni. Naopak, v extrémně malém množství se v grapefruitovém oleji nachází i látka s názvem Thiol (starší označení Merkaptan). Jedná se o jednu z forem sirných alkoholů, které doslova pekelně smrdí. Zde se však jedná o půvabně vonící výjimku. I přes stopové množství tato pachově extrémně aktivní složka propůjčuje grapefruitovému oleji onu typickou svěžít, ovocnou vůni. Technická literatura uvádí, že právě tato složka patří k těm pachově nejintenzivnějším, jež jsou přírodního původu.

Grapefruitový olej nabízí aromaterapii široké terapeutické použití. Inhalace tohoto osvěžujícího oleje má nejen pozitivní vliv při špatné náladě. Vzhledem k vedlejším účinkům léků používaných k léčbě úzkosti a depresí hledají lidé alternativní prostředky. Zde může být ať již samotný,

případně v kombinaci s bergamotem použit v případě lehkých depresí či pocitech strachu. Vhodné jsou také krom inhalací i masáže a koupele. Příjemná vůně a jeho účinky z něj dělají vynikající volbu pro aromatizaci obývaných prostor. Osvědčil se i v nelibě vonících prostorách, jako jsou kuchyně, zakouřené prostory a podobně, jimž propůjčí svěží a příjemnou atmosféru. Kdysi jsem dostal dotaz, který či které éterické oleje by mohly odstranit „kancelářskou nevěni“. Sice nemám potuchy, co to termín kancelářská nevěně obnáší (u nás jsou i kanceláře poznamenány naší voňavou činností), možné je však konstatovat, že éterické oleje citrusových plodů včetně grapefruitu jsou nositeli velice příjemné svěžesti a napomáhají zlepšení nálady. Jako bonus lze navíc definovat i jeho antimikrobiální účinky. Nutno však současně dodat, že řádné větrání nenahradí. Inhalace grapefruitového oleje přináší úlevu také při kašli a zánětu průdušek. A když již jsme u těch inhalací, doporučuji jej vyzkoušet i v sauně.



V poslední době byla věnována pozornost grapefruitovému oleji jako pomocníku při formování postavy. V Japonsku a Jižní Koreji byly prováděny pokusy, jež potvrdily, že grapefruitový olej zpomaluje ukládání podkožních tuků a urychluje jejich spalování. Hlavně pak v oblasti břišních partií. Zde se mělo jednat o aromamasáže. Podobně účinné by měly být i koupele. Bohužel nic bližšího jsem se o podmínkách provádění těchto testů a výsledcích nedozvěděl. Asi bych si měl i postesknout, neboť grapefruitový koupelový olej (kat.č. 1020) se nachází v naší nabídce desítky let, bohužel ani jeden z klientů, kteří jej používali, o tomto účinku nereferoval. Grapefruitový olej má pozitivní vliv na pohyb lymfatických tekutin a tím i zlepšení látkové výměny. Díky tomu jej lze doporučit při zadržování vody v těle, je vhodnou součástí kompozic éterických olejů při detoxikaci. Nelze se divit, že díky výše uvedeným účinkům se stal oblíbenou složkou v kosmetických přípravcích na ošetřování pokožky postižené celulitidou. O grapefruitovém oleji je taktéž známo, že napomáhá zlepšit činnost ledvin a jater. Nejen příjemnou vůni, ale i dobré účinky jistě ocení i jedinci s mastnými vlasy. Do hydrofilního mycího oleje na mastné až normální vlasy (o.č. 1404) na 100 ml oleje lze přidat 30 kapek (cca 1 ml). Zde je vhodné nechat preparát působit na vlasovou pokožku 5 až 10 minut. Zvýšenou pozornost věnujeme tomu, aby se olej nedostal do očí.

Grapefruitový olej dává dobré kompozice se všemi oleji z citrusových plodů, příjemné jsou i směsi s jehličnany. Svěžest dodává těžkým vůním, jako jsou pelargonie a růže. Potenciálním problémem grapefruitového oleje jsou obsažené furanokumariny a kumarin, které jej zařazují do skupiny fototoxických olejů. Jejich obsah je sice u grapefruitového oleje nízký, ale po aplikaci výrobků, jež obsahují více než 2 % grapefruitového oleje, by se měl každý vyhnout expozici UV-záření. Stejně jako další oleje citrusových plodů i grapefruitový olej je naprosto nevhodný do opalovací kosmetiky. Při běžném používání je však naprosto bezpečný. Lze jej označit za bezproblémový, nedráždivý, běžně se používá při aplikaci na pokožku v koncentracích do 3 %.

Karel Hadek

Helicobacter pylori

Pojednání o této bakterii bych asi začal konstatováním, milý čtenáři, ač se to nezdá, jsme ve válce. Každý z nás po dobu svého života přichází do kontaktu s bakteriemi, viry a dalšími patogenními, případně potenciálně patogenními parazity. Jsou jich nikoli milióny, ale řádově daleko vyšší množství, na úrovni astronomických čísel, překračující schopnosti naší představitosti. Zde se pak odehrává ona zmíněná válka, zde začíná pro každého z nás onen boj o zdraví, někdy i na život a na smrt. Člověk jako takový má k dispozici různé zbraně, a asi i proto je různě, někdy vhodně, jindy nevhodně, používá. Chceme-li však být v tomto boji úspěšní, je nezbytně nutné velice dobře znát nepřítele. Za dané situace, při téměř nekonečné diverzitě oněch „škůdců“ nám studia moc nepomohou, zde bude slavit úspěch selský rozum. Je zde zásadní otázka. Proč si dané bakterie (případně i viry) vyhlédly právě daného jedince? Že by netušily, že s nimi můžeme jít k doktorovi? Informace o antibiotikách a dalších zázračích farmaceutického průmyslu jim nic neříkají? Ne, ne... I my lidé si přece vyhledáváme místo, kde budeme žít, tam, kde vidíme pro náš život vhodné podmínky. A tak primárně, každý ze zmíněných mikroorganismů při pokusu o „osídlení“ člověka se nutně setká s imunitním systémem daného jedince. Ten je pak buď plně funkční a danému narušiteli prostě nedovolí, aby se zabydlel, přemnožil a způsobil tak onemocnění. Anebo... Imunitní systém více či méně pokulhává, a stejně tak nezvaná, jakož i nevídaná mikronávštěva se uchytí, zabydlí, začne množit a nemoc propuká.

Shora uvedené se týká všech výše jmenovaných „lumpáků“, ale pojednání jsem nazval *Helicobacter pylori*. Jedná se o bakterii, která v průběhu života navštíví poměrně značnou část populace. Ne vždy však způsobí nemoc. Koneckonců, poměrně často se mi objevuje v poradně dotaz, zda aromaterapie může pomoci. Připojeny bývají popisy problémů, jež bakterie způsobuje. Je jich značné množství. Od bolestí a křečí, přes záněty, pálení žáhy až k žaludečním

vředům. Aby toho nebylo málo, odborníci tvrdí, že může způsobit i rakovinu žaludku. Každopádně umí tato bakterie postiženým lidem proklatě znepríjemnit život. Rád bych tazatele poslal k lékaři, kdyby společným jmenovatelem obdržených mailů nebylo i konstatování, že tam již byli a aplikace antibiotik nebyla účinná. Nic nového pod sluncem. Hp není jediným druhem bakterií, které si na antibiotika vytvořily rezistenci. I zde může aromaterapie nabídnout své účinky. Éterické oleje jsou schopné zlikvidovat i bakterie rezistentní vůči antibiotikům. Volbou číslo jedna je hned několik éterických olejů.

LÉK ZE ZAHRADY



Začněme u léku nikoli z lékárny, ale od zahradníka, česneku. Krom mnoha dalších zdravých prospěšných substancí v tomto případě jsou nejdůležitějšími sirmé složky (alicin, alliin), které vykazují extrémně silné antimikrobiální účinky. Ne nadarmo se česnek honosí přezdívkou přírodní antibiotikum. Zde je celkem jedno, zda k terapeutickému účinku bude použit česnek jako takový, případně česnekový éterický olej (o. č. 4017). Při aplikaci česneku bych doporučil v průběhu dne zkonsumovat zhruba 6 stroužků česneku, nejlépe po jídle, aby obsažené éterické oleje nedráždily žaludek. Co se týká aplikace éterického oleje, zde bych doporučil buď vytvoření tablet z měkkého pečiva (chleba, rohlík), případně i aplikaci do tobolek. Zde by přicházelo v úvahu dávkování 3 až 5 krát denně dvě kapky česnekového éterického oleje.

Dále nabízí svou pomoc celá skupina éterických olejů, označovaných jako fenolické. Do této skupiny patří oleje červeného tymiánu (o. č. 4078), dobromyslový (oregano, o. č. 4054), saturejky horské (o. č. 4069), mateřídouškový (o. č. 4044). Jmenované oleje obsahují krom dalších složek tymol a karvakrol v různém poměru. Právě tyto dvě složky jsou označovány jako antimikrobiálně nejsilněji působící přírodou vytvořené látky a i v tomto případě jsou velice účinné na pojednávanou bakterii. Jako nejvhodnější z uvedených fenolických olejů bych označil první dva uvedené oleje. Dávkování by zde bylo 3 až 5 x denně 3 kapky, aplikace stejná jako u česneku. Velice účinná je i kombinace éterických olejů saturejky horské a dobromyslového v poměru 1:1, se stejným dávkováním. K této skupině lze přiřadit i olej z černého kmínu (*Nigella sativa seed oil*, o. č. 5018), který je znám i pod českým názvem černuchový olej. Zde se v principu jedná v jistém slova smyslu o hříčku přírody. Jeho výjimečností je, že se jedná o mastný olej, který současně obsahuje i éterický olej. Jeho velice důležitou složkou je fenolická látka thymoquinon. Díky obsaženému thymoquinonu má olej ostřejší chuť. Jedny z nejkvalitnějších olejů pochází z Egypta, jsou zde pro tuto rostlinu výborné podmínky a tento olej dosahuje až 5 % éterického oleje. Při pořizování tohoto oleje je velmi důležité dbát na jeho kvalitu a tím i terapeutickou hodnotu, danou krom jiného i zmíněným vysokým obsahem éterického oleje.



V orientální medicíně se jedná o empiricky ověřený účinný lék na různé problémy trávicího traktu, které byly výše zmíněny. Jako bonus lze označit i jeho antioxidační účinky. Používání oleje z egyptského černého kmínu lze označit za nejjednodušší formu. Zde by byla terapeutická dávka 3 až 5 x denně jedna čajová lžička. Vzhledem k tomu, že naprosto výjimečně u jedinců s extrémně citlivým žaludkem by mohl mírně dráždit, doporučuji jej taktéž po jídle. Aplikaci vždy po jídle bych ze stejných důvodů doporučoval i u všech ostatních éterických olejů při vnitřním použití. Další možností by bylo pojidání semínka černuchy rozemletého v tříštivém mlýnku. Jako přednost lze označit, že si jej můžeme připravit vždy čerstvý. Egyptská černucha obsahuje kolem 40 % mastného oleje (bohužel netuším, kolik oleje, případně i éterického oleje osahuje v ČR nabízené semeno černuchy).

Dalším olejem, který nabízí v daném případě účinnou pomoc, je olej šalvějový (o. č. 4074). Tento olej je tradičně doporučován při mikrobiálních problémech trávicího traktu a dle mého je tou nejlepší volbou při salmonelóze.

V tomto oleji je pak nejdůležitější složkou keton thujon. Olej šalvěže lékařské vykazuje velice silné antimikrobiální účinky, a i účinnost na *Helicobacter pylori* je prokázána. Tento olej bych však nedoporučoval těhotným ženám, kojícím matkám, neboť negativně ovlivňuje tvorbu mateřského mléka. Stejně tak je šalvějový olej zapovězen jedincům s epilepsií. Dále nutno zmínit i vysoce účinné éterické oleje hřebíčkový (o. č. 4025) a skořicový (o. č. 4070). I tyto dva oleje jsou známé svými silnými antimikrobiálními účinky a u Hp se dobře osvědčily. Jako poslední z éterických olejů, který nabízí pomoc u pojednávaného problému, bych uvedl i rozmarýnový (o. č. 4065) olej. Lze však konstatovat, že výše uvedené oleje vykazují vyšší účinnost. Tím ale výčet účinných olejů zdaleka nekončí, byť uvádět exotické, hůře dostupné oleje či např. doslova superdrahý olej heřmánku, když stejnou, ne-li lepší službu odvedou cenově daleko příznivější oleje, považují za zbytečné.

Za zmínku však stojí i osvědčené směsi éterických olejů s logem KH. Na *Helicobacter pylori* mohou doporučit směsi Candiöl (o. č. 4209) a Antioxi (o. č. 4224). Výhodou těchto kompozic oproti jednotlivým olejům je daleko širší záběr účinnosti, případně i na mnohé další patogenní mikroorganismy. Jako obrovskou přednost éterických olejů mohou označit skutečnost, že na ně u patogenních mikroorganismů nevzniká rezistence. Dalším bonusem je schopnost éterických olejů posilovat imunitní systém. Na tomto místě je pak nutné zmínit i eleutherococový extrakt, který prokáže své služby vždy, pokud je imunitní systém oslaben. Jako u mnoha dalších zdravotních problémů bych i zde rád zmínil nutnost věnovat pozornost i jídelníčku. Velice vhodné jsou potraviny s vysokým obsahem slizu (čerstvě mleté lněné semínko, ovesné vločky, banány), které díky němu chrání a zklidňují žaludeční sliznici. Naopak nedoporučují se smažená jídla, cukr a pečivo z bílé mouky. Zde však doporučuji konzumaci vhodné stravy konzultovat s odborníky – naturopaty.

Karel Hadek



Výplachy ústní dutiny

O tom, jak se starat o ústní dutinu, jak čistit zuby, byly již popsány stohy papíru. O elektronické reklamě raději ani nemluvit. Vše je naprosto jednoduché až na malý detail. Zubním lékařům v žádném případě nehrozí zařazení do skupiny ohrožených nezaměstnaností, ba právě naopak, jejich ordinace doslova praskají ve švech. Nežřídko si dokonce lidé stěžují, že sehnat zubního lékaře, který je přijme, je více než namáhavé snažení. Mnozí zubní lékaři nové pacienty nepřijímají. Přitom nutno konstatovat, že člověk je jediný tvor, když ne ve vesmíru, pak alespoň na této planetě, o kterém je mi známo, že si onu instituci zubních lékařů pořídil. Problémů, které se ústní dutiny dotýkají, je celá řada, nejde jen o zubní kaz. Mnozí trpí na záněty v ústní dutině, krvácivost dásní, afty, halitózu, tvorbu zubního kamene, suchost ústní dutiny (xerostomie) a další nepříjemnosti. Ústní dutinu lze označit za multifunkční. Neslouží jen příjmu a rozměňování stravy. Na jazyku máme chuťové receptory, ústní dutina slouží i k našemu dorozumívání, tedy tvorbě hlasu. A takto by se daly objevovat další funkce, byť pro mě je zajímavější, jak se o zdraví ústní dutiny řádně starat.

A tak nabídka různých typů obchodů obsahuje velice širokou paletu všeho možného. Bohužel povětšinou se jedná o výrobky, jejichž společným jmenovatelem je někdy jemnější, jindy drsnější chemie. Nelze se divit, před příchodem technické revoluce se používalo za účelem ústní hygieny mnohé, co dnes v nejlepší případě budí na tváři úsměv. Nutno ale podotknout, že stejně tak bylo dříve známo i používání přirozených věcí, jako jsou třeba rostlinné oleje. S politováním nutno konstatovat, že to byl právě rozvoj chemického průmyslu a s ním spojená komerce a agresivní reklama, kdo staré, dobré a osvědčené metody péče o ústní dutinu nechaly upadnout

v zapomnění. Chemie, kterou dnes známe, jako zubní pasty, ústní vody se staly neodmyslitelnou součástí toho, co je označováno jako ústní hygiena. Pokud se podíváme na běžné složení zubních past, většina z nich z mého pohledu podstatně daleko více škodí, než pomáhá. Chápu funkci tenzidů v pracím prášku, přípravcích na mytí nádobí či nejrůznějších čistících prostředcích. Bohužel nechápu, proč jsou v zubních pastách. Tedy krom toho, že vytváří pěnu, která toho s čištěním zubů má pramálo společného. Za tragikomedii nutno považovat tvrzení, že tenzidy spolu s dalšími výtečníky, jako jsou soli fluoru, konzervanty a mnohé další čistí zuby či ústní dutinu. Reálně

nutno konstatovat, že spíše intoxikují a jsou sbírkou složek, které v ústní dutině nemají co pohledávat. Koneckonců, mějme neustále na zřeteli, že ústní dutina je jednou ze vstupních bran do našeho organismu. Stejně jako konzumovaná strava i případné zbytky chemikálií z ne řádně vypláchnuté zubní pasty postupují do trávicího traktu a odtud do krevního řečiště. Nutno zmínit i přímé vstřebávání chemikálií zubních past ústní sliznicí. Samozřejmě, ústní hygienu nutno označit za nezbytně nutnou. Zde však záleží na prostředcích, které používáme, aby se nám hygiena nezvrhla v antihygieny.

