# AROMATERAPIE® Karel Hadek

*Novinky*

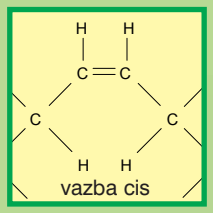
## BodyEm

*Škola aromaterapie*

## ... třezalka

*Co je co...*

## Není máslo jako...




*Opalovací oleje Karel Hadek vhodný společník na vaši dovolenou*

**časopis pro krásu a zdraví č. 2/2008**

## *Dr. Sluníčko*

*Pokud píši o aromaterapii vždy zdůrazňuji, že je velice individuální. Co voní jednomu, nemusí vonět druhému. Co dělá dobře jednomu, druhý nemusí snášet. Nebýt sluníčka, nebyla by ani aromaterapie, ani člověk. Věřím, že se mnou budete souhlasit, že sluníčko lze považovat v určitém slova smyslu za součást aromaterapie. Zatímco v zimním období pospícháme domů, od prvních jarních dnů, kdy sluníčko začne vystrkovat své růžky, nás to naopak táhne z domu ven. A nelze se tomu ani divit. Sluneční svit v nás vyvolává biochemické reakce, které zahání zimní únavu, stejně tak deprese a zlepšuje náladu. Aktivuje tvorbu vitamínu D, zlepšuje látkovou výměnu. Čím „výše“ sluníčko stojí, tím vyšší je i naše biologická aktivita. Pro mnohé je pak sluníčko doslova a do písmene doktorem. Chladové alergie se nekonají, některé lupénky se pod slunečními paprsky ztratí, mnohé ekzémy se zlepší. Nebude dlouho trvat a budeme mít čas dovolených, na které se asi každý těší už od chvíle, kdy ta předešlá skončila. Kampak to asi letos bude? Myslím, že se nemýlím, když napíši, že někam za sluníčkem. Ať už je to jen zahrada, koupaliště, jezero někde v oblasti kolem padesáté rovnoběžky či Balkán, Afrika či jiná exotika, mějme vždy na paměti, že to co jsem psal o kousek výše, platí jen a jen pokud se to se sluníčkem nepřežene. Těm, kteří si to namíří někam na jih, bych rád připomněl, že při „původní výrobě“ člověka nebylo počítáno s tím, že by mohl dělat tak obrovské geografické skoky, jak mu dnes umožňují automobily, autobusy či dokonce letadla. Aby cesta na jih nebyla pro organismus stresující, měli bychom mu vždy dát dostatek příležitosti k aklimatizaci. Jižní sluníčko je pro nás středoevropany silná káva, hlavně na začátku pobytu je třeba se před ním chránit. Pobyt ve stínu je stejně žádoucí jako vhodná ochrana pokožky před důsledky nadměrného působení UV záření. Zde pak mohu jen a jen doporučit regenerační opalovací oleje Karel Hádek. Nejen že pokožku na úrovni udaného ochranného faktoru před UV chrání, ale díky svému složení – tedy obsahu specifických rostlinných olejů, lecitinu, biologicky aktivních látek, vitamínů E a A – současně chrání před vysoušením i regenerují. Aby na pokožce nevznikala různě promaštěná místa, je dobré si zapamatovat, že ideální je nanášet opalovací oleje na mokrou pokožku. Dají se pak nejen lehce, ale i rovnoměrně po pokožce rozetřít. Vstřebávají se dobře do pokožky a nezůstávají tedy jen na jejím povrchu.*

*Přeji Vám za sebe, i za firmu AKH, sluníčko na nebi i v duši a krásnou dovolenou, plnou hezkých zážitků...*

*Váš Karel Hadek*

# obsah


NOVINKY . . . . . .strana 2–7

BodyEm
Body-Salvia
Lecitöl
Pod sprchou i meduňka
Leciderma Shea Santal

AKTUÁLNÍ TÉMA... . . . . strana 8–9

Bio? Spíše „kino“

CO JE CO . . . . . .strana 10–11

Není máslo jako máslo

ŠKOLA AROMATERAPIE . . . . . .strana 12–17

Krok za krokem s kosmetikou...
Svatojánská třezalka

ZAJÍMAVOSTI, ZKUŠENOSTI
A RADY UŽIVATELŮ . . . . . strana 18–21

Proč kosmetika, masáže? Proč pečovat o tělo?
Cayatherm a pásový opar
Vyzkoušejte Lipio-Séra a omládnete
Nic není složité, když víte jak na to
Éteráčky, co nechcou ven z lahvičky

Z VAŠICH DOPISŮ . . . . . strana 22

PORADNA KARLA HADKA . . . . . strana 23–31
HADKOVSKÉ ZAMYŠLENÍ . . . . . .strana 32–33

Ministr i krabice...
Konečně...

KOUTEK PRO MAMINKY . . . . . strana 34–35

Pozor na čápy...

OBCHODNÍ PODMÍNKY a KURZY . . . . . strana 36

CENÍK PREPARÁTŮ . . . . . strana 38


**-10 % zaváděcí sleva**

*Na všechny novinky uvedené v tomto čísle časopisu Aromaterapie je poskytnuta desetiprocentní zaváděcí sleva. Tuto slevu obdrží všechny objednávky doručené do 30. června 2008.*

*Sedmiprocentní sluníčková sleva je poskytnuta na takto v ceníku označené preparáty a platí do 30. června 2008.*

Sleva 7%

AROMATERAPIE® Karel Hadek

# BodyEm

**-10 % zaváděcí sleva**

Není to tak dlouho, co jsem si povídal s jedním kamarádem a během řeči jsem použil staré známé přísloví: „Sytý hladovému nevěří...“ Usmál se na mě a opáčil otázkou: „A myslíš, že hladový uvěří přesycenému…?“ Ponechme bokem, kdo komu uvěří či nikoli už i proto, že např. některým přesyceným politikům bych nevěřil, ani kdyby byli na kost vyhublí... A to nejsem ani hladový, ani přesycený.

Proč o tom ale píši? Ono staré přísloví, jako by mělo cosi společného s kosmetikou. Sám, nemaje prakticky žádných problémů, bych v podstatě vystačil s nějakým tím koupelákem, sprchovákem, regeneračním olejem a v létě by se k nim zcela jistě ještě přidal opalovací olej. To ostatní je z mého pohledu něco jako nadstandard, ale jen do té doby, než dojdu (spíše než mě poznání dokope) k poznatku, že zde opravdu existuje skupina lidí, která má jistou specifickou potřebu. Jako příklad mohu uvést ještě celkem horkou novinku, preparát *Cayatherm*. Že lidi občas něco pobolívá, to mi opravdu tajemstvím nebylo. Jak silné tyto bolesti mohou být a hlavně jak rozšířené jsou v populaci, to by mě ani ve snu nenapadlo. Dnes je *Cayatherm* v nabídce a já se nestačím divit, jak potřebný a užitečný takový preparát může být.

Preparát *BodyEm* také zapadá do kategorie „oněch zbytečných preparátů, které já nepotřebuji“. Co ale dělat po koupeli či osprchování, pokud je pokožka sušší, než by bylo žádoucí?

Stačí ji přece ošetřit. A tak jsem doporučoval různé olejíčky, masážními začínaje, přes masky, měsíčkový balzám, až ke krému *Shea-Butter*. Samozřejmě, že ne vždy, ale téměř vždy byly takové hovory ukončovány nejen poděkováním za radu, ale i otázkou zda není v nabídce něco speciálního. Odpověď, že speciální je vše, stejně jako nic, klienty asi moc neuspokojila. Mně samotnému pak její opakování nasadilo brouka do hlavy. A tak jsem před časem začal pracovat na specialitě pro celé tělo, jež by se dobře roztírala a pokožce zajistila potřebnou vlhkost i tuk, jemnost, hebkost, vláčnost. Vzhledem k tomu, že je preparát určen k ošetřování pokožky celého těla, měl jsem ještě další požadavky. Měl by být vysoce kvalitní, jinak by byl na trhu zbytečný. Co se pak ceny týče, musí být příznivá, aby byl také pro průměrného spotřebitele dostupný. A tak jsem začal přemýšlet, jaké suroviny by byly vhodné. O bambuckém másle už toho bylo napsáno hodně. Jak jeho cena, tak i obsah (zhruba 12 % nezmýdlitelných složek), jakož i jeho jemnost a snášenlivost z něj udělaly jednu ze základních komponent. Taktéž vynikající volbou je olej z vlašských ořechů, který svým složením je velice blízký kožním tukům. Komplexní složení mastných kyselin, bohatost na vitamíny, protizánětlivé a regenerační vlastnosti ocení zcela jistě každá sušší pokožka. Dalšími důležitými oleji jsou jojobový – tekutý vosk, makadamiový se svým obsahem kyseliny olejové a palmitolejové je též osvědčenou záležitostí u suché pokožky. Obsah brutnákového a pupálkového oleje pak hlavně díky obsahu kyseliny gamalinolenové dělá z preparátů *BodyEm* malý poklad. Samozřejmě, i zde jsou lecitin, pantenol, vitamíny E a A nezbytně nutnou součástí receptury. Co se emulgátorů týče, poskytují kožní emulgaci a takto zaručují, že pokožka nebude dehydrována, jak je to způsobováno většinou komerčních přípravků v této oblasti. Krém má při pokojové teplotě velice jemnou konzistenci, pokud jej vyjmeme z lednice, je samozřejmě poněkud tužší. Hodně jsem zvažoval, jaké éterické oleje použít.

Výhodné by byly povzbuzující oleje jako rozmarýn, šalvěj…, ale mohou nastat problémy s usínáním při večerní aplikaci, a také nic pro kojící maminy! A tak jsem to seškrtával a zase rozšiřoval, až jsem došel k závěru, že bych měl nabídnout minimálně dva přípravky. *BodyEm Roy*, jako (mně) příjemně

vonící specialita na suchou pokožku s velice příjemnou růžovo-osvěžující vůní danou obsahem olejů jako: růže, růžové dřevo, růžová palma, grapefruit, litsea-cubeba a dalších.
Druhý pak v neutrální formě. Aromaterapie přece nabízí prakticky nekonečné množství možností přípravy individuálních preparátů pro každou příležitost, pro každý nosánek. *BodyEm neutrál* pak díky emulgaci V/O, jakož i kvalitě obsažených surovin, zcela jistě najde své uplatnění při tvorbě individuálních receptur. Vždyť už pokusní králíčci mi našeptávali, že *BodyEm* se ani před maskami a dokonce ani před očními krémy vůbec nemusí stydět.
Na poznámku o jeho vhodnosti na oční krajinu nezbylo než odpovědět: „Jó, holka, ani se nedivím, oči musíš mít dnes všude“

Karel Hadek

*Prvních pět objednávajících obdrží BodyEm zdarma. Jistě vás potěší, že už bude vypadat úplně jinak, než ty na prvních dvou obrázcích.*

*Tak takhle vypadá to, s čím se výrobci krémů nechlubí. První pokus o BodyEm dopadl jako hrubá sraženina. Ne vždy se vše hned povede. Používání rostlinných tuků a olejů s sebou přináší i problémy se stabilitou emulze.*

*Už je to trochu lepší. Sraženina není již tak hrubá. Jó, chce to čas, a krémeček bude „balzám“ na tělo. Trpělivost růže přináší! Růže? V BodyEm Roy bude jedním z éterických olejů a důkazem, že přísloví fungují.*

*A zde již vidíte konečný produkt – krásně jemný krém.*

***BodyEm si svoji jemnost v žádném případě neponechá pro sebe. Úžasně zjemní pokožku.***

| | Tester 5 ml A | 50 ml D | 100 ml E | 250 ml H |
|---|---|---|---|---|
| 2060 **BodyEm NEUTRAL** | 17,- | 120,- | 168,- | 336,- |
| 2061 **BodyEm ROY** | 19,- | 142,- | 198,- | 396,- |

# Body-Salvia

**-10 % zaváděcí sleva**

Pohled z okna, krásně a lákavě svítící sluníčko. Nálada se okamžitě zlepší, člověk jako by ožil. Jaký lepší důkaz přicházejícího jara by si jeden mohl přát. Je to příjemné, postát, pro jistotu ještě v závětří, a nesměle stejně jako nedočkavě nastavit své tělo slunečním paprskům a těšit se z jeho tepla. Jaro je přede dveřmi a s ním i naše zvyšující se biologická aktivita. Mnozí z nás se na příchod jara a s ním teplého ročního období těší již od chvíle, kdy nastane ono pověstné dušičkové počasí. Pro mnohé s sebou příchod tepla přináší i specifické problémy ve formě zvýšeného pocení. Zde bych rád zdůraznil, že pocení je nejen naprosto přirozenou záležitostí, ale taktéž i funkční. V oblasti termoregulace je to právě pocení a následné odpařování potu, které je doprovázeno ochlazováním organismu, čímž je bráněno přehřátí. Nehledě na to, že v rámci látkové výměny se i pocení na tomto procesu podílí. S potem odchází z těla i některé produkty látkové výměny, čímž dochází k čištění organismu, které se pochopitelně projeví i na zlepšeném vzhledu pokožky samotné. Pochopitelně nejsou výjimkou ani taková pocení, která je nutno označit za chorobná. Vzhledem k tomu, že mohou být projevem i těžkých onemocnění, vyjmul bych je z tohoto pojednání a doporučil to jediné správné, návštěvu specializovaného lékaře. Co se týče onoho „běžně rozšířeného“ nadměrného pocení, zde bych rád upozornil, že nepovažuji za vhodné je v žádném případě potlačovat chemickými antiperspiranty. Hlavně pak proto, že jako účinná látka používané chemikálie, soli kovových prvků, jsou při dlouhodobějším používání pro organismus toxické. Chápu, že po obrovských investicích do reklamy na antiperspiranty si každý jen trošku upocený jedinec musí připadat jak neandrtálec. Nedej bože, mít na veřejnosti propocené podpaží.

Co na tom, že právě v této partii je jaksi nadprůměr potních žláz. A tak jsou nám reklamou do hlavy vtloukány naprosto scestné informace, které pak následně deformují naše hodnoty, ať již zdravotní nebo estetické. Jako ironii osudu lze označit fakt, že sponzory těchto reklamních akcí není nikdo jiný než ti, kteří zakoupením antiperspirantů vlastní dezinformování financují.
Nevím, zda se mi to jen zdá, nebo je to skutečnost, ale mám pocit, že nejenom alergií, ekzémů a podobných záležitostí přibývá, ale i množství dotazů týkajících se nadměrného pocení je podstatně objemnější.
Jednou z reakcí na dotazy ohledně zvýšeného pocení bylo i loňské zavedení sprchového a koupelového šalvějového oleje do nabídky aromaterapeutických preparátů KH. Předpokládal jsem, že tím je věc vyřešena. Byla, ale jen na půl. Pochvalné dopisy na sebe nedaly dlouho čekat, v mnohých z nich pak byla i nějaká ta zmínka o vhodnosti doplnění této nabídky nějakým speciálním krémem. Že by mě tyto zmínky dvakráte potěšily, se zrovna říci nedá. S postupem času jsem pak vyzkoušel několik receptur a rozhodnutí, která půjde do nabídky, za mě udělali, jako již kolikráte, moji pokusní králíčci.
Co se působení šalvějových preparátů proti pocení týče, rád bych ho trochu ozřejmil. O šalvějovém oleji je všeobecně známo, že pocení snižuje. Jedním z důvodů jsou i jeho močopudné účinky. Dále pak ve spojení s dalšími oleji působí svými uklidňujícími účinky na nervová zakončení potních žláz, což vede ke snížení nadměrného pocení. Použitá směs má taktéž velmi silné antimikrobiální účinky, čímž je účinně bráněno mikrobiálnímu rozkladu potu, a tím i vzniku velmi nepříjemného zápachu. Zde bych chtěl uvést, že šalvějové preparáty proti pocení v žádném případě nenahrazují zvýšenou hygienickou potřebu, pouze ji vhodně doplňují a činí účinnější.
***Tyto preparáty jsou pak naprosto nevhodné v posledních měsících těhotenství a u kojících matek!***

Šalvěj velice účinně snižuje až potlačuje tvorbu mateřského mléka. Doslova a do písmene by se dalo říci i se zárukou.
Přesto, že se jedná o poměrně levný preparát, který je určen na ošetření celého těla, je nejvhodnější ho nanášet v malém množství na ještě vlhkou pokožku. Je v použití velmi úsporný. Na trh proto bude dodáván již v baleních o objemu od 50 ml.

Karel Hadek

*Rozhodli jste se pro objednávku? Přijde-li Vám 50 ml balení zdarma, pak vězte, že jste byli mezi pěticí prvních objednávajících.*

| | Tester 5 ml A | 50 ml D | 100 ml E | 250 ml H |
|---|---|---|---|---|
| 2062 **Body-Salvia** | 33,- | 179,- | 276,- | 552,- |

## Lecitol

**-10 % zaváděcí sleva**

Je libo masáž či koupel? Asi se mnou budete souhlasit, že obojí v dnešním uspěchaném světě již téměř patří do oblasti luxusu. Tedy nikoli finančního, ale časového. Masáž či koupel je věc jedna. Čím, nebo v čem se provádí, je věc druhá. I zde se od samého začátku řídím zásadou, že jak jedna, tak i druhá procedura se musí hodnotit ve vztahu k pokožce, a dle toho zvolit i správný preparát. Minerální oleje (vazelína, parafín) jistě mohou při technickém hodnocení vykazovat nějaká ta technická pozitiva. Při fyziologickém hodnocení už to bude horší. Stejné platí i o masážních emulzích z těchto surovin vyrobených. No a koupelové přípravky? Regály se prohýbají pod pěnami do koupelí a v časopisech čteme, jak úžasně na nás pěna působí a snad i jako důkaz lze zhlédnout jak jinak, než usměvavou vílu ztrácející se v pěně. Relaxace jako „vystřihnutá“. Jen by se zde, dle mého, měly dávat snímky před a po... Tím