Na otázku, jak se vhodně starat o ústní dutinu, existuje odpověď dokonce kolem 2500 let stará. Při studiu materiálů týkajících se ústní hygieny jsem v souvislosti s hledáním dokumentace pro níže zmíněný zamýšlený patent narazil na spis Charaka Samhita. Jedná se o pojednání o ajurvédské medicíně. Již v tomto spisu bylo zmíněno používání rostlinných olejů. Jako vhodné čisticí medium lze označit za studena lisovaný rostlinný olej, který je součástí potravinového řetězce. Když jsem se kosmetikou začal zabývat a snažil se řešit různé, ať již kosmetické či zdravotní problémy, přišlo i na dotazy ohledně ústní dutiny. Pojala mě pošetilá myšlenka udělat „dobrou“ zubní pastu. Příznávám, vývojových past sice vzniklo několik, bohužel, ani jedna jediná nebyla dobrá. Když jsem vyřadil složky, které jsou technologické, nepotřebné či i potenciálně škodlivé, ze zubní pasty mi zůstalo doslova nic. Ani koncentrované éterické oleje se s ústní hygienou neslučují. Tehdy na začátku osmdesátých let minulého století jsem již vyráběl koupelové, sprchovací, regenerační oleje a zde vznikla myšlenka využití olejů v ústní hygieně. Tehdy jsem si chtěl nechat můj nápad patentovat, ale při získávání technické dokumentace pro zdůvodnění patentu jsem zjistil, že jsem neobjevil vůbec nic nového, jen jsem se shodou okolností propracoval k zapomenutému. Vzhledem ke skutečnosti, že již tehdy jsem se zabýval aromaterapií, jediným předpokládaným vylepšením bylo obohacení používaných rostlinných olejů o oleje éterické. Předpokládaným uvádím proto, že nikde jsem nenalezl žádnou zmínku, či dokonce dokumentaci, že by do té doby někdo receptoval v oněch výplachových olejích i oleje éterické. Tak vznikl jako první Zubní olej na čištění zubů a péči o ústní dutinu (o. č. 1504). Následovaly dotazy klientů



PRO PÉČI O ÚSTA

na ústní vodu, ale zde již byla situace daleko jednodušší a preparát Dentarom (o. č. 1503) byl olejovou odpovědí. Později následovaly ještě olejové speciality Kariosan (o. č. 1506) a Baby-Dent (o. č. 1507).

Předností všech jmenovaných olejových preparátů je skutečnost, že se obejdou bez „darů chemie“ a jejich aplikaci lze označit jako fyziologický proces prospěšný jak zubům, tak i sliznici ústní dutiny. A nejen to, používání těchto preparátů slouží celému organismu. Za ideální začátek dne lze označit péči o ústní dutinu ihned po probuzení. Ne jednou se mi stalo, že jsem odpovídal na dotazy, co dělat v případě, že dotyčný/á má ráno po probuzení v puse, citují: „jako v polepšovně“. Zde prokáže vynikající služby výplachový olej Dentarom. Okamžitě po probuzení dáme do úst množství Dentaromu odpovídající zhruba čajové lžičce (cca 5 ml) a „protahujeme“ mezi zuby a „převalujeme“ po ústní dutině (nabízí se i možnost kloktání) po dobu minimálně 10 minut. Delší doba není na závadu, dle možností dokonce doporučenější. Během očisty ústní dutiny dochází k zhrounutí preparátu, následně s postupem času preparát naopak řídne. Smícháním se slinami získává preparát mléčnou barvu. Nechám na uvážení každého, zda před vyplivnutím oleje navíc použije na čištění zubů kartáček, či nikoli. Jen pro úplnost uvádím, že zbytky Dentaromu je z kartáčku třeba řádně odstranit. (K tomuto účelu mohou dobře posloužit již nepoužívané tenzidové (pěňivé) zubní pasty, případně lze kartáček odmastit přípravkem na mytí nádobí a řádně propláchnout.) Po ukončení procedury preparát vyplivneme nejlépe do ubrousku a vložíme do odpadkového koše. Jinak by se mohlo stát, že s postupem času budou zbytky oleje zanášet odtokové trubky. Pozitiva výplachů ústní dutiny Dentaromem jsou mnohá. Oleje na sebe váží bakterie, které se přes noc v ústní dutině pomnožily. Obsažené éterické oleje je likvidují. Likvidace přemnožených bakterií se následně projeví snížením až vymizením tvorby zubního plaku. Dochází ke zlepšení funkce dásní, při zánětech se skvěle uplatní účinky protizánětlivých éterických olejů v Dentaromu obsažených. Dentarom dezodoruje dech. Pozitivně se účinky Dentaromu projeví i při krvácivosti z dásní či zánětlivosti koutků úst. Doporučenější je používání Dentaromu, případně i Zubního

oleje při perorální dermatitidě. Olejové preparáty byly dokonce úspěšné i v lehkých případech počínající parodontózy. Zde ale dle mého důležitou roli hrál i přechod od agresivních tenzidových zubních past na olejové preparáty včetně Dentaromu. Nutno zmínit, že ústní olejové preparáty včetně Dentaromu se excelentně osvědčily při ošetřování ústní dutiny po chirurgických zákrocích. Tím ale výčet pozitivních účinků zcela jistě nekončí. Mnozí autoři uvádí další, takže bez záruky uvádím též další proklamované účinky: detoxikace celého těla, pozitivní vliv na pleť, působí proti otokům kolem očí, působí proti bolestem hlavy, zmírňuje bolestivé záněty kloubů, zlepšuje stav pleti při ekzémech, vhodné při bronchitidě, uvolňuje dutiny, pomáhá při nespavosti, snižuje alergické projevy. Na závěr bych již jen dodal, že výplachy ústní dutiny by neměly zůstat jen ranní záležitostí. V běžném životě bych je doporučoval zhruba třikrát denně. Při jakýchkoli problémech v ústní dutině může být frekvence výplachů i vícekrát denně. Poradna slouží nejen k řešení kosmetických či zdravotních problémů. Budu rád za informace, pokud se někomu olejové výplachy ústní dutiny osvědčí i u oněch neověřených proklamovaných problémů. Mailová adresa je: poradna@karelhadek.eu

Karel Hadek

KRÁSNA ÚSTA





Dobrý den, pane Hadku,

chtěl bych se informovat, jestli jste Váš Aloe Vera Gel/konzentrát podroboval porovnání s jinými Aloe gely na trhu? Např. s tím, který je údajně (dle několika nezávislých názorů) nejlepší na trhu. Děkuji za Váš názor a přeji příjemný den.

S pozdravem L. K.

Vážený pane L. K.,

děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou se na mě se svým dotazem obracíte. Hned v úvodu musím uvést, že jsme žádné porovnávání neprováděli. Mezi námi, netuším, k čemu by nám bylo dobré vědět, co je nabízeno v oné široké paletě různých Aloe Vera Gelů, které se na trhu nachází. Na druhou stranu, měl jsem dlouhá a poučná jednání s různými dodavateli Aloe Vera Gelu, která pro mě byla přínosem. Hodil jsem oko na Váš odkaz a nestačil jsem se divit argumentaci, kterou tato firma používá. Při srovnání Aloe Vera Gelu jen podle jejich údajů na tom náš Aloe Vera Gel (nekoncentrovaný) není špatně, přesněji je stejně. Obsahuje 99,7% šťávy z Aloe Vera vyzískané.

Čerstvě vyzískaná šťáva má původně gelovou formu, která se po krátké době vytratí a z Aloe Vera Gelu se stává číperně tekutá „Aloe Vera Vodička“. Jsou i takoví dodavatelé, kteří, aby pro neinformované laiky zachovali gelovou konzistenci, přidávají gelotvorné látky.

V Aloe Vera Gelu s logem KH, jak jsem již výše zmínil, je též 99,7% čerstvě vylisované šťávy. Zbytek jsou konzervanty, které tam dává již výrobce, aby tento produkt přežil onu cestu přes půl světa k evropskému spotřebiteli. Pro mě vzniká otázka, pokud to mají bez konzervantů, co činí ony 0,3 % do chybějících 100%? Dle mého názoru tam ty konzervanty jsou, množstevně to odpovídá.

Koneckonců, obsažené konzervanty jsou i důvod, proč jsem uvítal nabídku onoho koncentrátu 10:1. Použivatel tak sníží příjem konzervantů na 1/10. Já sám konzervantům vůbec nefandím, vždy tvrdím, že je tam nepotřebuje spotřebitel, ale výrobce, aby svůj produkt udržel v prodejném stavu. Bohužel, pokud někdo chce používat Aloe Vera Gel bez konzervantů, musel by použít služeb jedné německé firmy (jméno jsem již dávno zapomněl), která nabízela leteckou přepravu z USA a po přistání v Německu okamžitě kurýrní

doručení v chladicím voze. Jediným handicapem je pak doslova astronomická výše ceny produktu s touto službou. Zde pak ale uváděli koncentraci 100%.

Výše zmíněná jednání (je to již dobrých 20 let) mi přinesla i další informaci o výrobcích, kteří nabízejí 100 % Aloe Vera Gel. Konzervaci nepotřebují, neboť svůj produkt podrobují radioaktivnímu ozařování. Ač to zní neuvěřitelně, je to běžná praxe, vždyť i koření běžně prodávané pro používání v kuchyni musí být zbaveno všech mikroorganismů, a tak ze zákona musí být radioaktivně ozařováno.

No a zpět k Vašemu odkazu. Ta firma tam uvádí o jejich produktu, cituji: „...Aloe Vera Gel™ obsahuje téměř dvojnásobek jeho množství požadovaného pro certifikaci!“ A zase nic konkrétního. Pro reklamní agenturu rozhodně není problém z 1,1 udělat „téměř dvojnásobek“. A dále pak: „...Aloe Vera Gel je zpracováván asepticky, což umožňuje složení receptury bez přidání konzervačních látek...“ To je sice hezké, co uvádí, ale co bakterie ze samotného Aloe? Že by ono aseptické zpracování byl jen honosný název pro radioaktivitu? O „serióznosti“ zmíněné firmy svědčí i další velice „odborné“ formulace jako např., cituji: „Společnost poskytuje nejčistší přírodní levandulový olej...“ Přisahám, že nevím o nikom, kdo by nabízel špinavý levandulový éterický olej. Na závěr bych již jen zmínil, že příroda si od člověka diktovat nedá, a tak nezná standardy. Složení přírodních produktů i ze stejného místa se mění každý rok, dle počasí, vliv má sluneční svit, teploty, deště a mnohé další. To se týká jak brambor, tak jablek, vinné révy, a ne jinak je tomu i u Aloe Vera. Zda se jedná o kvalitní produkt, pak potvrdí chemická analýza každé partie. Firma 1. Aromaterapeutická KH a.s. nakupuje a zařazuje do nabídky výhradně produkty, kde jejich kvalita je analyticky potvrzena.

Budu rád, pokud Vám moje odpověď bude užitečná.

Z egyptské Hurgahy Vám přeji hezký zbytek dne.

Karel Hadek



Ahoj Karle,

od klienta mám dotaz. Jaký éterický olej zbaví organismus plísně *Aspergillus niger*? Pomůže samotný Candiöl, nebo je třeba ještě něco přidat?

Oksana

Ahojky Oksano,

díky za Tvůj dotaz, i když odpověď bude velice složitá. Jedná se o tzv. černou plíseň z domácnosti, asi nejvíce známou z cibule, též z hroznového vína a dalších potravin. Já si tady v Egyptě musím dávat pozor na mnou oblíbené mango, což neplatí ani tak pro Egypt, jako pro mango samotné kdekoli ve světě. V přírodě má „černá plíseň“ užitečnou funkci, je jednou z plísní, které likvidují organické zbytky v přírodě, např. spadané listy. Když jsem již zmínil Egypt, někde jsem kdysi četl, že se *Aspergillus niger* bohatě vyskytoval v pyramidách. Ohroženy touto plísní jsou např. i archívy. Sama plíseň, pokud není vdechována dlouhodobě a ve vysokých koncentracích, nemusí vyvolávat onemocnění. Zde nejvíce záleží i na imunitě daného jedince. Lidem, kteří mají v tomto smyslu exponované povolání, např. archivářům, zahradníkům, bych primárně doporučil posilování vlastní imunity eleutherococcovým extraktem (o. č. 3011). V běžném životě při nebezpečí kontaktu s *Aspergillus niger* by bylo vhodným opatřením používání roušky (o. č. 6000) preparované např. čajovníkovým (o. č. 4076), eukalyptovým (o. č. 4020, nebo 4021) či lavandinovým (o. č. 4038) olejem. Bohužel praktické zkušenosti s likvidací této plísně nemám, takže nemohu říci, který z éterických olejů bude nejvhodnější speciálně na *Aspergillus niger*. Vzhledem k tomu, že nejčastěji tato plíseň přichází do těla vdechováním a vyvolává plicní problémy, myslím, že by byla velice účinná vysoká a pravidelná konzumace česneku, případně jeho éterického oleje (o. č. 4017). Tento olej je z těla vylučován i dýchacími cestami, tedy přes plíce. Z dalších éterických olejů, které vykazují protiplísňové účinky, by přicházely v úvahu již zmíněné oleje čajovník, eukalypt, lavandin a dále šalvěj

(o. č. 4074), červený tymián (o. č. 4078), dobromysl (oregano o. č. 4054), citron (o. č. 4010), Litsea-Cubeba (o. č. 4097). Ze směsí je správnou úvahou Candiöl (o. č. 4209), myslím, že z Aromafauny by byl vhodný Endoparazin. Díky skutečnosti, že pomerančový olej obsahuje vysoký podíl terpenických složek a vykazuje nejen antibakteriální, ale i antivirální a jisté protiplísňové účinky, doporučil bych jej pro úklidové práce v domácnosti (o. č. 5500). V souvislosti s hygienou domácnosti a černou plísní nutno zmínit i Thymicon (o. č. 1807). Pokud by se jednalo v případě daného dotazu již o nějakou formu onemocnění, doporučuji návštěvu specializovaného lékaře. U jedinců s oslabenou imunitou, případně i jinak nemocných, může *Aspergillus niger* ohrožovat i na životě.

Karel Hadek



Dobrý den, pane Hadku,

ráda bych se na Vás obrátila s dotazem na dnes tolik propagovanou kyselinu hyaluronovu a její omlazující účinky. Děkuji a moc Vás zdravím

Mirka H.

Milá paní Mirko,

děkuji Vám za Váš mail i Vámi zasláný dotaz. Podobné dotazy na reklamou proklamované kosmetické zázraky dostávám velice často, proto jsem se rozhodl pro poněkud obsírnější odpověď, a to nejen o Vámi dotazované složce kyselině hyaluronové. Budu rád, pokud jak Vám, tak i ostatním čtenářům bude užitečná.

Touha nestárnout je dle mého stejně stará jako lidstvo samo. Kosmetiku lze z historického hlediska považovat za vedlejší produkt léčitelství. V dobách, kdy neexistovala chemie, se lidé naučili používat jak rostliny v původním stavu, tak i produkty z rostlin vyrobené k řešení různých zdravotních problémů. Je jasné, že si naši dávní předkové povšimli i pozitivních účinků na pokožku ve smyslu kosmetickém. Kdysi jsem někde četl, že v dobách dávno minulých byla kosmetika chápána jako medicína krásy. Nutno zmínit, že v pravěku, stejně jako dnes, i tehdy hrály význačnou roli i prostředky dekorativní. To koneckonců potvrzují archeologické důkazy. Již přesnější údaje o používání kosmetiky poskytují informace ze starověkého Egypta, Řecka a dalších tehdejších civilizací. Nemalý vliv na další rozvoj kosmetiky lze připsat i alchymii hlavně ve středověku. Až do dob počátků technické revoluce byla kosmetika lokální či individuální záležitostí. Rozvoj techniky, chemického průmyslu s sebou přináší i objevy nových chemických látek, které umožňují vznik průmyslové kosmetiky. Jako věcnou poznámku nutno zmínit, že to byl chemický průmysl, kdo nabídl i to, co označujeme jako konzervační látky, a umožnil tak dlouhou použitelnost svých produktů. Faktem je, že konzervanty tam nepotřebuje

pokožka, ale výrobci. Je nabíledni, že do této doby kosmetika vyráběná z rostlinných, případně i živočišných tuků a olejů (při neexistenci ledničků) měla jen velice omezenou dobu použitelnosti. Těm, kteří do dnešních dnů tvrdí, že kosmetiku nelze vyrábět bez chemické konzervace, bych rád položil pošetilou otázku. Kdepak asi Kleopatra sháněla a pořizovala parabeny, když to dle nich bez chemické konzervace nejde?

Průmyslová revoluce každopádně přináší mnoho nového do onoho věčného hledání nekončícího mládí. A tak chemický průmysl začíná nabízet i nové typy emulgátorů, s nimiž lze vyrobit sice zajímavé krémy, ale ty mají opačnou emulgaci, než je emulgace kožní /voda v oleji (V/O)/, tedy olej ve vodě (O/V). To je dáno použitím emulgátorů s vysokou HLB hodnotou, která se pohybuje v rozmezí od 10 až 20. Bohužel takto vyrobené krémy mají jednu zásadní nečinnost. Emulze je tvořena kapkami oleje, které jsou uzavřené ve vodě. Po nanesení na pokožku, vzhledem ke skutečnosti, že prakticky veškerý čas trávíme v prostředí s nízkou relativní vlhkostí vzduchu, se voda odpaří a takový krém na pokožce vyvolává nepříjemné, svíravé pocity. Technické řešení je celkem jednoduché. Spočívá v přidání hygroskopických látek, které,

a to zdůrazňuji, váží vodu na sebe, a nikoli, jak tvrdí reklama, na pokožku. Tyto složky v krému sice v žádném případě nezabrání odpařování vody, ale zabrání „vyschnutí“ krému na pokožce! Ejhle, zrodil se nám zdroj „věčného mládí“, takzvaný hydratační krém.