druhým by pak mohla být „relaxace“ v čekárně u dermatologa. Omluvou snad budiž, že reklama do nás buší jako hluchý do vrat, a tak pro velkou většinu jsou např. „Kleopatřiny mléčné koupele“ jen výletem do historie. Vonné oleje a masti, jakož i praktiky starých civilizací, upoutaly moji pozornost již dávno. Nejen, že již tehdejší civilizace daly právě těmito přípravky odpověď na otázku (která vznikla až daleko později, byť již při svém vzniku byla zodpovězená), která je dodnes diskutována – zda je možné vyrábět kosmetiku bez chemické konzervace. Také tehdy používané tuky byly příbuzné s tuky kožními. S trochou ironie bych poznamenal, sice naprosto nevědecky, ale jedinečně empiricky. Nelze se divit, že se stále vracím do historie i pokud přemýšlím nad novými preparáty. Díky kombinaci poznatků o „staré“ kosmetice a dnešních surovinových možnostech pak vznikají preparáty, které jsou svými vlastnostmi opravdu zajímavé. Řekl bych až překvapivě zajímavé. „Hrátky“ s lecitiny při vývoji nových preparátů mě vedly např. k „objevu“ velice zajímavého – nikoli sojového, ale mandlového lecitinu. Ale ještě dříve, než jsem kosmetiku začal vyrábět, tedy v době vývojových prací na začátku osmdesátých let, jsem na sobě vyzkoušel „olejové koupele“. Účastníci kurzů si možná na povídání o nich vzpomenou, prezentoval jsem je a doporučoval i jako „podvodní masáže“. Vyzkoušel jsem tehdy snad všechny oleje v různých kombinacích a bez emulgátorů a nemohl si je vynachválit. A nejen já. Doporučoval jsem je všem, kteří měli pokožku vysušenou od pěnových koupelí. Během půl roku pak měli doslova a do písmene „novou“ kůži. To je dáno, jak jejich schopností pokožku fyziologicky čistit, tak současně pěstovat a regenerovat. Za běžných okolností máme pokožku znečištěnou pouze dvěma typy nečistot. Rozpustnými ve vodě, a rozpustnými v tucích. Při koupeli se nepoužívala absolutně žádná chemie, tedy nejen dnes všudypřítomné tensidy, ale ani mýdla. Ve vodě rozpustné nečistoty spláchla koupelová voda a ty v tuku rozpustné se pouze naředily přebytkem tuků a setřely do vhodné – bavlněné osušky. Již tehdy bylo zajímavé, že byli tací, kteří to vyzkoušeli nejen poprvé, ale i naposledy. Ale většina tyto „staroegyptské koupele“ v podmínkách střední Evropy a (tehdy) dvacátého století nejen pozitivně přijala, ale stala se jejich propagátory.

Tehdy jsem na jejich výrobu používal jako jednu z hlavních složek relativně drahý olej z pšeničných klíčků. Důvod byl jasný, vysoký obsah lecitinu.

Ač píši vysoký, je to relativní pojem. Vysoký hlavně pak při kvantitativním srovnání s jinými rostlinnými oleji. Odvozeno od potřeby, pak zcela jednoznačně nízký.

Přiznávám se, že v mezidobí jsem začal cestovat, vyrábět a s časem jsem dopadal jako s lecitinem... relativně ho bylo dost, ale prakticky málo. Uběhlo hodně vody, přibylo lidí s kožními problémy, a tak jsem se pomalu, ale jistě rozpomněl a oprášil staré vzpomínky na olejové koupele. Samozřejmě nyní již s lecitinem vylepšenou recepturou.

Tím vznikl zajímavý, multifunkční preparát *Lecitol*. Bez čehokoli ho lze použít jako vynikající neutrální masážní olej. Samozřejmě, že k němu lze dle potřeby přidat požadované éterické oleje. Pokožce propůjčí výbornou skluznost, a pokud je vstřebán, netřeba přidávat další olej. Skluznost rukou po pokožce obnoví pár kapek (teplé) vody, Pokud 5 dílů oleje smícháme s jedním až dvěma díly vody a rozmixujeme, obdržíme velmi příjemnou lecitinovou masážní emulzi. Zde pak mohu prohlásit, že masér je i kosmetička. Je jedno, zda olej či emulze, tento preparát ve své účinnosti daleko překračuje běžné potřeby maséra a plně uspokojuje potřeby pokožky. A tak pokožka je nejen masírována, ale současně i kosmeticky ošetřována.

Pokud olej nalijeme do vany nerozmixovaný, můžeme se věnovat podvodním masážím. Olej vytvoří na povrchu vody olejové kapičky, které se při vstupu do koupele uchycují na pokožce.

-10 % zaváděcí sleva

Zde potom polštářky prstů provádíme jemné vmasírování od chodidel směrem nahoru.
Při rozmixování cca 20–50 ml oleje v cca 500 ml teplé vody dojde k vytvoření lecitinového koupelového mléka. Něco jako „Kleopatřiny mléčné koupele“, ale bez stáda oslic, zato však s lecitinem. I pokud není přímá potřeba „dát si pokožku dohromady“, lze si tuto koupel, ať již v neutrální formě, či dle zvolených éterických olejíčků, jedinečně vychutnat. Pravidelné dlouhodobé používání pak vede ke zlepšování stavu pokožky. Jediné, na co by se nemělo zapomínat před každým použitím preparát protřepat. Tím se zajistí rovnoměrné rozložení všech složek.
*Lecitol* přijde na trh ve dvou provedeních. *Lecitol Neutral Z* je levnější forma oleje, jehož hlavními obsahovými složkami jsou oleje – sojový, mandlový, avokádový, olivový, z rýžových klíčků, lecitin, vitamin A, E. Hlavními obsahovými složkami v *Lecitol Neutral Super* jsou oleje – canolový, z jader vlašských ořechů, makadamiový, z pšeničných klíčků, karité, brutnákový, pupalkový, lecitin, vitamin A, E.

*Z oleje se dá vyrábět i emulze. Mlíčko pro kočičku? Nikoli, lecitinové mlíčko pro kůžičku. Po jeho použití i pokožka přede blahem.*

*Rozmixováním oleje s vodou vznikne lecitinová emulze, jíž lze použít na masáže či pro běžné ošetření těla.*

| | Tester 20 ml C | 100 ml E | 200 ml G |
|---|---|---|---|
| 2716 **Lecitol Neutral Z** | 30,- | 128,- | 218,- |
| 2719 **Lecitol Neutral Super** | 42,- | 174,- | 294,- |

# Pod sprchou i meduňka

Krom jiných byla hitem mého mládí i písnička, jež začínala slovy: „Je, je, je nás jedenáct…“ V této souvislosti nutno podotknout, že hitem mého mládí „ještě“ nebyly alergie, neurodermatitidy a podobné „kůžičkové“ záležitosti. Ale doba se mění. Na tu písničku jsem si vzpomněl, když jsem počítal, kolik vlastně sprchovacích olejů KH v nabídce máme.
Vyšlo jich jedenáct, pokud k nim nepočítám dětský mycí mandlový, jakož třeba i *Hy-Intimu*. Následovalo konstatování, takže to bude dvanáctý. Tedy meduňkový plus. Chybí, nechybí…? Koupelový olej meduňkový patří k pamětníkům mezi koupelovými oleji. Na kožní klinice v Hradci Králové na začátku devadesátých let se potvrdilo, že na atopický ekzém je vhodnější, než např. levandulový. Nutno podotknout, že toto jsou statistické údaje. V oblasti individuálního hodnocení to může být pravda, ale nemusí. Jak už jsem se zmínil, stále se zvyšující výskyt atopického ekzému, a podobně se projevujících kožních příhod, s sebou přináší i zvýšený počet dotazů, jak takto postiženou pokožku ošetřovat. Z tohoto pohledu bych řekl, že oněch „je, je, je nás jedenáct...“ je sice dostatek, ale právě meduňkový sprchovací olej jako specialitka na mytí specificky problematické pokožky v teplém ročním období, tak trošku chyběl. Už i proto, že nové poznatky umožnily, ve srovnání s koupelovým olejem, vyrobit preparát s trochu ještě vylepšenými vlastnostmi. Krom meduňkového oleje obsahuje ještě i olej z mrkvových semen, kadidlovníkový, cedrový a další. Tímto složením pak jsou dány jak lepší antioxydační vlastnosti, tak i protizánětlivé a regenerační. Jako ještě důležitější pak lze označit fakt, že daná směs éterických olejů vykazuje silné uklidňující účinky, což se projevuje i ovlivněním tvorby histaminu. Tato skutečnost je pozitivně vnímána právě u „svědivých“ problémů. Pochopitelně nelze účinek této novinky vnímat na

úrovni lékaři předepisovaných antihistaminik, ale výhradně a jenom jako vhodný kosmetický preparát na ošetřování specificky problematické pokožky.

A stejně jako jsou již známy uklidňující účinky koupelového oleje, tak i toto meduňkové osprchování vám může odpomoci od stresu z celodenního shonu, nervové vyčerpanosti, lehkých depresivních nálad, pocitů úzkosti a navozuje též klidný spánek u dospělých i dětí.

Netřeba snad dodávat, že tento preparát lze používat i na mytí rukou a podobně.

Karel Hadek

*Meduňka uklidňuje. Prvnívch pět objednávajících ji obdrží zdarma! Nevylučuji, že v tomto případě nezrychlí tep.*

| | Tester 20 ml C | 100 ml E | 200 ml G |
|---|---|---|---|
| 1114 **Meduňkový sprchovací olej** | 44,- | 183,- | 292,- |

# Leciderma Shea Santal

**-10 % zaváděcí sleva**

Lecitinové krémy série *Leciderma* byly popsány v minulé *Aromaterapii*. Všechny. Ale než došlo k vytištění *Aromaterapie*, začali se o *Lecidermu* zajímat i pánové. Samozřejmě, že ne o ledajakou, ale o pánskou *Lecidermu*. Nojo, Hadku, ale jaká je to ta pánská...? Nezbývá, než se svěřit. Ta pánská, to je ta moje... Již od dob, kdy můj nos v počátcích objevil santalový olej, musím říci, že mi učaroval. Úžasná vůně a tehdy také i příjemná cena. Necelých 400 marek (těch západních) za kilogram. Co se ceny týče, ta se v mezidobí více než zdesetinásobila, takže zůstala už jen ta příjemná, fascinující vůně. Ta hraje při jeho volbě zcela jednoznačně nejdůležitější roli. Byť vynikající účinky santálového oleje, mohou být zastupitelné jinými, podstatně levnějšími éteráčky. Většina autorů uvádí, že santalový olej je specialitou na mastnou pokožku. To pochopitelně nemám v úmyslu vyvracet. Díky adstringentním a protizánětlivým účinkům ho lze s úspěchem použít u některých forem akné. Mastná pleť má tendenci být zánětlivá a i zde bývá aplikace santalového oleje úspěšná. Santalový olej je taktéž současně velice jemný, dokonce ani pokud jsem si ho na pokožku (pouze v rámci testování snášenlivosti) aplikoval koncentrovaný, nedráždil. Taktéž je vynikají volbou i pro pokožku normální a suchou. Díky svým obsahovým složkám zlepšuje pohyb jak lymfy, tak i krve v cévách, velice jemně a bez silného prokrvení. A to je přesně to, co u suché pokožky nejen můžeme potřebovat, ale co napomáhá aktivovat její funkce a zlepšuje její stav. Vzhledem k terapeutickým vlastnostem, které nám nabízí, je pak daleko vhodnější santal označit za olejíček, který optimalizuje funkce pokožky. Pak už by nemělo nepřekvapit, že se osvědčil také u lupénky, atopického ekzému a dokonce i u některých alergií. Doslova a do písmene olejíček, se kterým nelze udělat téměř nic špatného. To téměř jsem zdůraznil úmyslně. Nevím, proč se občas píše, že santal je typická pánská vůně (to je asi jediné špatné, co se s ním dá udělat) i když, jak jsem si ověřil, stejně krásně voní i ženám. Takže ani pánská ani dámská vůně, ale úžasně lidská...