Asi bude dobré říci si, jak takový hydratační krém funguje. V rámci látkové výměny permanentně přichází voda z hlubších vrstev pokožky na povrch a odpařuje se. Tento jev je odborně nazýván transepidermální ztrátou vody. My si ho běžně všimneme, až když se potíme. Pokud na pokožku nanese emulzi O/V, tedy hydratační krém, voda se z něj odpařuje do okolního suchého prostředí. Ve chvíli, kdy se jistá část vody odpaří, stávají se hygroskopické složky aktivními a umocňují onu transepidermální ztrátu vody. Méně odborně vyjádřeno, za cenu udržení vlhkosti krému platíme dehydratací hlubších vrstev pokožky. Hydratační krémy zajišťují hydrataci sebe samých, co se pokožky týká, jde o dehydrataci. Navíc způsobují reemulgaci kožní emulze, čímž dochází k poškození hydro-lipidového pláště a další aktivaci dehydratace. Nutno zmínit, že v důsledku reemulgace dochází i k nabobtnání zrohovatělé vrstvy, čímž může dojít k vymizení těch nejjemnějších vrásek.



Pečujte o svou pleť

To nelze označit jako účinek, ale jen jako efekt. Účinek lze spatřit až po letech používání dehydratujících „hydratačních krémů“. Důsledkem není nic jiného než chronicky dehydrovaná pokožka. V počátcích průmyslové výroby „hydratačních krémů“ posloužily jako hygroskopické složky např. glycerin, sůl, močovina. S postupem času přicházely další složky, jako různé formy vyšších cukrů (např. polysacharidy, mukosacharidy), sorbitol a mnohé další. Vždy, pokud se objevila technologicky vyspělejší hygroskopická složka, reklama nezapomněla tvrdit, že konečně přichází do nabídky, když ne elixír věčného mládí, pak alespoň malý zázrak proti vráskám s omlazujícími účinky. Použivatelé po čase samozřejmě zjistili, že onen proklamovaný zázrak neexistuje, výrobci kosmetiky přišli s novým zázrakem včetně nových pohádek. Přesně dle oné proslulé francouzské fráze: „Král je mrtev, ať žije král nový!“ Zde netřeba spoléhat na proklamované „vědecké poznatky“, občasný pohled do zrcadla nám prozradí něco zcela jiného, pokud nemáme tendenci lhát sami sobě.

V době, kdy jsem začínal profesionálně s kosmetikou, se v obchodech objevily „hydratační krémy“ nové generace. Jako zázrak byly popisovány obsažený elastin, a hlavně pak kolagen. Jako přesvědčivě znějící reklama posloužilo konstatování, že kolagen je hlavní složkou pojivové tkáně každého člověka. V průběhu stárnutí dochází k jeho degeneraci a onen „dosloužilý, a tudíž špatný kolagen“ v pokožce je třeba nahradit prostřednictvím krému kolagenem novým. Ten se získal např. z telecích kůží. Zní to hezky, ale reálná šance, že po kolagenovém krému někdo omládne, je na stejné úrovni jako šance, že po telecím kolagenu naroste dotyčnému telecí hlava. Molekula kolagenu má v principu zásadní problém projít pokožkou do vnitřních struktur pokožky a „usídlit“ se tam. (Mimochodem, i pokud by to fungovalo, jsem si absolutně jistý, že by se to vůbec nelíbilo imunitnímu systému, ale to by bylo na další obsáhlé pojednání.) Molekula kolagenu je příliš velká, takže zůstává na povrchu pokožky a dělá, co umí. Zase jen váže vodu na sebe a nikoli na pokožku. Z dob, kdy jsem často komunikoval s panem docentem MUDr. Feřtečkem CSc., si pamatuji informaci, že penetračními cestami se do pokožky, alespoň teoreticky, mohou dostat složky do molekulární velikosti kolem 30.000.



Jak kolagen, tak kyselina hyaluronová, které budou patřit následující řádky, se pohybují až do molekulární velikosti 500.000. Jsou tedy více než 15x větší! Navíc nutno zdůraznit, že pokožka je tvořena několika vrstvami a jako taková od přírody vytváří jen málo propustnou bariéru. Koneckonců, úkolem pokožky, který velice dobře plní, je krom jiného i ochrana před pronikáním cizorodých látek. Používání jakýchkoli prostředků, jež narušují fyziologii pokožky, nelze označit jinak než její funkční poškození. Bohužel sem patří i „hydratační krémy“. Do reklamy na kolagenovou kosmetiku byly investovány obrovské částky, a tak tentokrát král nesměl umřít, jen předal žezlo králi novému a byl „odstaven na vedlejší kolej“.



Máme zde sice starou píseň, ale nového krále. Není jím nikdo jiný než kyselina hyaluronová. Vzhledem ke skutečnosti, že se jak v organizmu, tak i kosmetice nachází ve formě solí, jsou běžné i termíny hyaluronan, případně hyaluronát. Stejně jako u kolagenu i zde je zásadním problémem velikost molekuly. Ani kyselina hyaluronová, případně její soli nemohou díky své velikosti proniknout do pokožky. Reklama i zde využívá skutečnosti, že se jedná o jednu z nejdůležitějších složek mezibuněčné hmoty. Zde nutno zdůraznit, že toto pojednání se týká výhradně a jenom použití v kosmetických výrobcích, běžně označovaných jako regenerační či hydratační krémy. Něco jiného je použití např. v medicíně (např. plastická chirurgie, oční medicína). Stejně tak nelze klást rovnítko mezi tělem vytvořenou kyselinou hyaluronovou, jež je jeho přirozenou substancí, a touto složkou, která je součástí kosmetického výrobku. Již několikrát jsem četl sdělení reklamy, že na sebe naváže až tisícinásobek vody. To je sice hezké, dokonce i důležité uvnitř organizmu, ale co to má společného s hydratací pokožky? I zde platí již výše popsané a i tato drahá surovina v krému s opačnou emulgací, než má pokožka, může jen a jen dehydrovat. To by přestalo platit pouze v případě, že by se relativní vlhkost prostředí, v němž se používající pohybuje, byla značně vysoká, někde kolem 80 % a více. Tedy parní sauna, mlhy (zvláště pak ty pověstné londýnské) a podobně. Běžně se pohybujeme v prostředí daleko sušším i jen okolo 30 % RVV. Na závěr nutno konstatovat, že správná hydratace pokožky je velice důležitá, ale přes „hydratační krémy“ vede cesta k dehydrataci. Pokud by i nyní ještě někdo chtěl o správnosti uvedených údajů pochybovat, stačí se jen zamyslet nad skutečností, že se do pokožky nedostane voda při sprchování, koupelích či plavání. I v tomto případě zůstává jen a jen na jejím povrchu. Povrch pokožky je uzpůsoben tak, aby se tam nedostala. Na úplný konec již jen jedovatou poznámku. Tuto vlastnost pokožky pak zcela jistě ocení i samotní producenti hydratačních krémů, když prší a zrovna není při ruce deštník.

Karel Hadek

Dobrý den, pane Hadku,

moc Vám chci opět poděkovat za rady, které od Vás dostávám. Snažím se teď měnit kosmetiku a nestačím se divit, co vše člověk musí sledovat, aby nešlápl vedle. Zaujal mě u Vás deodorant Happy Deo. Sháním nějaký pro manžela, tak bych se chtěla zeptat, jestli voní neutrálně, že by mohl být i pro muže?

A měla bych ještě jeden dotaz, který se tedy netýká Vašich produktů, ale zajímal by mě Váš názor, protože nevím o nikom, kdo by o tom mohl vědět víc než Vy. A slyšela jsem už spoustu spekulací, proto bych jen chtěla vědět, kde je pravda, a co je jen „marketingový tah“. Jedná se o přírodní deodorant, kde je ve složení napsáno: Potassium Alum. Dočetla jsem se, že to není ten nebezpečný hliník, ale že je to minerální sůl. A jak to tak bývá, tak každý tvrdí něco jiného. Mohl byste mi to prosím objasnit?

Moc Vám děkuji za vše, co děláte. Jste pro mnoho lidí záchrana a inspirace.

Lucie

Milá paní Lucie,

děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou se na mě se svým dotazem obracíte.

Co se týká odpovědi na otázku, zda preparát Happy-Deo působí neutrálně, řekl bych, že ano. To je však jen můj subjektivní názor, neboť co voní jednomu, nemusí vonět druhému. Faktem je skutečnost, že ho také občas používám. Podívejte se na našem webu v e-shopu do nabídky. Při zadání čísla 1215 se Vám objeví specialita pro muže, deodorant Deoman. Ani v tomto výrobku se nenachází žádné soli hliníku, jeho účinek je dán, stejně jako u preparátu Happy-Deo, éterickými oleji. Pachová informace preparátu Deoman je více kořenitá, možno říci pánská, na rozdíl od Happy-Deo. Zde nezbyvá než doporučit vyzkoušení, individuální vnímání jakékoli vůně nelze odhadnout.

No a co s tímá oné složky Potassium Alum. Tato látka má i český název, hlinito-draselný kamenec. Ještě přesnější je název síran hlinito draselný. Jedná se o chemicky stabilní

chemikálii, která obsažený hliník neuvolňuje. Vykazuje silné adstringentní účinky, což mu současně propůjčuje i účinky antimikrobiální. Již z dob mého dětství si pamatuji, že děda, který měl holičství, používal kamenec po holení, kdy dochází k dezinfekci drobných mikrotraumat vzniklých v důsledku holení, a navíc kamenec velice dobře zastavuje i krvácení. Těto vlastnosti lze samozřejmě využít i při různých odřeninách,





Svěžest pro oba

případně i krvácení z nosu, či krvácivých hemeroidech. Nelze se divit, že při hledání „přírodních“ dezodorantů padla volba i na kamenec. Lze ho samozřejmě používat i jako dezodorant s přídomkem „přírodní“, byť se jedná jen o chemikálii, která se v přírodě vyskytuje. Díky výše popsaným vlastnostem kamenec zabraňuje množení bakterií, které se živí rozkladem potu, což je doprovázeno vznikem velice nepříjemného zápachu. Nutno zmínit, že kamenec nezabraňuje vzniku potu a jeho následnému vylučování pokožkou (díky Bohu). Na závěr lze konstatovat, že není hliník jako hliník, záleží na chemické provázanosti a tím i danou chemickou stabilitu. Bohužel jedním dechem nutno dodat, že oněch „hliníků“, které mají značný potenciál škodit, je značné množství a kamenec patří k výjimkám. Pokud jeden není chemikem a nechce problematiku hliníku studovat, absolutní jistotu pak nabízí dezodoranty s éterickými oleji, které ke své funkčnosti prostě hliník nepotřebují. Na závěr bych již jen dodal pro zpestření hliníkovou tečku. V přírodě se nachází i „smírek“, což je velice tvrdá hornina, jejíž hlavní složkou je kysličník hlinitý, také zvaný korund. Drcený smírek je většinou znám jako smírkový papír. Známé jsou však daleko krásnější a cennější formy kysličníku hlinitého než tato. Pro pojmenování pak jsou směrodatné barvy. Modrý kysličník hlinitý je znám jako safír a červený jako rubín.

Budu rád, pokud Vám moje odpověď bude užitečná. V případě dalších dotazů jsem Vám samozřejmě i nadále k dispozici.

Z egyptské Hurghady Vám přeji hezký zbytek víkendu.

Váš
Karel Hadek



Ahoj Karle,

Mám zde další dotaz. Klient se ptá, který éterický olej pomůže od myši v domě. Bude je odhánět např. éterický olej hřebíčku?

Oksana

Ahojky Oksano,

díky i za tento dotaz. Abych pravdu řekl, tak trochu mě zaskočil. Minulý rok v létě jsem nechal otevřené dveře a v noci, když jsem šel spát jsem slyšel šramot. LED-baterka mi prozradila původce. Byla to malá myš. Ani ve snu mě nenapadlo že bych jí mohl vypudit nějakým éterickým olejem. A tak jsem učinil to, co jsme dělávali již doma. Koupil jsem pastičku na myši, připevnil kousek tvrdého sýra a čekal a čekal. Asi čtvrtý den pastička k mé spokojenosti sklapla. Nutno podotknout, že myši jsou celkem pohyblivé a neumím si představit, jak by v praxi mohla aromaterapie pomoci. Sice jsem v minulosti někde četl, že na myši působí velice dobře éterický olej z máty pevné (o. č. 4043), myši ho údajně prostě nesnáší, ale běhat za myškou s aromátkem napuštěným mátovým olejem by se mi fakt nechtělo. Ona by to byla i finančně náročná záležitost, oněch pachových zdrojů mátového oleje by muselo být dle mého větší množství a položit je na místech kudy rády chodí, kde se nachází potraviny, případně pro myši použitelné zbytky potravin, jako jsou odpadkové koše.

Další problém vidím v tom, že se éterické oleje celkem rychle odpařují, a onu mátovopeprnou proceduru by bylo třeba pravidelně a často opakovat. Přínosem by spíše byly inhalace éterického oleje máty pevné pro obyvatele daných prostorů. Myši v domácnosti každopádně představují zdravotní riziko, podobně je tomu i s jedy na ně. Éterický olej máty pevné může být alternativou, byť pastička na myši dle mého nabízí jednodušší a ověřené řešení. V neposlední řadě je vhodné přijmout v domácnosti opatření, která zamezí myším přístup k vyhledávané potravě.

Budu rád, pokud moje odpověď bude dotazovateli užitečná.

Karel Hadek



Ahoj Karle,

od klienta přišla otázka týkající se éterických olejů, nebo spíše způsobu jejich výroby. Jsou éterické oleje získané extrakcí alkoholem stejné kvality jako oleje získané parní destilací?

Tento klient je náš distributor a šel studovat na nějakou biologickou fakultu, kde byl vyzván ke studiu extrakce alkoholem, ale on chce trvat na parní destilaci, ale neví, jak má argumentovat.

Já to chápu tak, že extrakce alkoholem poskytuje výrobcí ekonomické výhody (méně surovin, větší výtěžek oleje). Biochemické složení olejů získaných různými způsoby se bude lišit. Oleje získané destilací parou nebo lisováním (pro zeleninu) jsou vhodné pro aromaterapii a vnitřní použití.

Obracím se na Tebe jako autoritu, chemika a nejlepšího specialistu v oboru aromaterapie. Prosím o vyjádření Tvého názoru.

Spozdravem

Oksana

Ahoj Oksano,

díky za Tvůj mail i zasláný dotaz. V první řadě je nezbytně nutné konstatovat, že se jedná o dvě naprosto odlišné technologie výroby. Již ony původní názvy destilace a extrakce to dávají tušit i laikovi. Výsledným produktem pak není stejná věc, ale v prvním případě získáme destilát a v druhém případě extrakt. V principu to vůbec není o ekonomických výhodách (byť extrakcí

lze získat vyšší výnosy), ale o výsledném produktu, který bude vykazovat podstatně rozdílné složení. Navíc, velice často bývají použita i jiná extrakční činidla než jen etylalkohol. V úvahu přichází hexan, toluol, metylalkohol a další. Následně dochází k čištění vyzískaného produktu, byť rezidua vždy zůstanou. Výsledkem pak není řídká tekutina, jak známe éterický olej,

ale pastózní hmota, kdy se zamlčí použití těchto chemických rozpouštědel, naředí se etylalkoholem a takto přichází na trh, coby alkoholický extrakt. Existují však i extrakty, kde jediným použitým rozpouštědlem byl výhradně potravinářský etylalkohol. Deklarace použité technologie pak záleží jak na výrobcí, tak na prodejci. Pochopitelně, že s tvrdou chemií se nikdo nebude chlubit. Pokud jsem zmiňoval podstatný rozdíl mezi destilátem a extraktem, pak je nutno dívat se na věc i z technického hlediska samotné technologie parní destilace. Zde je např. omezena molekulární velikost složek, které se z destilované suroviny do destilátu dostanou. Abych nemusel hledat naprosto přesné údaje, uvedu, že do destilátu přejdou výhradně jen látky do molekulární velikosti cca 270. Co se ale extraktů týká, zde jsou vyzískány všechny složky rozpustné v použitém rozpouštědle, včetně látek s velkými molekulami. Toto bylo již kdysi předmětem naší komunikace o paní Irisové z Moskvy, která tvrdila, že její destilované éterické oleje jako jediné na světě obsahují tetraterpeny. U tetraterpenů je molekulární velikost zhruba dvojnásobná, než jsem uvedl výše jako maximum. Možná si jen spletla destilaci a extrakci... Ach ta prolhaná reklama!!! Jako příklad, co se v extraktu nachází, mohu uvést rostlinná barviva či vosky a další i vysokomolekulární složky. Extrakce rozpouštědly se pak v praxi používá většinou tam, kde by vysoké teploty (kolem 140 °C), kterých se dosahuje při parní destilaci, poškodily termolabilní složky dané destilované suroviny. Zde bych jako příklad mohl jmenovat např. jasmín nebo včelí vosk. Jako nejznámější bych zde mohl uvést extrakty akát, Frangipani (česky plumerie), kručinka (Genista salzmannii), hyacinta, kosatec, magnólie, mimóza, narcis, vanilka a další. Z růže je vyráběn jak éterický olej, tak i absolue. I zde se jedná o naprosto rozdílné produkty, co se složení týká, byť vůně je podobná, ale nikoli stejná. Z uvedeného je zřejmá i odpověď na Tvoji otázku, zda se jedná o stejnou kvalitu. No a co se týká tvé úvahy o vnitřním použití, ano, kvalitní destilované éterické oleje je možné v terapeutických množstvích používat vnitřně. Vzhledem ke skutečnosti, že se nejedná jen o „voňavé vodičky“, je nutné mít i znalosti o jejich účincích. Extrakty bych v žádném případě k vnitřnímu používání nedoporučoval díky díky možným, výše zmíněným reziduí. Výjimkou byly extrakty, kde jako extrakční

činidlo byl použit prokazatelně potravinářský etylalkohol. S trochou nadsázky lze uvést zajímavé příklady (možná i jako návod při vnitřním použití): Gin, Ouzo, Absint jsou alkoholické nápoje primárně získané extrakcí různých siličnatých rostlin (např. jalovec, anýz, pelyněk, fenykl, koriandr a další). Následně dochází i k destilaci. Sice nejsem specialistou na výrobu alkoholických nápojů, ale domnívám se, že i zde následná destilace vznikající nápoj zbavuje nežádoucích složek, které se během extrakce vyloučily. Budu rád, pokud Ti moje odpověď bude užitečná.