Karel Hadek

| | Tester 5 ml A | 50 ml D | 100 ml E | 250 ml H |
|---|---|---|---|---|
| 2045 **Leciderma Shea Santal** | 45,- | 348,- | 522,- | 1044,- |
| 2048 **Leciderma Shea Santal SPF6** | × | 373,- | 572,- | 1144,- |

# Bio? Spíše „kino“

Pokud pročítám různá pojednání o účincích, ať již hotových výrobků, či v nich obsažených surovin, nejenže se nestačím divit, ale stále více nabývám přesvědčení, že mi moji dodavatelé nedodávají stejně zázračné suroviny, ale neustále podstrkují jen samé podřadné věci.

Trh se hemží přípravky, jež zaručeně likvidují vrásky. Hydratace pokožky i u nepovedených výrobků je záležitostí 24 hodin denně, ti šikovnější výrobci jistě budou požadovat i zavedení přestupných dní, a to nejen v přestupném roce, aby mohli každý den zavodňovat pokožku alespoň 36 hodin.

Tuším, komu jsou tyto zázraky určeny. Dotazy, které dostávám, mě utvrzují v přesvědčení, že geometrickou řadou ubývá těch, kteří potřebují jak krém proti vráskám, tak i podobné zázraky, zatímco naopak stejnou řadou přibývá těch, kteří by se rádi zřekli svých kožních problémů. Suchostí pokožky počínaje, záněty, ekzémy a alergiemi konče.

Už kdysi zde byla jistá snaha zjednat nápravu. Jmenovala se přírodní kosmetika. Do dneška jsem nepochopil, co tento termín v sobě skrývá. Že by kosmetiku, která někde v přírodě visí jako třeba hrušky?

Poté, co se začaly objevovat důsledky používání chemie v kosmetice, není se čemu divit, že spotřebitelé začali hledat nové cesty. Vzhledem k tomu, že termín „přírodní kosmetika“ nebyl právně definován a zákonem chráněn, byli to právě výrobci této chemické kosmetiky, kteří podle hesla, že v přírodě má původ i jed na krysy, začali průmyslově vyrábět kosmetiku přírodní. Do chemického šamponu přidali pár kapek extraktu z kopřivy a přírodní kopřivový šampon byl na světě. Do krému, který se vyráběl z vazelíny a parafínu, se přidalo po několika kapkách rostlinných olejů a přírodní mandlové, jojobové, makadamiové a jiné krémy začaly ovládat svět.

Zde bych rád vyslovil poznámku, že pokožka spoluobčanů je natolik přitroublá, ba přímo ignorantská, že si oné přírodočinnosti nejen vůbec nevšimla, dokonce si dovoluje své nositele i nadále obtěžovat kožními problémy, ba dokonce ještě ve zvýšené míře.

Zde pak následovala další rána. Jistá část spotřebitelů se začala dožadovat povinnosti deklarovat složení kosmetiky. Pochopitelně, že výrobci průmyslové kosmetiky byli proti.

Ale jen do té doby, než jim marketingoví psychologové poradili, že ani zde není třeba se čehokoli bát. Pro průměrného spotřebitele je totiž chemie španělskou vesnicí. A tak když bylo zřejmé, že deklarace surovin se stane zákonnou povinností, byli to právě tito výrobci, kteří složení začali deklarovat s argumentací: „My nemáme co skrývat, my používáme jen kvalitní suroviny.“

A tak INCI spatřila světlo světa. Ale ani to nestačí... Kožní problémy, zdá se, kašlou i na INCI.

A tak dneškem cloumají kouzelná slůvka „bio“ a „certifikace“. Na první pohled (a kdy tomu tak nebylo?) se zdá, že vše je na nejlepší cestě. I zde však zůstávám skeptikem. Jako chemika mě vždy zajímala chemická analýza. Bio-ubezpečení je mi prostě málo. A certifikace...? Asi lepší, než nic. Když ale čtu konstatování, že certifikovaná bio-kosmetika smí obsahovat chemické konzervační látky..., ale ono se není čemu divit. Ty certifikace bohužel nejsou dávány za kvalitní výrobky jako odměna. Tyto certifikace jsou zakupovány výrobci, a mám vážné obavy, že z velké části pak mají sloužit jen a jen jako reklama. Mezi námi, ať se nám to líbí nebo ne, pokožce je opravdu jedno, zda na ni dáváme bio či nikoli, je jí „šumafuk“, zda je kosmetika certifikována či nikoli. Pokožka zcela jednoznačně potřebuje fyziologické preparáty, které nepoškozují, ale naopak optimalizují její funkce.

Proklamace sice mohou v reklamě velice silně působit, ale zůstanou jen proklamacemi a znalosti nenahradí. I to je jedním

z důvodů, proč se tomuto tématu věnuji na stránkách *Aromaterpie* jako reakci na časté dotazy ohledně bio a certifikace. Bio i certifikaci ponechám těm, kterým toto postačuje. Nemíním kosmetiku s logem KH zatěžovat podobnými – navíc placenými – symboly. Ušetřené peníze raději věnuji skutečné kvalitě. A pro „nevěřící Tomáše“, jeden bio-nonsens za všechny. Není to dlouho, co jsem dostal mail s žádostí o radu. Paní masérka používala na základě doporučení, a následně pak i dle jejího názoru, jen a jen to nejlepší. Poslední dobou však měla silně přesušené, až rozpraskané ruce. Na dotaz čím masíruje, odpověděla, že vysoce kvalitním bio-slunečnicovým olejem. Stav jejích rukou byl zcela jistě „mým spojencem“, a tak mi nedalo moc práce ji přesvědčit, že kvalita se v tomto smyslu nehodnotí jen technicky, ale i fyziologicky. A z tohoto pohledu a v tomto smyslu jí bylo doporučeno a ona si vybrala to nejhorší co mohla. Slunečnicový olej se skládá jako všechny oleje z různých mastných kyselin. Nejvíce obsaženou složkou – kolem 70 % – je pak C 18:2, tedy 2× nenasycená kyselina linolová, což je jedním z hlavních důvodů proč se jedná o tzv. vysychavý olej. Stejně tak je to důvod, proč měla při tak častém kontaktu s (bio)slunečnicovým olejem, tak silně přesušené ruce. Bio tedy v žádném případě není fyzio! Pro mě pak, (jak jinak než) nic neříkající a žalostně málo...

Karel Hadek

## Jarní novinky zdarma

### Nejrychlejší zákazníci z *Aromaterapie 1/2008*

**LECIDERMA SHEA – NEUTRÁLNÍ, 50 ml**

1. Švorcová Michaela, Heřmanův Městec
2. Čechová Hana, Brno
3. Kašparová Pavlína, Plzeň
4. Juríková Kateřina, Plzeň
5. Kalužíková Dagmar, Kuřim

**DRVOŠTĚP, 100 ml**

1. Vitásek Roman, Brno
2. Oulická Markéta, Plzeň
3. Pilařová Petra, Břasy
4. Vébrová Květa, Plzeň
5. Kočišová Gabriela, Přeštice

**FEMISHEA, 50 ml**

1. Čechová Hana, Brno
2. Švorcová Michaela, Heřmanův Městec
3. Svobodová Jana, Praha 10
4. Zikmundová Soňa, Braškov
5. Grafová Marie, Brno

## Výherci malého kvízu z minulé *Aromaterapie*

Jana Fišerová, Frýdek-Místek
Antonín Fišer, Rožnov pod Radh.
Renata Spustová, Metylovice
Danuše Kalmusová, Frýdlant n. O.
Ing. Michal Pavlík, Třebíč

Děkuji všem, kteří se soutěže zúčastnili, ale musím říci, že nebyla lehká. Z toho obrovského množství odpovědí jich bylo jen málo správných. Všichni vylosovaní obdrželi nejen vyrozumění o výhře, ale taktéž virtuální poukázku na nevirtuálních 500 Kč při odběru kosmetiky.

Díky svému složení pěstují i pokožku během masáže...

S použitím masážních preparátů Karel Hadek se každý masér stává i kosmetičkou!

# Není máslo jako máslo

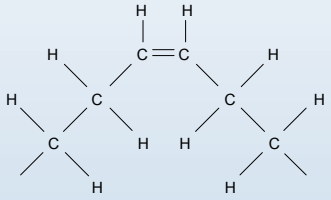
Když se občas podívám na poštovní schránku, mám pocit, že bych se měl přestěhovat a novou adresu přísně tajit. Představy různých zadavatelů reklamy o tom, co vše bych mohl potřebovat, mi naznačují, že i Cheopsova pyramida by byla rychle těmito, povětšinou naprosto nepotřebnými, věcičkami zaplněna. Specifickou součástí reklamy jsou i informace o různých kosmetických surovinách, které permanentně přichází na trh. Jde o nové emulgátory, účinné látky, minerální, syntetické i přírodní oleje, vosky, másla a mnohé další. Je toho tolik, že se mi to ani číst nechce. Přiznávám ale, že nečíst to si jaksi dovolit nemohu. Jsou to přece důležité informace. A tak zjišťuji, že bylo zase něco objeveno v Africe, co svět neznal a něco v Amazonii, o čem nikdo ani netušil, že by mohlo existovat… Nabídka zázračných látek bez konce, něco na neurodermatitidu, něco na vrásky, něco na alergie. Testy nabízejících svorně proklamují, že nabízené působí zaručeně – někdy 85 %, jindy i více. Občas se stává že neodolám a požádám o vzoreček. Ejhle! Nějaký ten extrakt v chemickém rozpouštědle, navíc s chemickou konzervací. Přesto, jen aby mi něco neuniklo, namíchám nějakou maličkost a testy potvrdí, že právě moji pokusní králíčci se rozhodli patřit do té průšvihové skupiny, kde to skoro nic nedělá. Nic nového pod sluncem. Už je to nějakou chvíli, co jsem dostal zajímavou nabídku na různá přírodní – kosmetická másla. Samozřejmě, že mě nabídka zaujala. Už i proto, že např. s bambuckým máslem mám již řadu let jen a jen ty nejlepší zkušenosti. Kakaové máslo taky nemá špatný zvuk a mangové máslo, kdyby nebylo tak drahé, jistě by se používalo také daleko více. A tak jsem si objednal vzoreček olivového másla a čekal. A taky se dočkal.

Velice zajímavá surovina. Přiložený analytický certifikát sice prokazoval čistotu máslíčka, na složení však bylo zapomenuto. Mozek každého z nás si občas vezme neplánovanou dovolenou. Ani já nejsem výjimkou. A tak jsem nepřemýšlel, ale začal se pídit, jak se tato zajímavá surovina z oliv získává. Nepřímé odpovědi, které jsem dostával, mně jaksi nic nevysvětlovaly. Informace typu, že jsou to jisté pevné složky z olivového oleje, mě jaksi neuspokojovaly. Hlavní složkou olivového oleje je kyselina olejová (C 18:1), která začíná tuhnout při teplotě kolem +13 °C. Ale olivové máslo bylo celkem tuhé i při pokojové teplotě. Že by se jednalo o směs kyseliny palmitové (C 16:0), která je v olivovém oleji taktéž zastoupena cca 10 % a jejíž bod tuhnutí je kolem +63 °C – a kyseliny olejové? To má chybu na kráse, to by se pak jen těžko dalo nazývat olivovým máslem. Moje podezření, že cosi není v pořádku, stouplo až ve chvíli, kdy mi došlo, že v původní nabídce nebylo jen olivové máslo, ale bylo jich více. A tak jsem si s mírným zpožděním všiml, že co olej na trhu to i jeho máslo. Brutnák a pupalku nevyjímaje. Při cenových relacích těchto olejů by z nich mohl vyzískávat složky – tak, aby jejich bod tání byl definován jako u olivového másla – snad jen šílenec. A tak jsem koumal, kde že je zakopaný pes a zase se mi jednou „podařilo objevit Ameriku“. Čerta starého, rostlinná másla jako přirozená složka olejů.

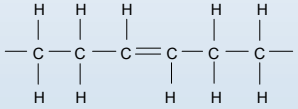
U olejů platí, že čím více nenasycených mastných kyselin obsahuje, tím je olej řidší. Tím nižší je jeho bod tuhnutí. Zde pak stačí zase přírodu mírně a lidsky nakopnout. Olej se odveze do chemičky a procesem hydrogenace se pozmění jeho molekula k – no – zlepšené prodejnosti. Jednoduše shrnuto, nenasycené vazby se z části nasytí. Z nenasycených mastných kyselin pak máme nasycené. A z oleje pak máslo. Ale tak jednoduché to zase není. Při zmíněné hydrogenaci vznikají ve vysoké míře tzv. trans-mastné kyseliny, které rozhodně nejsou žádnými neviňátky. Jejich neblahé působení na lidský organismus by si jistě zasloužilo samostatné pojednání. Začít by se dalo u nebezpečí podpory poruch krevního systému a končit třeba

rizikem provokace astmatického záchvatu. Vnímavému čtenáři je asi zbytečné zdůvodňovat, proč v nabídce firmy zůstanou a v recepturách budou používána pouze a výhradně kosmetická másla, která pro svoji existenci nepotřebují „přestavby“ molekul za pomoci chemiků. I zde se potvrzuje, že méně je někdy více.

Karel Hadek



vazba „cis“



vazba „trans“

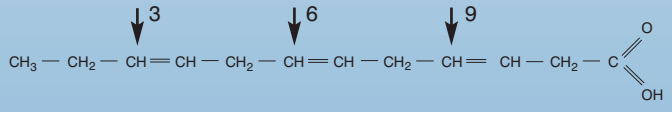
## *Nikoliv v přírodě, ale v chemickém provozu vznikají tato másla:*

*arašídové, avokádové, brutnákové, dýňové, jojobové, lněné, makadamiové, makové, mandlové, z oleje jader andské růže, z oleje jader hroznů, z oleje meruňkových jader, z pšeničných klíčků, olivové, z oleje vlašských ořechů pupalkové máslo, ricinové, rýžové, sezamové máslo, slunečnicové, sojové.*

***Chemici jsou samozřejmě schopni vyrobit másla i z jiných, zde neuvedených, „exotických“ olejů.***

## Omega kyseliny

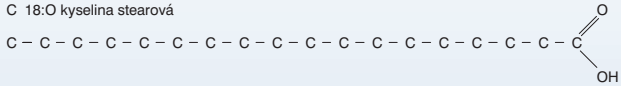
Jedním z dotazů, který velmi často dostávám, je otázka týkající se omega kyselin. Jedná se o 3-omega, 6-omega a 9-omega kyseliny. Všechny tyto kyseliny nutno označit jako mastné kyseliny a jsou přirozenou součástí někdy živočišných, jindy rostlinných tuků. Jsou to vícenásobně nenasycené kyseliny. Označení 3, 6, 9 se pak používá pro označení, kde v řetězci mastné kyseliny končí nasycené vazby a je posazena první nenasycený vazba. Rád bych podotkl, že termín „omega“ pochází z oblasti výživy a zde vznikajících chemických přeměn v rámci trávení potravy. V kosmetice tento termín není používán.




**Jako praktický příklad lze uvést mastné kyseliny s osmnácti atomy uhlíku.**

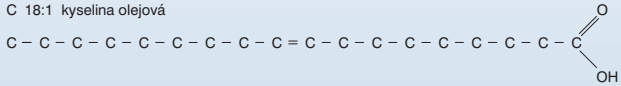
**Kyselina stearová** – C18:0 má všechny vazby nasycené. Zastoupena je podílem kolem 40 % v bambuckém másle.

C 18:O kyselina stearová



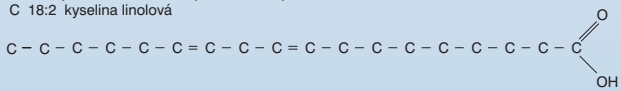

**Kyselina olejová** – C18:1 má jednu nenasycenou vazbu za devátým uhlíkem. Z tohoto důvodu je označována jako omega 9 kyselina. Zastoupena je významně např. v olivovém oleji, kde jako průměrný údaj lze uvést množství kolem 70 %. Podobně vysoký obsah vykazuje též mandlový olej.

C 18:1 kyselina olejová



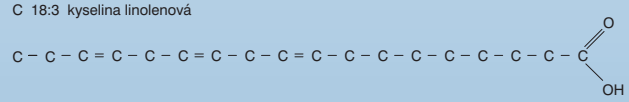

**Kyselina linolová** – C18:2 má dvě nenasycené vazby a sice za 6 a 9 uhlíkem. Vzhledem k tomu, že první pozice je na čísle 6, označujeme ji jako omega 6 kyselinu. Tato mastná kyselina je podstatně zastoupena např. ve slunečnicovém oleji cca. 65 %, sojovém oleji kolem 55 %.

C 18:2 kyselina linolová




**Kyselina linolenová** – C 18:3 má tři nenasycené vazby v molekule. První je za uhlíkem č. 3, druhá za uhlíkem č.6 a třetí za uhlíkem č.9. Jak jsme si již řekli, první pozice je pro označení rozhodující a tato je tedy označována jako omega 3 kyselina. Ve vysoké míře je zastoupena ve lněném oleji, kolem 50 %. Zde je obsažena ve formě kyseliny alfa-linolenové. V kosmetice i jako doplněk stravy pak jsou důležité oleje pupálkový, který obsahuje kyselinu gama-linolenovou v množství kolem 10 % a brutnákový, taktéž s kyselinou gama-linolenovou v množství kolem 20%.

C 18:3 kyselina linolenová




Omega kyseliny jsou samozřejmě obsaženy i v dalších olejích a jsou nezbytně nutnou součástí stravy. Lze je přijímat jak rostlinnou stravou, tak i živočišnou. Zde pak hrají velmi důležitou roli mořské ryby. Hlavně pak proto, že velice často obsahují prakticky všechny tři omega kyseliny. Za pozornost zde stojí např. losos, makrela, sleď, sardinka, tuňák.