Karel



Dobrý den, pane Hadku,

mám 4letou dcerku, kterou trápí atopický ekzém na rukách. Kortikoidy jsme ale záhy vyměnili za vaše přípravky. Konkrétně Atopinal a Atop-Derm, do koupele Meduňkový olej. Nedám na ně dopustit. Také kupuji Nosní olej Baby a každý den jí preventivně vytírám nos. A mám pocit, že rýmu má méně a hlavně, když už ji má, její průběh mi přijde lehčí než dříve. Do koupele Eukalyptovo-tymiánový olej.

Tyto všechny přípravky používáme zhruba už dva roky v kuse. Některé každý den, některé obden. A můj dotaz zní. Neměla by mezi užíváním být třeba nějaká pauza? Je v pořádku, že už dva roky v kuse používáme ty samé bylinky? Nemůže to později nějakým způsobem uškodit?

Jsmo s vašimi výrobky moc spokojeni, protože krásně voní a hlavně fungují. Jsem ráda, že jsem našla přípravky, kterými můžu nahradit kortikoidy a další léky. Pouze jedině, co dcerka musí brát, je Fenistil, který když vysadí, tak se osype celá. To mě taky trápí, bere ho už dva roky, ale to vašimi přípravky asi nenahradím.

Děkuji za odpověď na mou otázku a přeji krásné Vánoce.

S pozdravem

Michaela

Milá paní Michaelo,

děkuji Vám za Váš velice hezký mail i zasláný dotaz. Těší mě, že Vám preparáty s logem KH k Vaší spokojenosti pomáhají. Atopický ekzém však není jen o ošetřování pokožky. Dotazy na toto téma přichází velice často a týkají se jak dospělých, tak i dětí. Já sám říkám, že atopický ekzém je potvora, která si dělá, co chce. Již v roce 2015 jsem se rozhodl na téma atopický ekzém napsat rozsáhlé pojednání do 1. tohoročního vydání časopisu Aromaterapie, který je k dispozici na našem webu. Abyste jej nemusela hledat, posílám Vám odkaz. V článku najdete mé letité zkušenosti, postřehy a rady, které se během praxe zatím nejvíce osvědčily: <http://www.karelhadek.eu/uvod-2/casopis/casopis-aromaterapie-1-2015?article-id=641>

No a k Vašemu dotazu. Ano, vím, jeden může být znejistěn, neboť se občas objevují informace, že by se kosmetika měla po čase obměňovat, aby si na ni pokožka nezvykla. Této argumentaci se ale musím smát. Pokožka přece po celý

život produkuje vlastní tuky, v zásadě je nemění, a přesto si na ně nezvykne. Nutno podotknout, že se v tomto případě jedná o emulzi voda v oleji. Je však také známo, že na rozdíl od vlastních kožních tuků kosmetické výrobky mají opačnou emulgaci, tedy olej ve vodě, obsahují různé technologické složky jako např. stabilizátory emulzí, ale hlavně i velice problematické chemické konzervanty. Je notoricky známo, že chemické konzervanty pokožku poškozují např. tím, že likvidují nejen bakterie v daném výrobku, např. krému, ale následně, po nanesení na pokožku i symbiotickou mikroflóru na pokožce. A nejen to. Mnohé z používaných chemických konzervantů pokožku dráždí, senzibilizují, alergizují. Řešení je jednoduché. Ona senzibilizace neproběhne za pár dní, k tomu je třeba povětšinou podstatně více času. Aby nedošlo k alergickým projevům, různí „odborníci“ tvrdí, že je nezbytně nutné onu „kosmetiku odstavit“ a začít používat něco jiného. S výše uvedeným se pochopitelně výrobci používající



Léčivá borovice

chemickou konzervací chlubit nebudou, a tak laikům větší bulíky na nos. Preparáty, které lze označit jako fyziologické, tedy ty, které napomáhají optimalizovat funkce pokožky, respektují její vlastnosti, lze v případě potřeby aplikovat na pokožku dlouhodobě naprosto bez obav.

No a co se Vámi zmíněné svědivosti týká. Ta je pro atopický ekzém typická. Bohužel zde je pak doslova nepřehledné množství důvodů, proč svědivost vzniká. Objevit správného původce (může jich samozřejmě být i více) je velice obtížné. Nejčastějšími bývají nevhodný materiál oblečení, strava či nápoje, léky, patogenní mikrobi na povrchu pokožky, suchost pokožky a takto bych mohl dlouze pokračovat. Zde se občas osvědčily preparáty s éterickým olejem z borovicového jehličí. Ať již koupelové či sprchovací oleje, případně i balzám Boro-Boro. Doporučuji je používat ve večerních, případně i nočních hodinách, kdy zvýšená možnost svědění bývá spojena se snížením produktu nadledvinek, kortisolu. Tento vlastní tělesný hormon působí v organizmu jak proti zánětům, tak i proti svědivosti. O oleji z borovicového jehličí je známo, že krom dalších pozitivních účinků, z nichž se mnohé osvědčují i u atopického ekzému, aktivuje činnost nadledvinek, a tím i zvyšuje produkci různých hormonů, včetně kortisolu.



Proti svědivosti bývá účinný i éterický olej z máty peprné. Zmínku o tom najdete ve výše zmiňovaném článku v časopisu Aromaterapie č.1/2015 na str. 4 až 7, na který jsem Vám připojil odkaz.

Budu rád, pokud Vám moje odpověď bude užitečná.

Z egyptské Hurghady s přáním hezkého zbytku nedělního dne.

Váš
Karel Hadek



Na růžovku



Růžovka

Je to něco málo přes čtyři roky, co mi byla diagnostikována chronická kožní nemoc jménem růžovka – rosacea. První týdny byly velice obtížné, obličej plný pupínků, červený snad celý obličej, pupínky svědily až pálily. Kdo touto nemocí trpí, mi dá za pravdu, že nejradyji ze všeho by si v této fázi neustále obličej škrábal.

Úplně první „léčení“ proběhlo dávkou antibiotik, které mi pomohly od nejhoršího, ale stále jsem měla obličej plný pupínků, které alespoň už tak moc nesvědily. Začala jsem pravidelně chodit na mechanickou lymfodrenáž a díky paní, co mi ji i dnes jednou za 14 dní dělá, jsem objevila kosmetiku od KARLA HADKA. Veškeré do té doby používané kosmetické produkty jsem rozdala kamarádkám.

Začala jsem se odličovat pouze kokosovým olejem, na dočištění obličeje jsem začala používat jalovcovou vodu. Z produktů od KARLA HADKA jsem začala používat Třezalkový olej, **AKTIDERMu LY**, **JOSHEA BALZAM**. **AKTIDERMA LY** je sice popsána jako maska na obličej, ale já si ji večer namažu jako krém a jdu s ní spát. Je výborná také na popáleniny a velice suchá místa/suchou pokožku. Třezalkový olej a **JOSHEA BALZAM** si také dávám pouze na noc. Pokud se stane, že mi čas od času vyskočí nějaký pupínek, tak přímo na něj dávám

TEA TREE OIL. Jako denní krém jsem vyzkoušela pár krémů od KARLA HADKA a v podstatě mi vyhovovaly všechny, takže nemůžu napsat svého favorita.

S produkty od KARLA HADKA jsem maximálně spokojená, a to nejen s těmi, které používám na svůj obličej. V podstatě veškeré čisticí prostředky nahradil **ORANGE SANITOL** a na mou velice suchou pokožku na hlavě zabral jen **BALSAM SEBOSAN** a olej **HY PUPPY**, který prokládám zázvorovým šamponem od Body Shopu, který mi jako jediný vyhovuje.

Doufám, že některým vašim zákazníkům má zpětná vazba pomůže.

S pozdravem

Daniela S.

Jak nám ATEMOL ušetřil další cestu do nemocnice

Můj syn je od malička král laryngitidy. Nepamatuji, že by byl nemocný s něčím jiným, kromě neštovic, které vyfasoval ve školce. Po mnoha návštěvách pohotovosti v nočních až ranních hodinách už přestávala sranda. Během následné 14denní léčby jsem probděla spoustu nocí. Pravdou je, že s věkem se intervaly mezi nemocemi prodlužují, ale i tak je to „koule u nohy“, která se nebojí připomenout.

Zrovna nedávno o sobě dala vědět tím svým typickým způsobem. Moment překvapení. Tentokrát jsem byla poučena a připravena. Difuzér jsem pořídila s nástupem podzimu=viróz. Zakoupila jsem směsi éterických olejů **AROMECLIMA** na denní používání a **ATEMOL** v případě nachlazení a laryngitidy. Hned, co jsem zaznamenala únavu a slyšela první „výštek“, přesunula jsem difuzér s **ATEMOLEM** do dětského pokojíku. Nechala jsem ho zapnutý celou noc a světe, div se, žádná pohotovost ani záchvat kašle se nekonal. I zbytek dní aktivně inhaloval, tím rapidně urychlil dobu léčení.

Tedy, když je zdravý, do difuzéru kapeme nejrůznější vůně, které příjemně provoní celý byt.

Kateřina Glozová



Aromaterapie v kineziologické praxi

V kineziologii existuje více než 300 modalit. Jedná se o celostní přístup, založený na principech tradiční čínské medicíny (meridiány a jejich spojení se svaly a orgány, akupunkturální body). Kinezioterapie obnovuje rovnováhu všech systémů člověka na fyzické, emocionální a energetické úrovni prostřednictvím identifikace a eliminace sevření, bloků a nerovnováhy. Stanovení odchylek a zón se provádí pomocí svalového testování s použitím indikátoru svalů.

Všichni žijeme v neustálém stresu. Hans Selye, který formuloval koncepci stresu, se domníval, že stres „se mýjí“ se smrtí. Člověk v průběhu celého života neustále čelí stresu, nedá se mu zabránit, lze jej překonávat pouze adaptací na okolní změny. Stres je nedílnou součástí života, který je hybnou silou adaptačních schopností člověka, je to napětí,

kteří vzniká v reakci na nějaký druh dopadu nebo situace. Když dojde k narušení adaptačních schopností člověka, dojde k uvíznutí ve stresu /v negativních emocích a pak stres vede k negativním důsledkům – nervovému vyčerpání, ke snížení celkové odolnosti organismu a dále ke zdravotním problémům už na fyzické úrovni.



Pro zklidnění

Úkol kineziologa spočívá přesně v tom, aby odstranil hlavní příčinu – reakci na stres a navrácení adaptační schopnosti člověka vůči stresu. Některé modalitty umožňují velmi jemně propracovat traumata – nejzávažnější, traumatický stres, který organizmus zhodnotil a „zaznamenal“ jako trauma. Dokonce i pokud bylo takové, že se ve skutečnosti tak nejevilo.

Přírodní éterické oleje také stimulují adaptivní mechanismy člověka, jemně obnovují psychoemocionální a psychofyzickou rovnováhu. Éterické oleje působí nejen na fyzické úrovni, ale také na emoční a mentální úrovni.

Čich je velmi silný smyslový systém, který otevírá dveře psychice. Vůně doprovází člověka od okamžiku narození v průběhu celého života. Paměť je uspořádána tak, že společně s událostí se data všech smyslových orgánů zapisují v okamžiku této konkrétní události. Vůně, emoce a pocity spolu úzce souvisí. Protože spojení je vytvořeno v době silných emocionálních zážitků, má vůně vždy emoční zabarvení. Vzpomínka je vždy tvořena výraznou emocií (pozitivní nebo negativní). Lidský limbický systém má dokonce struktury odpovědné za paměť, jako je hippocampus, amygdala. Hippocampus je paměťové centrum, které ukládá informace o vůních spojených s různými situacemi. Amygdala je centrem paměti, které ukládá psychická traumata a obavy. Zde jsou

traumatické situace skryté ochrannými mechanismy lidské psychiky. Každý člověk má vlastní vůni lásky, štěstí, zklidnění, strachu, nenávisti. Zpravidla se asociace spojené s vůní reprodukuje z paměti ve formě obrázků a pocitů.

Aromaterapie a kineziologie jsou samostatné metody, ale podle mého názoru jejich kombinace poskytne synergický účinek, umožní dosáhnout hlubšího, rychlejšího a stabilnějšího výsledku.

Na základě obchodního zastoupení Karel Hadek v Jekatěrinburgu spojuje náš aroma kabinet aromaterapii a autorskou kineziologickou metodu Philipa Raffertyho (Austrálie). Úspěšně používáme éterické oleje a hotové přípravky Karel Hadek s kineziologickými metodami Philipa Raffertyho a připravujeme speciální programy.

Provádíme například aromatestování, abychom určili psychoemoční stav, jednotlivě vybíráme éterické oleje a sestavujeme individuální aromaterapeutický program.

Pomocí individuálně zvoleného éterického oleje v proceduře RESET – protistresový systém pro vyvažování spánkového-nížečelistního kloubu (SNČK) umožňuje dosažení hlubšího odstranění svalového tonusu obličeje a těla a v důsledku toho

dosažení maximálního uvolnění. Předběžné aromatestování umožní navázat kontakt a důvěru s klientem, uvolnit ho a naladit na proceduru.

Prioritní éterický olej, určený aromatestem, má blahodárny účinek na psychiku, uvolňuje stres, umožňuje relaxovat během procedury, získat psychologickou ochranu a nezbytnou péči na emocionálně-fyzické úrovni.

Vybraný éterický olej se před zákrokem zředí v neutrálním masážním oleji **LECTIOL-MCS-N**, poté se provede aromaterapeutická masáž nebo se olej aplikuje lokálně na určité oblasti: na zápěstí, ohyb paže, hrdeční jamku a oblast za ušima. Někdy i na oblast hrudníku s problémy v dýchacím systému. Po proceduře je klientovi přidělen individuální aromaterapeutický program s konkrétními éterickými oleji na podporu a pokračování ve vybraném, korekčním programu.

Konkrétní program závisí na problému, který daný člověk řeší, stejně jako na éterických olejích, které vyšly na základě výsledku aromatestování. Mohou to být horké nebo studené inhalace, koupele, masáže, individuální krém, parfémy.

Vynikající výsledky byly získány s olejem Donosol v proceduře RESET. Ucpaný nos, vydatný sopl předjdou během 40 minut, zatímco procedura pokračuje. V ojedinělých případech jsou potřeba 2 procedury. Nosní olej s mátou peprou dokonale zmírňuje otoky sliznice.

Můžeme také pracovat s dalšími hotovými výrobky Karel Hadek. Už máme nápad vyzkoušet směs **ANTICHRAPIN**.

Podporu aromaterapie startujeme také v programech Kinergetics. Zde vidím nejen pomoc člověku v procesu korekce, ale i po ní, zejména po nápravě zranění. Podpora psychoemocionálního stavu je velmi důležitá, zejména pro lidi, kteří jsou nervózní a neustále pochybují. Aromaterapie umožní zdokonalit dosažený výsledek korekce, dát další energii člověku, sebedůvěru a usnadnit jeho posun v životě a dosažení nové úrovně – nové kolo v jeho individuálním vývoji.

V těchto dvou směrech – aromaterapii a kineziologii spatřuji velké výhody pro lidstvo, a to nejen pokud jde o fyzické zdraví, ale také duchovní. Vidím jejich velkou budoucnost za předpokladu, že bude zachována čistota metod a prostředků – čistota a kvalita éterických olejů, čistota a přesnost aplikace samotných metod.

Oksana Mich,
Kineziolog, aromaterapeut
Jekatěrinburg, obchodní zastoupení Karel Hadek v Rusku



ÚLEVA OD EKZÉMU



Atopický ekzém je tu stále

Přestože jeho sezóna není omezena, projevy se více než kdy jindy hlásí o slovo právě v zimním období.