Karel Hadek

# Krok za krokem s kosmetikou

Jak správně pečovat o pleť s aromaterapeutickou kosmetikou Karel Hadek v domácím prostředí?

Než čímkoli ošetříme obličej, je důležité důkladné očištění pokožky od veškerých nečistot z vnějšího prostředí, které ulpí na povrchu spolu s kožním mazem, stejně jako od make-upu, líčidel atd. Aby pokožka byla schopná absorbovat krémy, oleje či masky, musí být čistá. Často slýchám od zákaznic, že očista jejich obličeje spočívá v opláchnutí vodou z vodovodu, v lepším případě pouze pleťovou vodou. Pleťová mléka či čistící hydrofilní oleje používají pouze na odlíčení řas a očních víček. Snažím se vysvětlit, že voda nedokáže rozpustit mastnou nečistotu, a proto je důležité se omýt nejlépe hydrofilním čistícím olejem. Podle typu pleti zvolím vhodný hydrofilní olej KH pro suchou a citlivou pokožku z růžového dřeva, pro zralou a stárnoucí ylang-ylangový a pro mastnou pleť santalový. V nabídce je dále také neutrální hydrofilní olej, který doporučuji zejména zákaznicím s velmi citlivou pletí se sklonem k ekzémům a alergiím.

Na navlhčený obličej naneseme hydrofilní olej, vtíráme jej jemnými, krouživými pohyby vždy od středu obličeje ven a směrem nahoru. Navlhčeným vatovým tampónkem pak opatrně stíráme. Opakujeme několikrát do té doby, než je tampónek čistý. Dále pleť dočistíme a osvěžíme pleťovou vodou. Výběr pleťových vod a tonik je bohatý a opět záleží na typu pleti. Pleťová citrónová voda pleť osvěží, hřebíčkovou a čajovníkovou nabízím na aknózní pleť s hnisavými vřídky, jalovcová voda rozproudí veškeré tělní tekutiny i lymfu a napomáhá od otoků, rozmarýnová prokrví a stimuluje, levandulová voda je taková milá „rodinná pleťovka“, ale také vhodná pro problematičtější pleť s pupínky. Ženám zralého věku jsou velmi příjemné vody z růže a ylang-ylangu.

TIP: Nezapomínat, že obličej končí tam, kde začíná podprsenka! Také dekolt a krk čistíme stejným způsobem jako obličej, tedy ošetřujeme a pěstujeme krémy či oleji. Důvod je jednoduchý, i zde pokožka stárne rychleji.

Místo pleťové vody můžeme zvolit také tonikum. Pleťová tonika obsahují 7 % alkoholu a tím se dosahuje nepatrně vyšší čistící schopnosti. Koncentrace alkoholu je tedy natolik nízká, že není dána možnost následného vysušení obličeje.

Posledním krokem v domácím každodenním ošetření je nanášení regeneračního krému či regeneračního obličejového oleje. Z profesního hlediska doporučuji svým zákaznicím používat obličejové oleje, neboť neobsahují vodu, nádherně se vstřebávají a nezanechávají mastný pocit. Pleť je po jejich aplikaci jemná, hebká a vláčná. Ale zvyk je železná košile. A některé ženy chtějí prostě svůj krém. Jak krém, tak olej opět nanášíme jemnými krouživými pohyby, abychom nešetrným zacházením pleť nenatahovaly a nezpůsobovaly si vznik předčasných vrásek. V závěru jemně poklepeme po celé ploše obličeje, abychom prokrvily pokožku, neboť jen zvýšenou cirkulací krve se více vyživuje. Kvalitně a bohatě vyživovaná pleť pak stárne pomaleji.

TIP: Doporučuji pravidelnou návštěvu v kosmetickém salonu, kde vám zkušená kosmetička posoudí typ pleti a poradí, jak se o ni správně starat.

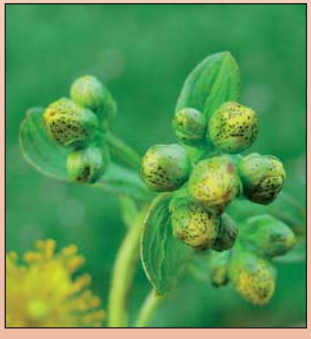
Mějme se rády a mysleme i na sebe. Zasloužíme si také péči o naše unavená těla a ustarané duše. Jen spokojená a zdravá žena je krásná vně i uvnitř.

Michaela Švorcová
E-mail: salonaura@seznam.cz

# Svatojánská třezalka

Jednou z poznámek, kterou jsem si již minulý rok v počítači udělal, bylo napsat v tomto pozdně jarním vydání *Aromaterapie* pojednání o třezalce a třezalkovém oleji. Důvod je jednoduchý, třezalka zanedlouho začne kvést. Pokud se někdo rozhodne z třezalky si něco vyrobit, pak je na informace správný čas. Je-li průměrný rok, měla by kvést na sv. Jana, podle nějž byla taktéž pojmenována – svatojánskou bylinou a olej z ní připravený jako svatojánský olej. Běžně kvete od června do srpna a zde dost záleží, zda je to v nížinách či horských oblastech.

Přestože třezalka obsahuje minipodíl na éterických olejích, není to z mého pohledu „pravá“ siličnatá rostlina, neboť hlavní účinnou složkou v třezalce nejsou éterické oleje, ale vínově červené rostlinné barvivo hypericin. Přestože různých třezalek existuje téměř 400 druhů, téměř vždy je zmiňována třezalka tečkovaná (*Hypericum perforatum*). Pokud zrovna není botanika vaším koníčkem (mým také ne), pak vám bude zcela jistě stačit moje, byť laické, přesto velice praktické poučení.



Téměř všechny druhy třezalek obsahují zmíněnou účinnou látku. Lze je celkem jednoduše identifikovat. Pokud utrhneme poupě třezalky, které je těsně před rozkvětem, a rozetřeme ho mezi prsty, pak se pokožka prstů zbarví fialově a my máme důkaz, že sbíráme účinnou drogu. Informace (neověřená), kterou jsem před lety někde získal, říká, že jen jediný biotop třezalky hypericin neobsahuje. Jedná se o třezalku horskou (*Hypericum montanum*). V lidovém léčitelství je třezalka používána od nepaměti. I dnes, pokud chce někdo zdůraznit její význam, nezapomene uvést, že již naše prababičky…

Já bych je rád zmínil také, ale ze zcela jiného důvodu. Naše prababičky, předpokládám, nesbíraly třezalku, aby ji odnesly někde do výkupu, ale usušily si ji na výrobu čajů, či ji macerovaly a vyráběly svůj třezalkový olej. Zmiňuji se o tom proto, že kdysi za mnou přišla jedna známá s tím, že se jí nějak nedaří a má i deprese. Tak jsem jí dal ze svých zásob sušenou třezalku s návodem jak připravovat čaj. Když jí moje třezalka došla, šla si ji koupit do lékárny. Netrvalo dlouho a přišla se mě zeptat, zda je to v pořádku, že zakoupená droga vypadá podstatně jinak než ta, co jsem jí daroval, Také čaj z ní má podstatně jinou barvu i chuť.

To, co mi přinesla ukázat, se nedalo srovnat s tím, co jsem jí dal. Zatímco já sbírám jen vrcholky okvětí v době těsně před tím, než poupata rozkvetou, zbytek rostliny zůstává na svém místě, aby mohl dále vegetovat. U třezalky zakoupené v lékárně nebyl pomalu žádný květ, žádný list, zato samý stonek. Také barva drogy byla místo zeleno-žluté nehezky rezavá.

To je i hlavní důvod, proč se na nikoho nespoléhat a vše si v zaručené kvalitě udělat sám. Pokud si chceme třezalku nasušit na přípravu čaje, pak dbáme, aby se nám během sběru a přepravy nezapařila. Sušíme ji ve slabé vrstvě ve stínu a na dobře větraném místě při teplotách do 40 °C.

Řádně usušenou drogu pak skladujeme na suchém místě. Nejlépe buď v papírové krabici, nebo bavlněných sáčcích. Třezalkový čaj je zajímavý při mnoha problémech. Hlavní schéma jeho působnosti spočívá ve schopnosti fotosenzibilizovat. To musíme mít vždy na vědomí. Třezalkový čaj, nikoli

hned, ale podle své síly, po několika dnech až třech týdnech způsobí zesílenou vnímavost organismu vůči UV záření. Toho lze využít v období, které je chudé na sluneční záření a bohaté jak na deprese, tak i u mnoha jedinců na zhoršující se kožní problémy. I malé množství slunečního záření pak v mnoha případech postačí k tomu, aby se ať již deprese či kožní problémy někdy zlepšily, případně zcela vytratily. Zde je však nezbytně nutná opatrnost, aby si třeba někdo nešel po několika dnech popíjení třezalkového čaje „odpočinout či zdřímnout“ do solária….

Na jaře, kdy již sluníčko zase nabývá na síle, by bylo stejně nevhodné po senzibilizaci třezalkou pospíchat za sluníčkem do hor, byť lyžování láká.

A samotná příprava třezalkového čaje? Přečetl jsem si návody od různých autorů a nyní se jim musím smát: „Lžičku sušené třezalky přelijeme vařící vodou, necháme 15 minut vyluhovat a poté popíjíme…“ Prosím, nesmějte se mi, ale já jsem ze začátku také bezmyšlenkovitě poslechl a takto si připravoval třezalkový čaj. Nejen připravoval, taky popíjel a čekal a čekal... A ono se nic nedělo a nedělo… Připadalo mi to divné, ale co je psáno to je dáno... A tak jsem čekal dál…

Jsa líným člověkem, po nějaké době se mi již nechtělo 3× denně ztrácet drahocenný čas přípravou třezalkového čaje. Napadla mě zajímavá myšlenka. Co si ho připravit dopředu na celý den do termosky? Ujistil jsem se, že účinné látky třezalky nejsou termolabilní a ani dlouhý pobyt v horké vodě termosky jim neublíží. A tak jsem si večer připravil třezalkový čaj do termosky a asi za 15 minut jsem si dal obvyklou dávku žlutozeleného čaje. No a pak jsem šel spát. Další pití bylo na řadě až příští den. Na čajovou sklenici jsem si dal jako obvykle sítko a začal jsem nalévat. A taky hned přestal! Koukal jsem jak slepice na tvrdého brouka, co mi to z termosky teče. Něco krvavě červeného. Pomaloučku, polehoučku se mi v hlavě rozsvěcelo. Pokud třezalku usušíme, hypericin v ní obsažený je ve vodě jen velmi těžko rozpustný. Teprve těch zhruba 12 hodin luhování mu napomohlo se plně rozpustit a propůjčilo mu jak barvu, tak i účinnost. Nemít všech pět pohromadě, asi bych běhal po světě se spasitelskými ambicemi a tvrdil, že jsem z obyčejné vody vyrobil červené víno… V této souvislosti mě však napadlo, že ti, kteří běžně popisují onu krátkou dobu přípravy třezalkového čaje a současně píší o jeho účincích, to jen někde opsali, ale vlastních zkušeností nemají ani co by se za nehet vešlo.

Tak o čajíčku už snad máme vše důležité pohromadě, ale než se pustíme do přípravy třezalkového oleje, rád bych ještě zmínil, že z čerstvé třezalky lze vyrobit i třezalkový lihový extrakt a taktéž se vyrábí třezalkové víno. První, na co bych chtěl upozornit je, že třezalkový olej se vyrábí nikoli ze sušené, ale čerstvé drogy. Důvodem je ono „nerozpustné červené barvivo“ – hypericin. Třezalku, kterou jsme nasbírali, je vhodné nechat ve stínu na dobře větraném místě mírně zavadnout (nikoli zaschnout). Tím ji zbavíme přebytku vody v ní obsažené, kterou v oleji nepotřebujeme. Poté ji dáváme do vhodných nádob v poměru na 300 g třezalky 1 litr oleje. Nádoby by měly být neprůhledné buď z tmavého skla, nebo vhodnou barvou na černo natřené. Běžně bývá sice doporučováno průhledné sklo, ale třezalka obsahuje složky, které jsou citlivé na UV záření. Pokud mu dovolíme pronikat k macerované třezalce, jsou tyto složky zničeny a protizánětlivé účinky takto vyzískaného oleje

*Čerstvě natrhanou třezalku necháme před macerací zavadnout – nikoli zaschnout! Rozprostíráme ve slabé vrstvě, aby se nezapařila!*

jsou poněkud slabší. Zapamatujme si, že nikoli UV záření, ale teplo je tedy pro maceraci žádoucí. Po naložení má třezalka tendenci se udržovat na povrchu oleje. Proto je nezbytně nutné ji minimálně 2× denně promíchat. Pokud bychom tak neučinili, po několika dnech by se nám začala na povrchu vytvářet plíseň.

Ohřevem macerované třezalky dochází k odpařování vody a jejímu vysychání. Z tohoto důvodu nikdy macerovanou třezalku neprodyšně neuzavíráme. Voda by se nemohla odpařovat, kondenzovala by a kapala zpět do oleje. Již po několika dnech má třezalka tendenci sama klesat ke dnu, poté ji stačí promíchat jednou denně.

Doba macerování je i v tomto případě od některých autorů uváděna nesmyslně krátká. Za 10–14 dní sice třezalka „zabarví“ macerovaný olej, ale opravdu jen zabarví. Většina účinných látek je stále ještě v třezalce. V tomto případě je zapotřebí daleko více času. Já sám provádím maceraci 6–8 týdnů. Také hodně záleží na počasí a teplotě. Loni jsem např. chytil na macerování opravdu mizerné léto (a nejen já) a tak macerace probíhala extrémně pomalu. Dokonce nezbylo než, macerovanou třezalku uměle přihřívat. To mě přimělo ohlédnout se zase po recepturách našich prababiček a zjistil jsem, že tehdy byl vyráběn nejen třezalkový olej, ale velké popularitě se těšila i třezalková mast. Mezi námi, ono to nebylo nic jiného než sádlo, ale slovo mast zní lépe. A jak vyráběly naše bábrlinky třezalkové sádlo? Velmi podobně jako olej. Doba elektrických a plynových sporáků tehdy byla zatím jen neznámou hudbou budoucnosti. Zato pece a sporáky na pevná paliva se těšily každodennímu provozu. Doslova a do písmene nikdy nevystydly. A tak se vyškvařené sádlíčko dalo ho vhodné nádoby (kameninového hrnce), a k němu se přidala třezalka. Macerovalo se nikoli slunečním teplem, ale teplem z pece, samozřejmě někde na jejím „chladnějším“ okraji.

*Třezalka naložená v oleji. První dny po naložení do oleje má třezalka tendenci vyplavávat na povrch. V této fázi je důležité časté zamíchání.*

Po oněch 6–8 týdnech doporučuji onen krásný červený olej přecedit přes plastový (salátový) cedník, abychom se zbavili hrubých částí třezalky. Olej pak necháme zhruba 48 hod. odkapat. Také se nabízí možnost zbytkový olej obsažený v třezalce vylisovat nerezovým lisem na brambory.

Olej necháme odstát 24 hodin, přičemž klesnou hrubší nečistoty ke dnu. Ohřejeme na ne více než 50 °C, olej tím podstatně zřídne a můžeme začít s filtrováním. K tomuto účelu nám velmi dobře poslouží běžně prodejné filtry, které lze zakoupit jako náhradní díly ke kávovaru. Stejně tak filtrační sáčky pro přípravu kávy jsou pro tyto účely výborné a běžně dostupné.

Přefiltrovaný olej pak znovu doporučuji ohřát na teplotu do 50 °C. Olej nejen zřídne, ale zvětší i svůj objem. Takto teplý ho naléváme vrchovatě do skleněných hnědých lahviček. Pro domácí využití jsou vhodné velikosti od 100 do 250 ml. Uzavíráme ho ještě za tepla. Ochladnutím se zmenší objem oleje a mezi uzávěrem vzniká vzduchoprázdný prostor. Lahvičku nezapomeneme popsat informací o obsahu včetně data. Skladujeme ve tmě a chladu. A trvanlivost třezalkového oleje? Pokud se budete řídit uvedenými pokyny, mohu zaručit, že minimálně 3 roky! Kdysi mi kamarád velice „šikovně“ uložil několik lahviček třezalkového oleje v chladném skladu. Tento jsem pak náhodně objevil po osmi letech při přestavování regálů. Chtěl jsem ho vyhodit, předpokládal jsem, že je žluklý.

Neměl však onen typický zápach žluklého oleje, a tak jsem ho nechal později analyticky vyhodnotit. Parametry sice již neměl jako čerstvý olej, ale stále ještě byl dobře použitelný!

Nyní mě tak napadlo, že třezalkový olej máme vyrobený, ale jakýže olej jsme použili na maceraci? V principu lze říci, že lze použít každý olej. Nejvhodnější se mi jeví olej z pšeničných klíčků, který přijme účinné složky třezalky prakticky jako komplex. Velice často se používá olivový olej, který některé lékopisy pro jeho přípravu předepisují. Často bývá používán i slunečnicový olej, ale vzhledem k vysokému podílu nenasycených mastných kyselin bude náchylnější na stárnutí. Zde bych viděl jako vhodnější alternativu olej sojový. Jinak ale ponechám na úvaze každého, do jakého, či jakých olejů svoji třezalku naloží.

Vlastní třezalkový olej je tedy s konečnou platností vyroben a také řádně uskladněn. Pro mnohé čtenáře zcela jistě vzniká otázka ohledně jeho použití. Mohu Vám zaručit, že takto vyrobený třezalkový olej bude podstatně lepší kvality než to, co lze běžně zakoupit. Trh je jím sice celkem dobře zásoben, ale většina „výrobců“ povídání o babičkách a prababičkách má jen jako rafinovaný reklamní tah. Málokdo si může dovolit v době květu třezalky doslova a do písmene vyhnat firmu na naleziště a sbírat a sbírat…. Na soboty, neděle, přesčasy nekoukat, třezalka s odkvetením nepočká. A tak to většina řeší tak, že se třezalka pokosí, usuší, uskladní a v případě potřeby se hypericin a další složky nejprve rozpustí za pomoci organických rozpouštědel. Teprve později se přenesou do oleje. Informace o technologii vlastní výroby si pěkně drží pod pokličkou. Nemají se čím chlubit, a tak se „zdarma přimíchá“ i prababičkovská esej. Mohu zaručit vlastním krkem, že třezalkové oleje firmy *Aromaterapie Karel Hadek,* ať již nabízené, či používané do receptur, jsou vyráběné výhradně a jenom macerací třezalky. Je to vlastní firemní výrobek. Už i proto lze zaručit maximální biologickou aktivitu, která se při řešení problémů projeví vysokou účinností. Jedním z nejznámějších použití třezalkového oleje je jeho aplikace na popáleniny. Stejně tak při hojení různých ran. Jeho antiseptické účinky brání vzniku zánětů. Dnes již není problém ještě je posílit přidáním specifických éterických olejů. Třezalkový olej (dále jen TO) lze taktéž doporučit na spáleniny způsobené ozařováním v důsledku onkologických onemocnění. TO mohu doporučit i na typ alergie, která se nazývá alergická kopřivka. V mnohých případech je to jediný prostředek, který na tento typ alergie zabírá. Jak samotný třezalkový olej, tak i jeho směsi s éterickými oleji lze v lidovém léčitelství označit za nepostradatelný při různých svalových bolestech, ať již po nadměrné námaze, svalovém revmatismu, zánětech, ztuhlém svalstvu. Jen pro názornost, jako dva příklady použití bych jmenoval preparáty *Thermoton* a *Dr.Voštěp*, jejichž podstatnou součástí je třezalkový olej. *Dr.Voštěp* byl popsán v *Aromaterapii 1/2008*. Zánětlivé záležitosti již zmíněny byly. TO doporučuji i všem, kteří mají problémy s artritidou. A aby se to nepletlo, TO je taktéž jedinečným pomocníkem u artrózy. Pravidelným vmasírováním TO se nejen brzdí progrese, ale i snižuje bolestivost. Je též známo, že podporuje tvorbu kloubního maziva. Díky svým již popsaným vlastnostem je TO taktéž vhodným při ošetřování hemeroidů. Ať již na potírání či na koupele.