O čem je řeč? O ATOPICKÉM EKZÉMU. Jedná se o chronické, recidivující, svědivé kožní onemocnění, kdy v důsledku snížení lipidové kožní bariéry dochází ke zvýšeným ztrátám vody, snížení hydratace a zvýšení suchosti pokožky. Kůže se stává citlivější ke spouštěcím faktorům, jako jsou dráždivé látky a alergeny, které atopický ekzém dále zhoršují. Toto nepříjemné onemocnění má různé epizodické fáze/období, při nichž se střídá zhoršení nemoci s přechodným vymizením příznaků nemoci. Každý atopik mi dá za pravdu, že ze všeho nejhorší na této nemoci je neskutečné a úporné svědění. Svědění se dá zabránit – ulevit častým promazáváním pokožky. V naší nabídce můžete nalézt více přípravků vhodných k promazávání pokožky. Pro lepší orientaci v nabídce krémů vám přiblížíme nejoblíbenější přípravky, které pomáhají od nepříjemného projevu.

ATOPINAL – speciální bylinný krém pro péči o pokožku s výskytem atopického ekzému. Jemný krém lehce nahnědlé barvy, kterou získal díky obsahu třezalkového oleje. Třezalkový olej má silně protizánětlivé a stahující účinky. Podporuje regeneraci pleti. Osvědčil se například také při regeneraci tkání u těžce se hojících ran, např. u bércových vředů. Další účinnou složkou, která se u atopické pokožky velmi osvědčila, je meduňkový éterický olej. Jeho hlavní vlastností jsou jeho zklidňující účinky. Pokožku atopika dokáže zklidnit, ale zvládá to i na psychické úrovni. Příjemnou, přesto ne nijak výraznou, vůni krému dodává kadidlo, santal a benzoe. Vhodný je k použití při výskytu ekzému v obličeji. Díky své jemnosti si tento krém oblíbili zejména nejmenší zákazníci.

ATOP-DERM – speciální bylinný krém vhodný pro péči o pokožku s atopickým ekzémem. Silák s výraznou bylinnou vůní. Vůně bude nejspíš to první, co vás na krému zaujme. Kombinace jalovce, levandule, rozmarýnu, heřmánku, tymiánu a dalších éterických olejů má opravdu silný hojivý náboj. Dokáže během chvilky zklidnit rozpraskanou, rozškrábanou a zarudlou pokožku atopika. Samozřejmostí je absence chemických konzervantů a minerálních olejů. Předností krému je jeho emulgace „voda v oleji“, která má podobné schéma jako pokožka a podporuje hydro-lipidový kyselý ochranný plášť pokožky. Po aplikaci krému zůstává pokožka zklidněná a ošetřená po dlouhou dobu. Barva krému je lehce nazelenalá. Nejlépe se hodí pro použití na celé tělo. Je vhodný k použití na obličeji, ale z reakcí zákazníků víme, že někomu není silná bylinná vůně např. v oblasti očí příjemná.

SHEADERM TH – bylinkový krém vhodný pro péči o pokožku rukou s výskytem ekzému. Jestli něco pokožka atopika potřebuje, tak je to neustálé promazávání. Hlavně na rukou, jimiž se stále něčeho dotýkáme, omýváme, vystavujeme je povětrnostním vlivům.

Mastný multivitaminový krém **SHEADERM TH** je proto ideálním doplňkovým krémem ke dvěma výše zmíněným. Díky obsahu bambuckého másla má silně zjemňující účinky. Extrakt z třezalky a éterické oleje z levandule, vetiveru, čajovníku, kadidlovníku v kombinaci s vitamíny mají jedinečné protizánětlivé účinky. Krém je možné použít i jako „masku na ruce“. Kupříkladu večer při sledování televize aplikujte větší vrstvu krému na postiženou oblast rukou, nasadte bavlněné rukavice a nechte krém působit. Po zhruba půlhodinovém působení (zábalu) otřete nevstřebané zbytky krému.

Éterický olej z meduňky lékařské či meduňky indicum je svými zklidňujícími, antibakteriálními, ale i antidepresivními účinky při výskytu atopického ekzému či lupénky doslova vyhlášený. Proto jsou meduňkový sprchovací a koupelový olej velmi vhodné jako doplněk výše uvedených krémů. Při výskytu ekzému na rukou můžete meduňkový SO používat také k mytí rukou.

Když je řeč o meduňce, nesmíme zapomenout zmínit i lecitinový balzám **ATOSAN-LECI**, jehož nedílnou součástí je právě meduňkový éterický olej společně s borovicovým a olejem z máty peprné. Výhodou řidší konzistence podobné tělovému mléku je, že se přípravek velmi dobře vstřebává, nezanechává pocit mastnoty. Minimální doporučené použití krémů je 2x denně. Maximální použití však není omezeno a záleží na stupni a výskytu ekzému. Promazávat krémy můžete dle vlastní potřeby.

Jedním z opakujících se dotazů je použití našich přípravků při výskytu ekzému u malých dětí často ihned od narození. Naše přípravky neobsahují žádné minerální oleje ani chemické konzervanty, tudíž nemohou poškodit citlivou pokožku dětí, ani dále oslabovat již tak zkoušenou kožní mikroflóru. Při výskytu atopického ekzému jsou známy pozitivní výsledky i při vnitřním užívání pupalkového nebo brutnákového rostlinného oleje, případně i oleje z černého kmínu. Atopický ekzém je záladný v tom, že co na něj zabírá jeden den, nemusí už druhý den fungovat. Ze zkušeností zákazníků víme, že jim na ekzém pomáhají i další výrobky z naší nabídky, např. **WINTERSHEA, JOSHEA, INTIMISS, TANADERM, BODYEM NEUTRAL, SHEA MELISSEA, AKTIDERMA LY, SALTERICA, LECITOL LINDENOL**.

Věříme, že si vyberete přípravek, který bude fungovat právě vám a pomůže vám zmírnit projevy a zlepšit kvalitu života při výskytu tohoto nepříjemného onemocnění.

Lenka Rigová



ONRIT... cyklisté v akci

Loňskou jarní novinkou byl balzám **ONRIT** cíleně připravovaný pro aktivní sportovce, cyklisty. První jarní vyjížďky bývají bolestivé pro dolní sedací části těla. Otláčené hýždě jsou maličkostí, ale zarůstající ochlupení nebo opruzeniny a odřeniny, to je horší. A na tyto potíže je právě vhodný **ONRIT**. Kombinovat ho můžete s intimním balzámem **INTIMISS**.

Do „testovací“ sady pro cyklisty jsme zařadili nejenom **ONRIT** a **INTIMISS**, ale i intimní mycí olej **HY-INTIM**, masážní olej **DR. VOŠTĚP** po intenzivním fyzickém výkonu a masážní olej **CAYATHERM** na bolavé partie. Jak je známo, naše věci jsou „multifunkční“, a tak se s vámi podělím se zkušenostmi našich klientek a klientů.

Michaela Švorcová

Ráda bych se podělila se zkušeností z letního období. Objednala jsem si mimo jiné novinku **ONRIT** pro cyklisty, který se osvědčil jako velký pomocník i pro celodenní turisty. Po první túře jsem měla bolavá bříška chodidel, prstů, ale i kůže mezi prsty v celodenním objetí bot dostala řádně zabrat... Proto jsem si na další výlet tímto přípravkem předem ošetřila plošky nohou a meziprstí a výsledek byl skvělý. Nožky bez otlaků, zapařenin a voňavé ;-)! Pro mě naprostá jednička! Vyzkouším i v zimě na túry a na běžky...

Celému kolektivu přeji krásné a pohodové svátky a spokojené zákazníky i v roce 2020!

Z Krnova zdraví

Věra P.

Balzám jsem vyzkoušel na ošetřování bradavek při běhání a jsem spokojen. Výborně funguje, citlivost vymizela.

Petr P.

Děkuji za geniální výrobek **ONRIT**, používám ho už týden na odřený nos při velké rýmě. Dříve jsem měla už po dvou dnech rýmy nos červený a odřený, a teď je bez újmy.

Ještě jednou děkuji.

Hana W.



Krémy, regenerační krémy, lecitinové krémy

V sortimentu našich výrobků naleznete opravdu širokou nabídku obličejových krémů, v které se může neznalý nebo nový zákazník lehce ztratit. Proto bychom vám rádi obličejové krémy trochu přiblížili a představili je podrobněji.

Nejstarší jsou krémy s označením regenerační. **REGENERAČNÍ KRÉMY** jsou kosmetické přípravky určené k péči o lidskou pokožku. Používají se k pěstění, regeneraci a ošetřování všech typů pleti. Samozřejmostí je, že jsou vyrobené bez chemické konzervace. Ke konzervaci jim slouží jen použité éterické oleje. Regenerační bylinné krémy dodávají pokožce biologicky aktivní složky, zabraňují vysoušení pleti a jejímu předčasnému stárnutí. Napomáhají udržet pleť pružnou a vláčnou. Dobře se vstřebávají. Jednoduše by se daly rozdělit do skupin podle konzistence na hustší, mastnější a na lehčí, řidší. Do skupiny mastnějších krémů patří **ALOE VERA, SENSISHEA, TAMANU-DERM a SHEA MELISSEA**. Příčinou hustší konzistence je vyšší podíl **BAMBUKÉHO MÁSLA**, které je při pokojové teplotě velmi tuhé. Po nanesení na pokožku však krásně změkne a velice dobře se roztírá. Ostatní krémy ze sekce **REGENERAČNÍCH KRÉMŮ** mají lehkou, řidší a rychle vstřebatelnou konzistenci.

Další z řady přípravků na obličej jsou krémy s vyšším obsahem lecitinu, **LECITINOVÉ KRÉMY**. Lecitiny zde plní funkci účinné látky a emulgátoru. Do této kategorie patří nejen **LECIDERMY**, ale i krém **ELEUTHEROCOCC RK** a **GELLE ROYAL S MATERI KÁŠIČKOU**. Lecitinové krémy plně uspokojí požadavky každé pleti. Mají výborné regenerační schopnosti a díky obsahu lecitinu přispívají k zlepšení stavu pleti, zvláčňují a zjemňují ji. Optimalizují funkci mazových žláz, zpomalují stárnutí pleti a zvyšují schopnost pokožky dýchat.

Co je vlastně ten „záračný LECITIN“?

LECITIN je látka přírodního původu, která se přirozeně vyskytuje v lidském těle a je jím velmi dobře přijímána a vstřebávána. Získává se nejčastěji ze sójových bobů, pšeničných klíčků nebo také z vaječného žloutku. Lecitin se v kosmetických přípravcích používá jako přírodní „zelený“ emulgátor (= látka, která zajistí

smíšení dvou nespojitelných látek, v našem případě vodu a olej) a zahušťovadlo. Lecitin je v našich výrobcích získáván ze sóji. Lecitin v kosmetických přípravcích (krémech, maskách) reguluje propustnost ostatních látek buněčnými stěnami a zlepšuje jejich vstřebatelnost. To znamená, že napomáhá účinným látkám dostat se do hlubších vrstev pokožky. Zesiluje buněčnou i cévní stěnu. V kosmetice se také používá pro svoje zjemňující vlastnosti – zjemňuje konzistenci přípravků. Mezi **LECIDERMAMI** si přijde na své každý typ pleti. Lecitinové krémy jsou vhodné pro všechny typy pleti. Pro ty, kteří s lecitinovými krémy začínají, doporučujeme **LECIDERMU SHEA NEUTRAL**, obsahuje malé množství éterických olejů, vůně je jemná, květinová. Pro zklidnění zánětlivých projevů vyzkoušejte **LECIDERMU SHEA LAVENDEL**. Milovnice růží se zralou a citlivou pletí jistě ocení **LECIDERMU SHEA ROSE**. Zkušenosti zákazníků trpících na otoky okolo očí, problematickou pokožku v oblasti brady hovoří jasně pro **LECIDERMU SHEA SANTAL**. Zánětlivé projevy, akné... dobře ošetří **ELEUTHEROCOCCOVÝ** lecitinový krém. Do rodiny lecitinových krémů patří také krém s obsahem mateří kašičky **GELLE ROYAL**, který ocení zejména zralá pleť s výskytem vrásek. **LECIDERMA SHEA SUPRA** je specifická svým obsahem éterických olejů. Kadidlo, grep, myrha, mrkvové semeno vytvářejí jedinečnou kompozici s intenzivním regeneračním účinkem, kterou ocení nejedna klientka.

Koncem roku 2018 jsme rozšířili řadu lecitinových krémů o **LECIDERMU GIRL** a **LECIDERMU BOY**. Jedná se o krémy pro náctileté, chcete-li teenagery. Krémy vyhovují požadavkům

dospívajících, mají protizánětlivé, uklidňující a osvěžující účinky, zároveň však zohledňují rozdílnost dívčí a chlapecké pleti, a to odlišným složením éterických olejů.

Jestli vám rozdíl mezi regeneračními a lecitinovými krémy stále není jasný, můžeme je připodobnit v gurmánské terminologii k pomazánce se základem z desetiprocentního jogurtu (RK) a z mascarpone (lecitinové krémy).

Vybrat ten správný výrobek pro péči o pleť lze jen tehdy, pokud znáte typ své pleti. Každá kůže je trochu „jiná“, navíc se časem mění. Určit správně typ pleti není jednoduché. S diagnostikou vám nejlépe poradí vaše kosmetička, která dokáže profesionálně zhodnotit vaši pleť, zná vás i vaše návyky.

Na obličeji se často vyskytují i různé nedokonalosti, které tam nejsou žádoucí, např. akné, vřídky, pigmentové skvrnky, ucpané póry atd. To, na jakém místě se objevují, není náhodné. Tradiční čínská medicína již po staletí diagnostikuje z obličeje disfunkci určitého orgánu. Ale o tom si povíme zase někde příště.

Ať už máte pleť mastnou, smíšenou, citlivou nebo suchou, vězte, že každá pleť je normální, záleží jen na tom, jak o ni pečujeme. S péčí přípravků **AROMATERAPIE KAREL HADEK** se bude vaše pleť cítit jako v bavlnce.

Lenka Rigová



Informace pro vás

PARFÉMY

Naše parfémy jsou jedinečné. Vyrobené podle našich vlastních receptur. Často nám píšete, že by si zasloužily jiný obal. Souhlasím s vámi, našimi klienty. V únoru přidáváme do naší nabídky ke stávajícímu balení, 50 ml v PET obalu, 30 ml parfému ve skleněném obalu s rozprašovačem. Toto balení bude mít i novou etiketu. Doufám, že oceníte nejen nový obal, ale i novou etiketu...

EMOTION

Na prosby našich klientů jsme vrátili do prodeje parfémové oleje EMOTION. Od nových klientů dostáváme dotazy: Jak s nimi pracovat, k čemu je používat...

Parfémové oleje bývají „voňavou náhradou“ za drahé éterické oleje. Použit je můžete do masážních olejů, koupelových olejů, krémů, aromalamp, difuzérů. Oproti éterickým olejům se však nedostaví terapeutický účinek. Parfémové oleje nepodporují symbiotickou mikroflóru, nepomáhají pokožce, pokud se na ní vyskytují nežádoucí onemocnění, nepročišťují ovzduší od nevhodných mikroorganismů, parazitů. Vůně parfémových olejů nastolí příjemnou atmosféru, provoní pokožku, místnost.

Oproti éterickým olejům mají jednu výhodu. Nenačítají na jejich balení tolik bezpečnostních informací. Nemají takové množství alergenních složek jako tolik oblíbené éterické oleje.

Michaela Švorcová



VŮŇ PRO OBA



Parfemny

se kterými budete vyjimečná



Emotion
provontě si život



Jak si poradit s klíštětem

Pro aktivitu klíšťat je limitující teplota půdy 5 až 7 °C, to znamená, že už třeba za teplejších únorových dní si váš psí nebo kočičí mazlíček může pár klíšťat domů přinést. Oblasti výskytu nejsou dány pouze průměrnou roční teplotou a vhodným prostředím, ale i vlhkostí. Klíšťata nemají ráda sucho, proto je jejich aktivita za suchého léta nižší. Nejvíce aktivní jsou ve střední Evropě v období května až října s vrcholy během června a září/října. Při studii prováděné v Krkonoších bylo zjištěno, že klíšťata se vyskytují ve vyšších nadmořských výškách než v předchozích letech. Za tuto změnu jsou zřejmě zodpovědné klimatické změny.

Životní cyklus klíštěte sestává ze tří vývojových stádií: larva, nymfa a dospělec. Samička se pro produkci vajíček potřebuje (stejně jako každé stádium pro vývoj v další stupeň) nasát krve z hostitele. Přechod mezi stádii trvá přibližně jeden rok. Na člověku i zvířatech můžeme objevit jak dospělce, tak nymfu, která je menší a má pouze 6 nohou (na rozdíl od dospělce, který má nohou 8).

Klíště obecné je přenašečem řady onemocnění, v našich podmínkách se jedná zejména o klíšťovou encefalitidu nebo boreliózu. Proto nesmíme při vycházkách opomenout použití repelentní přípravky a po procházce sebe i ostatní řádně prohlédnout. Podrobnější informace o rizikových oblastech naleznete např. na webových stránkách Státního zdravotního ústavu.

Když už si ale někdo z lidských nebo zvířecích členů rodiny klíště přeci jen přinese, co dál?

Je potřeba mít na paměti, že klíště je potenciálně infekční materiál a podle toho s ním zacházet. Vytažení klíštěte bychom měli provádět v ochranných rukavicích, místo na kůži před i po vytažení vydesinfikovat. Desinfikujte i nástroj určený k vytažení klíštěte (vhodné jsou speciální háčky nebo karty na klíšťata, ale lze použít i pinzetu nebo zvláštní kleštičky). Není potřeba klíště vytáčet a řešit, na kterou stranu s ním točit – na svém ústrojí nemá žádný závit. Doporučená likvidace je spláchnutí např. v ubrousku do WC nebo spálení na nehořlavém podkladu. Pokud se potřebujete zbavit většího

počtu, může být vhodné si připravit do malé nádoby líh či lihovou desinfekci, v níž dojde k usmrcení klíšťat (na rozdíl od vody) a následně je opět třeba spláchnout.

Nevhodné je rozhodně rozdrčení klíštěte nebo rozmáčknutí mezi nehty – právě z důvodu infekčnosti. Při vytahování není vhodná aplikace olejů, což bylo někdy dříve doporučováno.

Jak vám při nepříjemnostech s klíšťaty pomůže AROMAFAUNA? Kromě přípravků s repelentními účinky je pro desinfekci ranky vhodný **FAUNA DESINF**, následně zakápněte antimikrobiálně působícím éterickým olejem z levandule.

MVDr. Alena Vaníčková, Ph.D.



Proti klíšťatům



Chlamydie – co je zač?

Protože pojem „chlamydie“ nemusí být všem zcela znám, mám pro vás malý kvíz na začátek: Co je to chlamydie?

- Italská zpěvačka
- Přípravek pro péči o poškozené vlasy
- Mikroorganismus, který může způsobovat různá onemocnění lidí i zvířat

„C“ je správně. Pojďme si tedy o těchto potvůrkách říci něco více.

Jedná se o malé bakterie s neobvyklým vývojovým cyklem – žijí totiž uvnitř buněk, jako třeba viry. Některé druhy napadají zejména člověka, jiné jsou spíše zvířecí. K léčbě je třeba často dlouhodobá aplikace antibiotik (tetracykliny, makrolidová ATB, fluorované chinolony).

Chlamydomphila psittaci způsobuje onemocnění zejména ptáků (infekce střev - průjmy, dýchacího systému, napadá klouby, ale i rozmnožovací soustavu). K nakažení lidí dojde nejčastěji od exotických ptáků nebo při chovu vodní či hrabavé drůbeže... Odtud pojem papouščí nebo kachní nemoc. Ptáci mohou být přenašeči chlamydií bez jakýchkoli příznaků, k aktivaci a následnému vylučování trusem a jejich exkrementy dojde při oslabení organismu i vlivem stresu, třeba v důsledku přepravy. Onemocnění je rozšířeno celosvětově. Člověk se může nakazit inhalací (prach v chovu), pozřením nebo přímým kontaktem

s kontaminovanými předměty. V historii je známá velká epidemie v Paříži roku 1892, kdy zdrojem nákazy byli papoušci dovezení ze zámoří.

U lidí se onemocnění projevuje zápallem plic, může mít až fatální následky. Při diagnostice je potřeba se zaměřit na zjištění původce, neboť při léčbě nemusí působit běžně používaná antibiotika. Riziko nakažení je zvýšené u veterinářů, chovatelů a ošetřovatelů ptáků, pracovníků drůbežáren nebo na jatkách. V současnosti neexistuje účinná vakcína.

Tyto bakterie jsou velmi odolné, v trusu a podestýlce mohou být životaschopné i půl roku. Důležitou prevencí je tak úklid v chovu a provádění desinfekce. Při nákupu nových zvířat je vhodné mít nové jedince před začleněním k ostatním zvířatům v karanténě.

Chlamydia trachomatis vyvolává poškození oka, ale i infekce močového a pohlavního aparátu lidí způsobuje až neplodnost. Přenáší se i sexuálním kontaktem. Je považována za jeden z rizikových faktorů pro vznik karcinomu děložního hrdla.

Chlamydophila pneumoniae způsobuje u lidí různá onemocnění dýchacího systému, ale může postihovat i srdce. Je to možný činitel při rozvoji astmatu.

Chlamydophila abortus – způsobuje aborty a poruchy plodnosti u domácích přežvýkavců.

Dobry den,

posílám Vám zpětnou vazbu na aplikaci **ENDOPARAZINU**.

Uvedený přípravek používám u svých dvou psů malého plemene (patterdale teriér) o hmotnosti do 10 kg. Oba psy jsem až doposud odčervoval čtyřikrát ročně běžně dostupnými veterinárními tabletami. Během třetího dne od podání **ENDOPARAZINU** se v trusu feny začaly objevovat články tasemnic. U psa nic nenastalo. Tak jsem zvýšil denní dávku na 2 x 2 kapky denně. Po týdnu se v trusu již nic neobjevovalo. S návykem na chuť pokapaného jídla neměli psi sebemenší problém. Musím říct, že s přípravkem jsem spokojen.

Nyní ještě zkouším podávat papouškům, ale zde nemůžu zatím objektivně posoudit účinek. Ptáci jsou v dobré kondici, a tak ho spíš podávám jako prevenci. Zmiňované **PAPENDO** jsem používal během léta spíše jako doplněk potravy nežli přípravek proti vnitřním parazitům.

Jediné, co mohu vytknout, je kvalita plastového kapátka, které protéká a nepřesně dávkuje kapky.

S pozdravem

M. F.

Z uvedeného výčtu je jasné, že se nejedná o žádné přátelské bakterie, při rozvoji onemocnění je potřeba intenzivní antibiotická léčba. Éterické oleje však mohou působit jako podpora této terapie. Pozitivní efekt mají éterický olej ze skořice, copaiby, eukalyptu (*E. globulus*, *E. radiata*), levandule, rozmarýnu, tymiánu nebo dobromysli. Při postižení plic je můžete použít do difuzéru, rozmarýnu, copaibu nebo tymián lze aplikovat i vnitřně, mimo jiné totiž podporují imunitu.

MVDr. Alena Vaničková, Ph.D.



Jaro klepe i na dveře skleníků, připravte je na novou sezónu

Zima utekla přímo závodním tempem. Za pár týdnů nás začnou ven lákat první sluneční paprsky. Nastane čas na úklid skleníků. V tomto článku vám poradíme, jak krok za krokem připravit skleník na další sezónu.

Pokud jste na podzim nestihli skleník zbavit zbytků rostlin, teď je nejvyšší čas. Tlející rostliny by vytvářely ideální prostředí pro vznik plísní. Dalším krokem je péče o samotnou zeminu, kterou je třeba přerýt nebo alespoň nakypřit. Této chvíle můžete využít pro aplikaci přípravku **PLANT-PROTECTOR**, který obohatí zeminu o účinné látky.

Nyní je skleník připravený na závěrečný krok – dezinfekci. V kdekákém koutku a skulince se mohou skrývat nežádoucí škůdci. Pro dezinfekci můžete použít přípravek **THYMICON**, který pomocí rozprašovače postupně aplikujte na celou vnitřní plochu skleníku. Po aplikaci doporučujeme skleník

uzavřít, aby **THYMICON** mohl lépe působit. Odpařováním přípravku se ve skleníku vytvoří nehostinné prostředí pro různé mikroorganismy.

Místo **THYMICONU** můžete využít také silnou koncentraci (50ml/l) přípravku **INSECT-STOP**.

A je to! Váš skleník je připraven na novou sezónu. Bohatá úroda vám bude odměnou za vaši péči.

Iva Šimonková

Opakování, matka moudrosti

Máme tu únor a to znamená, že jaro už klepe na dveře. Dny se pomalu prodlužují, denního světla přibývá a rostliny se probouzí ze zimního spánku. Čeká nás spousta práce doma i na zahradách. Proto si pojdme připomenout, které přípravky AROMAFLOŘY nám mohou pomoci s péčí o rostliny pokojové i venkovní, jež prezimovaly v zimních zahradách či chladných místnostech (oleandr, azalka).

INSECT-STOP

Přípravek, jehož hlavním úkolem je zbavit rostliny případných parazitů, jako jsou svilušky, puklice či molice. Rostliny důkladně prohlédněte, a to včetně spodních stran listů. Pokud je rostlina napadena škůdci, bude třeba ji omývat pomocí

INSECT-STOPU opakovaně. Čím je **INSECT-STOP** výjimečný? Obsahuje mimo jiné neemový a tymiánový olej, který odpuzuje škůdce. Smícháním přípravku s vodou v potřebné koncentraci se vytvoří emulze vhodná pro omytí listů rostliny.

FUNGI-STOP

Podobně jako předchozí přípravek pomáhá chránit rostlinu. Na rozdíl od **INSECT-STOPU**, který pomáhá bojovat proti škůdcům, vytváří **FUNGI-STOP** nehostinné prostředí pro plísně. Ty se projevují vznikem bílého povlaku a chomáčů podobných pavučinám. I v tomto případě bude nezbytné omýt napadenou rostlinu opakovaně.

PLANT-PROTECTOR

Pokud se chystáte vyměnit rostlinám substrát, můžete ho obohatit přidáním **PLANT-PROTECTORU**. Jedná se o sypký prostředek obsahující výlisky vzniklé lisováním neemového oleje. Smícháním přípravku se substrátem dochází k uvolnění účinných látek, které jsou kořeny vstřebávány do rostliny. Tyto živiny pak pomáhají rostlině vytvářet přirozenou ochranu proti savým, půdním i žravým škůdcům.

Pamatujte, že **PLANT-PROTECTOR** je vždy nutné zamíchat do substrátu. Nelze ho aplikovat pouze na povrch k rostlině. Nesprávnou aplikací riskujete vznik plísní.

PLANT-PROTECTOR můžete využít i pro přípravu zeminy k sázení a setí. V takovém případě pro vás máme ještě jeden tip! Pro dezinfekci truhlíků a květináčů použijte **THYMICON**, který zbaví nádobu nežádoucích mikroorganismů.

Co je na přípravcích AROMAFLOŘY nejlepší? Když pomínu fakt, že jsou to přípravky bez chemických látek a jejich používání prospívá vám i životnímu prostředí, je tu ještě jedna výhoda.

Nákupem přípravků přispíváte na včelařský výzkum. Cílem tohoto projektu je zvýšení odolnosti včel proti včelímu moru. V minulém roce jsme díky vám mohli na výzkum odeslat úžasných 11 000 Kč.

Také v roce 2020 spolupracujeme s Mendelovou univerzitou, kde podporujeme výzkum nemocí včel a pevně doufáme, že s vaší pomocí budeme moci znovu odeslat tak krásnou částku (nebo ještě hezčí).

Iva Šimonková



PÉČE O ROSTLINY



Termíny kurzů – I. pololetí 2020

6.–8. 3. 2020 Základní kurz Brno

Školitel: Karel Hadek, Vlastimila Kolarčíková
Kontakt: Pavel Vozdek
Telefon: +420 776 077 314
Email: info@kurzynow.cz, vozdek@umeni-masaze.cz
Web: www.kurzynow.cz

13.–15. 3. 2020 Základní kurz Ostrava

Školitel: Karel Hadek, Vlastimila Kolarčíková
Kontakt: Vlastimila Kolarčíková
Telefon: +420 603 286 335
Email: vlastimilakolarcikova@seznam.cz

20.–22. 3. 2020 Základní kurz Praha

Školitel: Karel Hadek, Vlastimila Kolarčíková
Kontakt: Hana Martínková, Drahomíra Vaculová
Telefon: +42 774 272 992, +420 737 312 571 – večer
Email: kurzyp Praha@seznam.cz, vaculovadrahomira@seznam.cz
Web: https://zdravuska2.webnode.cz/

27.–28. 3. 2020 Aromaterapie v praxi I. Pardubice

Kurz pro zájemce o aromaterapii, využívání produktů AKH v praxi

Školitel: Michaela Švorcová, Věra Kotásková
Telefon: +420 371 140 900 p. Šimonková
E-mail: info@karelhadek.eu
Web: www.karelhadek.eu

Ceník

Sleva se týká všech označených přípravků a platí od 7. 2. 2020 do 1. 3. 2020 do 24.00 hodin.

KOUPELOVÉ OLEJE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
1002	BOROVICOVÝ	290,67	406,95
1003	CITRONOVO-KAFROVÝ	307,00	429,81
1004	EUKALYPTO-TYMIÁNOVÝ	341,33	501,78
1020	GRAPEFRUITOVÝ	334,52	468,31
1006	JALOVCOVÝ	382,65	535,69
1021	JEŽÍŠEK	354,60	496,42
1007	LEVANDULOVÝ	291,74	408,42
1008	MANDARINKOVÝ	247,39	346,35
1009	MEDUŇKOVÝ	280,61	392,83
1017	NEUTRÁLNÍ	237,33	332,28
1015	PAČULIOVÝ	326,50	457,08
1010	PELARGÓNIOVÝ	562,42	
1011	ROZMARÝNOVÝ	372,71	521,79
1019	ŠALVĚJOVÝ	351,26	491,76
1012	TYMIÁNOVÝ	319,36	447,09
1013	YLANG-YLANG	490,67	686,98
1014	Z CITRONOVÉ RŮŽE	326,58	457,22
1018C	SADA KOUPELOVÝCH OLEJŮ	18 × 20 ml	668,95

SPRCHOVACÍ OLEJE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
1102	BOROVICOVÝ	283,57	397,02
1103	CITRONOVÝ	293,30	410,62
1109	ČAJOVNÍKOVÝ	270,53	378,74
1104	FRISCH	283,56	396,99
1113	GRAPEFRUITOVÝ	275,73	386,01
1117	HVĚZDA	271,00	
1116	JALOVCOVÝ	286,36	400,89
1105	LEVANDULOVÝ	288,86	404,38
1114	MEDUŇKOVÝ	276,18	386,01
1110	NEUTRÁLNÍ	237,33	332,28
1106	ROZMARÝNOVÝ	327,41	458,37
1107	SANTÁLOVÝ	312,36	437,27
1112	ŠALVĚJOVÝ	284,89	398,87
1108	Z CITRONOVÉ RŮŽE	280,61	392,82
1111C	SADA SPRCHOVACÍCH OLEJŮ	12 × 20 ml:	594,13

PŘÍPRAVKY NA INTIMNÍ HYGIENU			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
OLEJE			
1202	HY-INTIMA (pro ženy)	248,79	348,30
1203	HY-INTIM H (pro muže)	248,79	348,30
1205	HY-INTIM SET	2 × 200 ml:	626,29
1209	SADA INTIM		594,37

KRÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
1204	INTIMISS	384,15	653,02
1206	FEMISHEA	447,52	760,76

Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
1211	GENISAN	478,91	
1212	PRESHEA	504,78	858,14
1213	LUCALEN	342,62	513,92
1214	MONTANISS	370,09	555,13

DEODORANTY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		200 ml G	500 ml P
1208	HAPPY-DEO	430,99	861,95
1216	ANTIINSEKT SPRAY	357,03	714,06
		50 ml	100 ml
1215	DEOMAN	148,97	268,14

PŘÍPRAVKY NA OŠETŘENÍ ZUBŮ A ÚSTNÍ DUTINY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
1507	BABY-DENT	270,64	405,98
1503	DENTAROM		283,37
1505	HALITOSAN		364,10
1506	KARIOSAN	198,69	298,07
1504	ZUBNÍ OLEJ	268,81	403,20
		5 ml A	30 ml Z
1501	HERPILAN	167,25	568,64
1502	LIPPEA SPF	166,06	564,63
1508	TANALIP	161,52	549,09

PŘÍPRAVKY NA OŠETŘENÍ NOHOU			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
1811	DEOBOTAS	225,60	360,96
1801	DEOPROFUSS	171,28	274,10
1804	KOUPELOVÝ OLEJ NA NOHY	284,89	398,87
1805	MASÁŽNÍ OLEJ NA NOHY	397,16	556,03
1806	MYKOSAN-N	935,85	
2728	PREVENTY	425,93	596,32

Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
1808	LYMPHA-PACKW/O	312,18	437,08
1802	PEDI-DERM G10	153,90	215,46
1803	MYKOSAN-H, plíseň pokožky	256,06	

OŠETŘENÍ VLASŮ A POKOŽKY HLAVY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
1406	HAARETOL	324,62	519,38
1421	SEBOÖL	319,04	446,67
1401	VLASOVÉ TONIKUM KOMONICOVÉ		211,55
1404	VLASOVÝ MYCÍ OLEJ (mast./norm.)	310,64	465,96
1405	VLASOVÝ MYCÍ OLEJ (suché/norm.)	310,64	465,96
1402	HAARETTE Q		850,28
1403	LUPISAN		225,84
1420	SEBOSAN		356,32
2801	APILINE	252,52	404,06

NOSNÍ OLEJE				
Kód zboží	5% sleva	Kč		
		10 ml B	20 ml C	50 ml D
1603	DONOSOL			369,76
1604	LECINOS			383,20
1601	NOSNÍ OLEJ	222,94	356,71	
1602	NOSNÍ OLEJ BABY	227,22	363,59	727,11

REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE		
Kód zboží	5% sleva	Kč
		30 ml Z
1916	ALIPIA	420,18
1901	ALOE VERA	290,67
1920	ALOE VERA SPF 6	328,35
1902	ARNIKA	282,91
1903	ARNIKA SPF 6	320,31
1919	AVOKÁDO	279,26
1904	AVOKÁDO SPF 6	317,02
1909	GERADERM	327,04
1907	LEVANDULOVO-MRKVOVÝ	346,89
1908	LEVANDULOVO-MRKVOVÝ SPF 6	385,64
1911	NEUTRÁLNÍ	285,12
1910	YLANG-YLANG	355,47

EXKLUZIVNÍ REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE BPJ		
Kód zboží	5% sleva	Kč
		30 ml Z
1912	HEŘMÁNKOVÝ BPJ	1 025,61
1921	JASMÍN BPJ	560,09
1922	JASMÍN SPF 6	596,02
1913	NEROLIOVÝ BPJ	1 148,33
1915	NEUTRÁLNÍ BPJ	683,89
1917	ROSEA BPJ	1 010,76
1914	SANTÁLOVÝ BPJ	1 139,70

REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ KRÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2025	AKNETTE	312,11	499,37
2026	AKNETTE SPF 6	341,05	516,56
2031	ALOE VERA	394,28	610,13
2017	APISAN	391,42	548,28
2003	CITRONOVO-MRKVOVÝ	328,77	526,03
2027	CITROSE	322,30	515,65
2014	LEVANDULOVÝ	337,76	506,62
2015	LEVANDULOVÝ SPF 6	352,70	545,12
2016	MATEŘIDOUŠKOVÝ/ QUENDEL	325,16	520,23
2039	NEROLI	412,83	660,50
2018	OLIVOVÝ	270,40	432,63
2019	OLIVOVÝ SPF 6	336,08	503,64
2022	ROSEANA	458,24	687,35
2023	ROSEANA SPF 6	504,91	757,35
2011	SANTALIA	283,42	481,83
2012	SANTALIA SPF 6	314,29	534,29
2050	SENSISHEA	197,12	315,41
2033	SHEA-MELLISEA	341,69	512,53
2032	TAMANU-DERM	661,53	1040,70
2028	TANADERM	235,50	376,81
2029	TEA TREE	204,34	306,49
2030	TEA TREE SPF 6	221,62	339,59

OPALOVACÍ OLEJE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
2601	SPECIÁLNÍ TĚLOVÝ OLEJ SPF 4	237,94	404,52
2602	OPALOVACÍ OLEJ SPF 6	369,29	590,88
2603	OPALOVACÍ OLEJ SPF 10	397,96	636,73
2604	OPALOVACÍ OLEJ SPF 15	454,47	727,16
2610	LECISON	319,11	510,58
2606	PANTESON	438,58	657,87

LECITINOVÉ KRÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2007	ELEUTHEROCOCC	366,45	557,01
2008	ELEUTHEROCOCC SPF 6	419,52	637,71
2024	GELEE ROYALE – s mateří kašičkou	422,97	642,89
2043	LECIDERMA SHEA LAVENDEL	447,96	671,92
2046	LECIDERMA SHEA LAVENDEL SPF 6	486,83	749,69
2042	LECIDERMA SHEA NEUTRAL	376,20	565,08
2049	LECIDERMA SHEA NEUTRAL SPF 6	413,99	640,63
2044	LECIDERMA SHEA ROSE	604,67	907,02
2047	LECIDERMA SHEA ROSE SPF 6	648,10	993,91
2045	LECIDERMA SHEA SANTAL	551,58	827,37
2048	LECIDERMA SHEA SANTAL SPF 6	591,21	906,62
2041	LECIDERMA SHEA SUPRA	400,74	605,14
2053	LECIDERMA SHEA SUPRA SPF 6	438,81	688,94
2054	LECIDERMA GIRL	361,11	541,67
2055	LECIDERMA BOY	344,55	516,20

Tento ceník nabývá platnosti dne 7. 2. 2020. Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti. Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen za informativní.

Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

LIPIO-SÉRA			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		35 ml S	30 ml Z
1957	ALBIDERM		497,95
1956	CEDR ATLAS		398,50
1966	CEDR ATLAS SPF 6		437,61
1953	HEŘMÁNEK		464,49
1955	LEVANDULE		393,98
1965	LEVANDULE SPF 6		439,30
1958	LMP		370,75
1968	LMP SPF 6		418,58
1950	NEUTRÁLNÍ	342,49	
1960	NEUTRÁLNÍ SPF 6	381,90	
1951	RŮŽE		718,20
1959	LIPIO-SÉRUM MAN		567,65
1961	RŮŽE SPF 6		758,03
1954	RŮŽOVÉ DŘEVO		388,44
1952	SANTÁLOVÉ DŘEVO		582,59
1962	SANTÁLOVÉ DŘEVO SPF 6		625,87

FLUID – GOTHEA		
Kód zboží	5% sleva	Kč
		30 ml Z
1970	GOTHEA AMO	1 475,54
1972	GOTHEA DREAM	597,37
1971	GOTHEA ROY	1 656,74

ZÁKLADNÍ KRÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2301	DERMISOFT	171,24	231,19
2302	NATURALIA	223,26	312,56
2303	SHEA BUTTER	272,13	381,02

PROGRAM SALTIA			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2036	SALTIA		225,84
2037	SALTIA BN	340,92	579,58
2404	SALTIA W/O	269,04	376,64

OČNÍ KRÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		15 ml T	
2203	LECI-CARRE		365,02
2202	SHEA-CARRE N		326,37
2201	SHEA-CARRE R		368,61

TĚLOVÉ KRÉMY A OLEJE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2060	BODYEM NEUTRAL	198,59	297,87
2061	BODYEM ROY	222,87	334,32
		100 ml E	200 ml G
2070	LECITINIA BODY BALM		314,51
2071	LECITINIA BODY MONTANA		345,58
2072	LECITINIA BODY MAN		400,25
2090	MOSKYTOL	277,19	437,97

BYLINNÉ PLEŤOVÉ VODY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		200 ml G	500 ml P
2501	CITRONOVÁ Pleťová voda	121,23	278,80
2508	ČAJOVNÍKOVÁ Pleťová voda	121,23	278,80
2502	HŘEBÍČKOVÁ Pleťová voda	121,23	278,80
2503	JALOVCOVÁ Pleťová voda	121,23	278,80
2504	LEVANDULOVÁ Pleťová voda	121,23	278,80
2505	ROZMARÝNOVÁ Pleťová voda	121,23	278,80
2506	RŮŽOVÁ Pleťová voda	193,57	445,20
2507	YLANG Pleťová voda	121,23	278,80

BYLINNÁ PLEŤOVÁ TONIKA			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		200 ml G	500 ml P
2524	BOY Pleťové tonikum	151,31	302,62
2523	GIRL Pleťové tonikum	150,07	300,12
2509	CITRONOVÉ Pleťové tonikum	139,84	293,65
2521	ČAJOVNÍKOVÉ Pleťové tonikum	139,84	293,65
2510	ELEUTHEROCOCC-PROPOLISOVÉ Pleťové tonikum, 70% alkoholu	263,02	563,66
2513	HŘEBÍČKOVÉ Pleťové tonikum	139,84	293,65
2514	JALOVCOVÉ Pleťové tonikum	139,84	293,65
2516	LEVANDULOVÉ Pleťové tonikum	139,84	293,65
2517	MĚŠÍČKOVÉ Pleťové tonikum	182,33	382,88

		200 ml G	500 ml P
2518	ROZMARÝNOVÉ Pleťové tonikum	139,84	293,65
2522	RŮŽOVÉ Pleťové tonikum	209,68	440,31
2520	YLANGOVÉ Pleťové tonikum	139,84	293,65

PŘÍPRAVKY NA OŠETŘENÍ RUKOU			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		20 ml C	500 ml D
1706	CITRIO Mycí olej	18,71	391,41
1707	DESINFI Mycí olej	20,49	425,88
1708	SENSITIV Mycí olej	26,57	534,05
		10 ml B	30 ml Z
1701	ELASTOSAN – olej na nehty	183,60	459,00
		50 ml D	100 ml E
1710	LECIO-MAJO	243,61	487,12
1704	SHEADERM		388,44
1702	REA	197,10	275,96
1703	MYRHEA	202,90	284,02
1705	BALNARU TH		304,93

WOMAN THERAPY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
1001	CELLU-THERAP Koupelový olej	469,02	656,62
1101	CELLU-THERAP Sprchovací olej	365,59	511,81
2707	CELLU-THERAP Masážní olej	340,72	476,96
		50 ml D	100 ml E
2702	CELLU-THERAP Masážní krém	323,61	507,64
2730c	SADA CELLU-THERAP testery 4 ks		238,66
		100 ml E	200 ml G
1038	MENOTON Koupelový olej	382,65	535,70
1138	MENOTON Sprchovací olej	297,80	416,93
2738	MENOTON Tělový olej	404,31	517,79
h2741c	SADA MENOTON		238,66

SPECIÁLNÍ PROGRAM COUPEROSE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		30 ml Z	50 ml D
2004	ALTHEA Regenerační krém		425,78
2005	ALTHEA SPF 6 Regenerační krém		460,37
1905	ALTHEA Regenerační olej	369,83	
1906	ALTHEA SPF 6 Regenerační olej	407,10	

DĚTSKÁ SÉRIE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2034	BABY K heřmánkový	213,28	298,56
2035	BABY L levandulový	204,54	286,37
		100 ml E	200 ml G
2708	DĚTSKÝ masážní olej	234,53	351,82
2709	FENYKLOVÝ masážní olej	283,21	481,44
1005	HEŘMÁNKOVÝ Dětský koupelový olej	280,14	392,15
1207	MANDLOVÝ umývací olej	261,89	366,66
2713	MUTTISOFT	298,90	508,17
		10 ml B	20 ml C
1602	NOSNÍ OLEJ BABY	227,22	363,59
2729c	SADA BABY – testovací 8 ks		468,57

REGENERAČNÍ PLEŤOVÉ MASKY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2405	AKTIDERMA LY	305,36	458,04
2401	JOJOBA	241,67	338,32
2402	LECITHIN W/O	297,05	415,87
2403	NATURALIA W/O	281,91	394,68

MASÁŽNÍ OLEJE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
2714	CAYATHERM	425,93	724,10
2722	COSETTE	592,85	1 007,86
2732	Dr. VOŠTĚP	420,18	673,44
2735	LECITOL LINDENOL	254,63	432,86
2721	LECITOL MCS-N	87,32	156,98
2719	LECITOL NEUTRAL SUPER	265,96	478,74
2716	LECITOL NEUTRAL Z	182,84	329,09
2723	LECITOL ROYALE	312,28	530,91
2737	LECITOL WALO	296,40	503,85
2736	LECITOL YLJA	326,58	555,18
2710	LEVANDULOVÝ	271,00	460,70
2711	MANDLOVO-TŘEZALKOVÝ	258,93	440,23
2724	NEUTRÁLNÍ	227,38	386,54
2717	PMS (uklidňující)	531,19	
2720	SKOŘICOVÝ	261,65	444,81
2712	THERMOTON	504,72	858,04
2727	SADA MASÁŽNÍCH OLEJŮ 12x20		788,58

MASÁŽNÍ KRÉMY A BALZÁMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
2701	CALEN B		393,41
2704	CALEN K		424,75
2739	BORO-BORO balsám	247,27	395,64
2731	SCHOKO PÁCK	247,44	368,39
2705	TENARENE AKUT	266,04	
2706	TENARENE SUPER	427,25	

SPECIÁLNÍ PŘÍPRAVKY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		100 ml E	200 ml G
2830	ATOSAN-LECI	436,28	610,79
1810	DEKUBITOL Spec. těl. olej	485,99	826,19
1809	DEPILOL	269,08	430,53
2803	HEMOSAN	282,06	451,31
2733	NARBENOL	496,45	
		50 ml D	100 ml E
2020	ARADEA		425,93
2002	ATOP-DERM	297,77	446,64
2821	ATOPINAL	313,82	439,33
2062	BODY SALVIA	264,72	423,53
2725	CHINA BALSAM	443,26	
2740	JOSHEA	409,26	654,82
2804	MOLUSAN	244,43	391,08
2001	MONTANA	254,52	381,75
2807	PROATEM balzám	384,15	653,02
2808	SALTERICA	153,30	229,94
2822	SHEA VITA	122,27	171,17
2726	THERMO-BALSAM		312,81
2802	WINTERSHEA	274,68	439,47

SPECIÁLNÍ PŘÍPRAVKY – OLEOSOL			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		30 ml Z	100 ml E
2809	OLEOSOL BAL	89,58	125,42
2810	OLEOSOL JAGR	103,06	144,24
2811	OLEOSOL CELLU	112,72	157,78
2812	OLEOSOL PEDI	111,81	156,48

PŘÍRODNÍ PARFÉMY – PENTAGRAM			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		3 ml R	50 ml D
4951	DŘEVO – SOUCITNOST	116,05	1 496,90
4952	OHEŇ – LÁSKA	114,89	1 479,05
4953	ZEMĚ – EMPATIE	117,94	1 577,89
4954	KOV – ÚCTA	60,80	786,76
4955	VODA – MOUDROST	114,32	1 496,90

PARFÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		3 ml R	50 ml D
4908	VALENTINE – Unisex parfém	47,82	391,41
4909	KLEOPATRA – Dámský parfém	51,58	427,66
4910	FARAO – Pánský parfém	34,72	263,61
4911	MAGIC – Dámský parfém	52,10	438,00
4912	LILIEN – Dámský parfém	45,17	365,81
4913	VIOLA – Dámský parfém	61,34	523,15
4914	CARLOSS – Parfém pro muže	178,63	1 482,59

PŘÍRODNÍ PARFÉMY – ČAKROVÉ			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		3 ml R	50 ml D
4901	č. 1 MULADHARA-KOŘENOVÁ	39,43	288,58
4902	č. 2 SVADHÍŠTHANA-SAKRÁLNÍ	50,51	456,76
4903	č. 3 MANIPURA-EMOČNÍ	64,82	667,94
4904	č. 4 ANAHATA-SRDEČNÍ	68,66	897,13
4905	č. 5 VIŠUDDHI-KOMUNIKAČNÍ	55,60	523,88
4906	č. 6 ADŽŇA-INTUIČNÍ	66,39	692,70
4907	č. 7 SAHASRARA-KORUNNÍ	52,36	486,50

DOPLŇKY STRAVY			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
		100 ml E	250 ml H
3011	ELEUTHEROCOCC extrakt	253,64	507,28
3005	ECHINACEA EXTRAKT	283,38	618,92
		100 g E	250 g H
3002	ELEUTHEROCOCC KOŘEN	108,34	184,17
3010	ECHINACEA KOŘEN	171,44	369,22
5105	VITAMÍN C v prášku – 130 g		276,76

		215 ml V	500 ml I
3003	ALOE VERA GEL – štáva	146,15	235,63
3004	ALOE VERA KONCENTRÁT –10x	541,96	1 092,09

DESINFEKČNÍ A ČISTÍCÍ PŘÍPRAVKY			
Kód zboží	Bez slevy	100 ml E	500 ml I
1807	THYMICON	104,34	266,10
5502	ORANGE-ACIDOL	71,43	
5500	ORANGE-SANITOL		416,70
5501	SAMEA - 140 gr včetně aplikátoru	124,03	

ÉTERICKÉ OLEJE			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		10 ml B	20 ml C
4001	AMYRIS	214,76	343,63
4002	BADYÁN	148,34	237,33
4108	BAZALKA	233,67	373,87
4004	BENZOE ABSOLUE PRYSKYŘICE	355,20	568,28
4005	BERGAMOT	287,01	459,24
4006	BOROVICE-JEHLIČI	158,42	253,49
4033	BOROVICE-KLEČ	227,76	364,42
4007	CEDROVÉ DŘEVO	133,39	213,41
4003	CEDROVÉ DŘEVO ATLAS	124,92	199,86
4009	CELER-SEMENA	284,08	454,51
4010	CITRON	189,50	303,19
4011	CITRON BEZ TERPENU	314,81	503,71
4012	CITRON EXTRA	215,59	344,93
4013	CITRONELA	132,26	211,61
4015	CITRONOVÁ TRÁVA	158,86	254,16
4016	CYPŘIŠ	220,34	352,54
4076	ČAJOVNÍK	175,31	280,49
4110	ČERVENÝ POMERANČ	83,13	133,01
4017	ČESNEK	283,02	452,84
4054	DOBROMYSL-OREGÁNO	272,56	436,08
4018	ELEMI	323,26	517,21
4019	ESTRAGON	351,89	562,99
4096	EUKALYPTOVO-CITRONOVÝ	143,52	229,64
4020	EUKALYPTUS	125,72	201,15
4022	FENYKL	163,78	262,07
4023	GRAPEFRUIT	176,79	282,87
4024	HEŘMÁNEK ŽLUTÝ	1 087,13	1739,41
4025	HŘEBÍČEK	118,22	189,18
4101	JALOVEC EXTRA	369,82	591,69
4027	JEDLE-SÍŠKY	227,77	364,45

		10 ml B	20 ml C
4028	KADIDLOVNÍK	619,62	991,38
4029	KAFR	103,58	165,71
4030	KAFR PŘÍRODNÍ KRYSTALY (v g)	120,28	192,42
4031	KAJEPUT	162,31	259,69
4032	KANANGA	265,46	424,76
4103	KARDAMOM	420,41	714,41
4034	KMÍN	232,11	371,34
4035	KOPR	334,96	535,93
4036	KORIANDR	518,56	829,70
4038	LAVANDIN	182,10	291,37
4039	LEVANDULE EXTRA	266,19	425,90
4112	LIMETKA	159,36	254,97
4097	LITSEA CUBEBA	131,81	210,89
4040	MAJORÁNKA	347,09	555,32
4041	MANDARINKA ČERVENÁ	252,68	404,27
4098	MANDARINKA ZELENÁ	247,89	396,65
4042	MÁTA KADEŘAVÁ	285,35	456,57
4043	MÁTA PEPRNÁ	276,99	443,21
4044	MATEŘIDOUŠKA	305,05	488,08
4047	MENTOL PŘÍRODNÍ KRYSTALY (v g)	163,55	261,67
4048	MRKVOVÁ SEMENA	502,13	803,43
4049	MUŠKÁTOVÝ KVĚT	354,60	567,34
4050	MUŠKÁTOVÝ OŘECH	395,63	632,98
4051	MYRHA	555,79	889,30
4052	MYRTA	360,45	576,72
4053	NIAOULI	215,00	343,95
4055	PAČULI	278,15	445,04
4099	PELARGÓNIE	353,04	564,87
4057	PEPŘ ČERNÝ	544,75	871,59
4058	PETRŽEL	412,03	659,26
4060	POMERANČ	98,67	157,86
4061	POMERANČ BEZ TERPENU	214,96	343,91
4062	POMERANČ EXTRA	112,48	179,99
4063	POMERANČOVÉ LISTÍ	227,31	363,70
4064	PUŠKVOREC	401,06	641,68
4065	ROZMARÝN EXTRA	179,78	287,62
4111	RAVENSARA	362,36	580,07
4066	RŮŽOVÁ PALMA	226,19	361,91
4069	SATUREJKA HORSKÁ	358,30	573,25
4070	SKOŘICE – KŮRA	416,28	666,05
4072	SMRK – JEHLIČI	177,29	283,67

		10 ml B	20 ml C
4073	SPAJK	260,98	417,57
4074	ŠALVĚJ	223,89	358,21
4075	ŠALVĚJ MUŠKÁTOVÁ	503,61	805,76
4077	TŮJE	201,24	321,95
4078	TYMIÁN ČERVENÝ	370,22	593,13
4079	TYMIÁN SVĚTLÝ	152,06	243,29
4080	VAVŘÍN	293,02	468,87
4081	VETIVER	586,27	937,86
4082	YLANG-YLANG	597,84	956,64
4083	YZOP	595,55	952,88
4084	ZÁZVOR	506,00	809,62
		50 ml B	100 ml C
4021	EUKALYPTUS KOALA	149,62	269,29
9412	TESTOVACÍ KUFŘÍK S EO	3 743,38(BEZ SLEVY)	

EXKLUZIVNÍ ÉTERICKÉ OLEJE			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
		2 ml O	5 ml A
4086	HEŘMÁNEK MODRÝ	278,17	625,88
4109	HEŘMÁNEK ŘÍMSKÝ	273,00	547,00
4087	JASMÍN	839,64	1889,20
4037	KOZLÍK	257,06	578,38
4045	Z VČELÍHO VOSKU	462,06	1039,62
4113	MANUKA	175,00	354,24
4088	MEDUŇKA	655,24	1474,30
4089	MIMOZA	314,06	706,64
4090	NEROLI	948,58	2134,29
4091	RŮŽE	2 083,95	4688,87
4092	ŘEBŘÍČEK	596,02	1341,03
4068	SANTÁLOVÉ DŘEVO	596,02	1341,03
4093	SLAMĚNKA	568,17	1278,37
4094	VANILKA	792,33	1782,74
4118	KOMONICE	469,00	939,00

SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		10 ml B	20 ml C
4201	AFRODIZIAKÁLNÍ	222,76	356,38
4205	ANTICHRAPIN	224,96	359,94
4206	ANTIINSEKT	187,86	300,57

4207	ANTINIKOTIN		381,00
4224	ANTIOXI		440,07
4208	ANTIRAUCH	206,96	331,13
4229	AROMA baby		254,98
4220	AROMA-BUDÍK	230,07	368,12
4202	AROMECLIMA	179,18	286,66
4219	ATEMOL	239,16	382,66
4226	BRONOL		341,09
4209	CANDIÖL	268,63	429,77
1201	CANDISAN	285,07	456,09
4221	CHINA	201,76	322,81
4014	CITRONOVÁ RŮŽE		207,54
4211	DOBRY DEN	158,86	254,16
4203	HARMONIE	253,53	405,64
4216	INSEKTOL	183,12	292,98
4046	MEDUŇKA INDICUM		125,79
4223	MOLUNOL		422,95
4225	MOTTENOL	122,62	196,19
4217	NELINOL	270,67	433,10
4204	NOC LÁSKY	381,95	611,11
4212	RELAXAČNÍ	462,49	738,44
4213	SENNÉ KVĚTY	148,75	237,99
4210	THYMION	271,47	429,56
4214	UŠLECHTILÉ DŘEVO	234,97	375,96
4215	UVOLŇUJÍCÍ	179,28	286,85
4218	VIROSAN	242,57	388,11
4231	JARNÍ KVÍTÍ	242,59	394,84
		10 ml	5 ml
4230	PŘÍCHOD JARA	643,51	323,79
		30 ml Z	50 ml D
5600	AROMISAN		259,00
4014	CITRONOVÁ RŮŽE	332,06	664,09
4046	MEDUŇKA INDICUM	201,22	402,46
2805	PROAPINOL	265,11	

SMĚSI ÉO SAUNA			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		10 ml B	20 ml C
4401	ČÍNSKÁ SAUNA	342,68	548,31
4402	FÍNSKÁ SAUNA	276,82	442,88
4404	HORSKÁ SAUNA	315,94	505,54
4405	JAPONSKÁ SAUNA	297,34	475,70
4406	LESNÍ SAUNA	270,90	433,43
4409	POLÁRNÍ SAUNA	389,32	622,90
4412	RUSKÁ SAUNA	296,73	474,76
4410	SAUNA RELAX	297,99	476,77

ROSTLINNÉ OLEJE			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
		215 ml V	500 ml I
5040	AMARANTOVÝ OLEJ LZS	1 631,08	3776,16
5041	ARGANOVÝ OLEJ LZS	636,46	1196,54
5002	AVOKÁDOVÝ OLEJ	164,58	309,40
5003	BRUTNÁKOVÝ OLEJ LZS	590,75	1216,99
5004	DÝŇOVÝ OLEJ LZS	350,72	659,34
5005	JOJOBOVÝ OLEJ LZS (DPH 21%)	652,24	1226,19
5024	KARITÉ (SHEA OLEJ)	138,28	259,97
5042	KOKOSOVÝ OLEJ LZS		463,10
5031	KONOPNÝ OLEJ LZS	273,95	577,54
5006	LNĚNÝ OLEJ LZS	107,32	201,81
5007	MAKADAMIOVÝ LZS	168,39	359,31
5039	MANDLOVÝ OLEJ LZS	239,54	450,66
5009	MANDLOVÝ OLEJ LZT	82,62	155,34
5010	OLIVOVÝ OLEJ LZS	140,06	263,27
5011	PUPÁLKOVÝ OLEJ LZS	564,77	1061,76
5012	RICINOVÝ OLEJ LZS (DPH 21%)	114,60	215,45
5014	SEZAMOVÝ OLEJ LZT	122,73	230,73
5015	SLUNEČNICOVÝ OLEJ LZS	96,92	182,24
5035	SLUNEČNICOVÝ OLEJ LZT		86,32
5016	SOJOVÝ OLEJ LZT	26,66	50,09
5018	Z ČERNÉHO KMÍNU LZS	652,97	1227,51
5022	Z JADER ANDSKÉ RŮŽE LZS	1 152,03	2475,59
5017	Z JADER HROZNŮ LZT	119,55	224,79
5019	Z MERUŇ. PECEK LZS	300,80	565,49
5020	Z PŠENIČNÝCH KLÍČKŮ LZS	289,56	544,37
5013	Z RÝŽOVÝCH KLÍČKŮ LZS	123,59	232,28
5021	Z VLAŠSKÝCH OŘECHŮ LZS	564,77	
5023	Z VLAŠSKÝCH OŘECHŮ LZT	121,70	250,30
5043	Z VLAŠSKÝCH OŘECHŮ PRA	230,19	

KOSMETICKÁ MÁSLA			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
		100 ml E	250 ml H
5029	BAMBUČKÉ MÁSLA	107,18	214,34
5026	KAKAOVÉ MÁSLA (v gramech)	178,14	356,27
5025	MANGOVÉ MÁSLA	272,73	545,44

ROSTLINNÉ OLEJOVÉ MACERÁTY			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
		115 ml U	215 ml V
5209	ALOE VERA	268,62	419,02
5201	ARNIKOVÝ	370,02	592,06
5202	KAŠTANOVÝ	223,40	357,43
5203	MĚSÍČKOVÝ	256,27	410,04
5208	TŘEZALKOVÝ C10	234,56	375,31
5211	TŘEZALKOVÝ M10	251,89	402,99
5207	TŘEZALKOVÝ O10	244,27	390,84
5204	TŘEZALKOVÝ S10	234,56	375,31
5205	TŘEZALKOVÝ W10	536,74	858,76

VITAMÍNY			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
		20 ml C	50 ml D
5101	LECITIN SUPER	226,13	
5102	PANTHENOL	74,90	149,82
5103	VITAMIN A	234,66	469,35
5104	VITAMIN E	190,48	381,00

PENTAGRAMOVÉ SMĚSI			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		2 ml O	5 ml A
4851	DŘEVO – SOUCITNOST	399,06	911,24
4852	OHEŇ – LÁSKA	443,16	899,87
4853	ZEMĚ – EMPATIE	468,77	961,64
4854	KOV – ÚCTA	206,96	467,89
4855	VODA – MOUDROST	170,32	535,50
4850	SADA PENTAGRAMOVÝCH SMĚSÍ 5x	1 603,86	3 386,22

ČAKROVÉ SMĚSI			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		2 ml O	10 ml B
4801	č. 1 MULADHARA-KOŘENOVÁ	58,43	243,55
4802	č. 2 SVADHIŠTHANA-SAKRÁLNÍ	92,07	383,60
4803	č. 3 MANIPURA-EMOČNÍ	130,54	543,74
4804	č. 4 ANAHATA-SRDEČNÍ	191,01	824,52
4805	č. 5 VIŠUDDHI-KOMUNIKAČNÍ	106,37	439,82
4806	č. 6 ADŽNA-INTUIČNÍ	139,31	580,36
4807	č. 7 SAHASRARA-KORUNNÍ	97,69	344,52
4800	SADA ČAKROVÝCH SMĚSÍ 7x	774,65	2 938,04

VÁNOČNÍ SMĚSI ÉO			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		10 ml B	20 ml C
4309	JEŽÍŠEK	202,67	324,28
4313	ROMANTICKÉ VÁNOCE	227,41	363,87
4301	VÁNOČNÍ ČAS	168,56	269,72
4302	VÁNOČNÍ DÁREK	174,63	279,41
4310	VÁNOČNÍ HVĚZDA	133,05	212,84
4303	VÁNOČNÍ KOLEDA	222,01	355,24
4311	VÁNOČNÍ NÁLADA	168,56	269,72
4304	VÁNOČNÍ POHÁDKA	308,35	493,38
4305	VÁNOČNÍ SEN	204,20	326,71
4308	VÁNOČNÍ STROMEČEK	169,94	271,90
4306	VÁNOČNÍ VEČER	175,52	280,87
4307	VÁNOČNÍ VŮNĚ	182,66	292,27
4312	VOŇAVÉ VÁNOCE	201,46	322,31

AUTOPARFÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		5 ml A	100 ml E
7005	ANTI-TABAK	72,33	436,00
7003	FLAVOUR	60,73	291,77
7004	FLIRT	62,96	379,31
7006	FRUIT-LINE	65,88	587,27
7002	LOVE STORY	61,29	286,44
7001	VANILOU	61,54	317,16

OSVĚŽOVAČE VZDUCHU			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
		100 ml E	500 ml I
7101	CLIMAFRESH	285,58	1076,39
7102	FRESHNESS	220,20	836,79
7103	VŮNĚ SPÁNKU	287,81	1 008,38

Tento ceník nabývá platnosti dne 7. 2. 2020 Všechny předešlé ceníky tímto dnem pozbývají platnosti. Vzhledem k neustálému pohybu cen surovin na světových trzích je nutno považovat ceny v tomto ceníku jen za informativní.

Jediný platný ceník je na našem e-shopu www.karelhadek.eu

DOPLŇKOVÝ SORTIMENT			
Kód zboží	Bez slevy	Kč	
9506	AROMATÁČKY	27,94	
6001	KOSMETICKÁ ČEPIČE	25,38	
6000	OCHRANNÁ ROUŠKA	11,83	
9416	PILNÍK	58,17	
9503	SÁČKY K TERMO RUKAVICÍM	62,69	
9501	TERMOPODLOŽKA	1 164,08	
9504	ŽELATINOVÉ TOBOLKY	43,14	
9950	BROŽURA – AROMATERAPIE V PRAXI	13,70	
		S M	
9602	SADA 6–12 KULÍČEK MIX VELIKOSTÍ	68,02	82,83
9603	KULÍČKY – SADA VÍCE KUSŮ	45,86	90,07
9611	DŘEVĚNÉ KOLEČKO	45,04	
9730	DŘEVĚNÉ MISKY	147,02	185,32
9500	TRÍČKO S LOGEM XS–XXL	104,76	

série Emotion

SPRCHOVACÍ OLEJE A KRÉMY			
Kód zboží	5% sleva	Kč	
		50 ml D	100 ml E
8203	FLIRT sprchovací olej		283,94
8404	ETERICA regenerační krém	215,22	355,09

PARFÉMOVÉ OLEJE			
Kód zboží		Kč	
		10 ml B	20 ml D
8501	AMBRA	96,28	154,05
8502	ANANAS	95,15	152,24
8503	AVOKÁDO	172,58	276,14
8504	BROSKEV	159,56	255,29
8505	KONVALINKA	104,65	167,10
8506	ČOKOLÁDA	106,78	170,85
8507	FIALKA	106,78	170,85
8509	JASMÍN	119,99	191,99
8510	KARAMEL	101,37	162,18

8511	KOKOS	93,74	149,99
8512	MED	106,78	170,85
8513	MEDOVÝ MELOUN	93,85	150,14
8514	MELOUN	106,78	170,85
8515	TABÁK	127,29	203,65
8516	VANILKA	105,75	169,21
8518	KÁVA	191,91	307,00
8519	SANTAL	126,00	217,00

SOUTĚŽ

Soutěžní otázka:

Jaká velikostní balení PARFÉMŮ najdete v naší nabídce?

- 3 ml, 5 ml, 30 ml
- 5 ml, 50 ml, 100 ml
- 3 ml, 30 ml, 50 ml

Odpovědi posílejte jako vždy na e-mailovou adresu: soutezAKH@karelhadek.eu

Uzávěrka proběhne 7. 3. 2020 ve 24 h.

Ceny:

- cena: odběr zboží v hodnotě 1 000 Kč
- cena: odběr zboží v hodnotě 800 Kč
- cena: odběr zboží v hodnotě 600 Kč
- 5. cena: odběr zboží v hodnotě 400 Kč

AROMATERAPIE

ČASOPIS PRO ZDRAVÍ A KRÁSU Č. 1/2020
další vydání – 6. 5. 2020

YDAVATEL A ADRESA REDAKCE:

1. Aromaterapeutická KH a. s.
Kšice 11, 349 01 Stříbro-Kšice

REDAKCE:

Karel Hadek, Michaela Švorcová, Mgr. Milena Petřílková, Iva Šimonková, Sára Celundová, Lucie Hradská, Mgr. Eva Bočková

PŘEDTISKOVÁ PŘÍPRAVA:

Eliška Nová, Jan Vodvářka

TISK:

tiskárna EUROPRINT a.s.

SOUTĚŽ:

soutezAKH@karelhadek.eu

PŘÍJEM OBJEDNÁVEK:

pouze na eshop.karelhadek.eu

KONTAKTY

Tel.: +420 371 140 900
E-mail: poradna@karelhadek.eu
E-mail: info@karelhadek.eu
Reklama: reklamace@karelhadek.eu
www.karelhadek.eu
www.facebook.com/AromaterapieKarelHadek

ISSN 2464-8051

Obsah článků uveřejněných v časopise Aromaterapie vyjadřuje subjektivní názory a postoje jejich jednotlivých tvůrců. Vydavatel neodpovídá za obsah sdělení v člancích uvedených. V případě, že máte jakékoliv dotazy k jednotlivým tématům, kontaktujte prosím příslušné autory.

Všechny články, fotografie a kresby otištěné v tomto vydání časopisu Aromaterapie, byly poskytnuty firmě

1. Aromaterapeutická KH a. s. Jejich další používání a šíření, byť jen jejich části, bez svolení vydavatele není povoleno. Nevyžádané příspěvky a fotografie se nevracejí.



1. Aromaterapeutická KH a. s.
Kšice 11, 349 01 Stříbro-Kšice
www.karelhadek.eu