Pokud bych měl jmenovat pět nepostradatelných olejů pro praxi maséra, TO bych jmenoval mezi prvními. A stejně tak je známé jeho používání v kosmetice. Je vynikající na ošetřování suché až popraskané pleti. Má vynikající regenerační vlastnosti. Vysoký obsah rutinu jej činí zajímavým při cévních problémech, jako jsou např. „popraskané žilky“. Vynikajícím způsobem se osvědčil v preparátech na ošetřování ekzematické pokožky. Hlavně pak při různých jak suchých tak i profesních problémech (např. tiskaři). Aniž bych si činil nárok na kom-

pletnost údajů o terapeutických účincích třezalky, těch je pochopitelně daleko více, nutno konstatovat, že je to velice účinná rostlina. Právě díky její účinnosti při jejím užívání je nutno dbát jistých pravidel. V některých případech může být, hlavně pak vnitřní používání třezalky, kontraindikováno. Tím může být již zmíněné opalovaní, pokud je pokožka senzibilizována jejím používáním. Rád bych snad jen uvedl na pravou míru „ptákovinu“, kterou jsem o třezalce mnohdy četl. Třezalka není v žádném případě fototoxická, ale fotosenzibilizující. Po otištění článku „Hyperaktivita dětí“ v AT 4/2007, kde jsem třezalku zmínil, se mi dostalo několika zajímavých upozornění od paní magistry Holčíkové, která mi napsala, že vnitřní používání třezalky snižuje účinek perorálně podávané antikoncepce, stejně jakož i účinek léků na menopauzální potíže. Zde bych pak každému, kdo má vážné zdravotní problémy (onkologická onemocnění, těžké formy cukrovky apod.), doporučil možnost vnitřního používání třezalky (čaje, tablet) konzultovat s informovaným lékařem či farmaceutem.

Karel Hadek

*Tak to jsou třezalkové čaje. Vpravo – tedy ten slabě žlutý – třezalkový čaj po 15 min. vyluhování. Vlevo – ten červený – třezalkový čaj ze stejné násady po vyluhování přes noc v termosce (zde 14 hod.) Ze zabarvení je zřejmé, proč se naši předkové mohli domnívat, že rostlina obsahuje krev svatého Jana.*

## Pár užitečných informací:

**K čaji** – Na termosku dáme cca 4 g sušené třezalky. Tím připravíme účinný čaj, který příští den vypijeme. Účinek čaje se nedostaví okamžitě, ale až po nějaké době. Účinné látky se musí v organismu nejprve nakumulovat.

**K oleji** – Vlastní výrobu doporučuji i proto, že nasbírat potřebné množství třezalky na výrobu oleje pro „rodinné potřeby“ je záležitost příjemné procházky na čerstvém vzduchu. Vlastní výroba, krom oleje, též nestojí celkem nic, a tak získáte olej, za jehož kvalitu můžete strčit ne jednu, ale obě ruce do ohně. A to za cenu, která nestojí za řeč.

***Třezalkový olej nachází v kosmetice široké využití. Nejinak tomu je v preparátech Karel Hadek. Terapeuticky účinné množství se nachází v těchto preparátech:***

*1805 Masážní olej na nohy*
*1601 Nosní olej*
*1602 Nosní olej Baby*
*1909 Regenerační olej Geraderm*
*2002 Krém Atop-Derm*
*1703 Krém Myrhea*
*1701 Olej na nehty Elastosan*
*1704 Krém Sheaderm TH*
*1705 Krém Balnaru TH*
*2706 Krém Tenarene Super*
*2711 Mandlovo-třezalkový masážní olej*
*2712 Thermoton masážní olej*
*2601 Opalovací olej OF 04*
*2602 Opalovací olej OF 07*
*2603 Opalovací olej OF 10*
*2604 Opalovací olej OF 15*
*2732 Dr.Voštěp*
*1206 Intimbalzám Femishea*
*1809 Depilöl olej po depilaci*

***Třezalku prosím trhejte opatrně, neničte ji! Nejen příští rok ji budeme zase potřebovat***

# Proč kosmetika, masáže? Proč pečovat o tělo?

Touha po kráse, ke které patří půvabný a přitažlivý vzhled, je stará jako lidstvo samo. Ideál krásy se však stále mění a každá doba si vytváří svůj vlastní typ. Vyvíjí se názor na oblékání, na úpravu vlasů, ale i na kosmetiku.
Přípravky na pěstění krásy používaly ženy i muži. S líčením a natíráním těla se setkáváme již ve starověku. V Indii v době Harappanů (2500 př. n. l.) hrál rituál koupele, balneoterapie a masáže velkou roli. Natírali se vonnými oleji, oblíbené byly vonné obklady. Ráno si čistili zuby práškem (z betelového ořechu, zázvoru, atd.). Egypťané, ať bohatí nebo chudí, si natírali pokožku vonnými oleji a mastmi. Masti byly součástí dělnické mzdy. Peršané odstraňovali skvrny v obličeji, znali i různé prostředky na odstranění ochlupení. Řekové byli milovníky lázní a koupelí. Po koupeli vždy následovala masáž různými oleji (olej z mandlí, sezamu, myrhy, růže...). U Římanů byla oblíbena i manikúra, pedikúra...
Pokud se porozhlédneme okolo sebe a začteme se do historických knih, zjistíme, že nevíme, o co přicházíme. Naši předci se uměli o svá těla starat a přinášelo jim to potěšení, uvolnění a hlavně zdraví. Byl to pro ně rituál a zároveň působil jako prevence. Nastal čas to změnit. S aromaterapií a holistickým přístupem to bude činit radost každému.
Proč kosmetická masáž? Masáž působí příznivě na nervová zakončení v kůži, zlepšuje její prokrvení a zajišťuje lepší přísun živin. Dochází k odplavení odpadních látek. Mechanicky se odstraňují nejstarší buňky kožního povrchu. Uvolňují se mazové a potní žlázy, zlepšuje se látková výměna a upravuje tvorba kožního tuku. Kosmetická masáž, i když není zaměřená na mimické svaly, odstraňuje kyselinu mléčnou. Tím klesá také únava. Tahy jsou prováděny lehce, ruce hodně odlehčíme, působíme pouze na kůži...
A čím masáž provádět? Preparátem, jenž nám zajistí dobrou „skluznost“, ale zároveň vnese do pokožky účinné látky. Pokud provádíme masáž doma jako každodenní ošetření, můžeme použít jakýkoliv regenerační olej nebo krém z řady regeneračních preparátů. Velice se osvědčila *Leciderma* (novinka z minulé *Aromaterapie*). Její konzistence je jemná, dobře se vstřebává a jediným emulgátorem je lecitin. Ten, jak víme, obsahuje každá buňka v těle. Někteří ho užívají i na podporu mozkové činnosti. Pokud si uděláte pro sebe čas a nepospícháte, doporučím vám brutnákový, pupalkový, jojobový olej jako základ (regenerační olej neutrál) a do něj přidáme EO. Vybírat můžeme hlavně podle potřeby pokožky, ale i psychiky. Na suchou a zralou pokožku přidáme růži, ylang, neroli, santal. Na podrážděnou pokožku levanduli, růžové dřevo, meduňku. Trudovitou a zánětlivou pokožku ošetříme heřmánkem, šalvějí, puškvorcem, cedrem. Můžeme přidat levnější lněný olej. Pokožku, na které prokvétají žilky, podpoříme jalovcem a levandulí. A pokud chceme klidné pohádkové sny, použijeme třeba mandarinku. Pokožku ochrání před plísní, působí na akné a zažene depresi a úzkost.

*Michaela Švorcová, salonaura@seznam.cz*

# Cayatherm a pásový opar

Jednoho dne za mnou přišla kamarádka, která vyzkoušela některé přípravky pana Hadka, a protože s nimi byla spokojena, chtěla informaci, zda by něco z této kosmetiky nepomohlo její mamince, která právě prodělávala pásový opar. Pan Hadek doporučil *Cayatherm*.
Když se u paní Jany objevily bolesti zad, ještě zdaleka netušila, co ji čeká. Navštívila lékaře, popsala bolest zad. Zpočátku byla

diagnostikována blokáda. Paní Janě na blokádu vždy dělalo dobře teplo, a tak vyzkoušela teplou lázeň, která odstartovala výsev puchýřků na zádech. Následovala opět návštěva lékaře, který bohužel zkonstatoval pásový opar. My šťastní, kteří jsme tímto onemocněním neprošli, si asi těžko dovedeme představit ohromnou bolestivost pásového oparu. Léčba začala injekcemi B12, byl doporučen *Algifen* a *Ketonal* + čípky na bolest. Na potírání pak tekutý pudr + zinková mast. Opar se postupně rozšířil na velkou část zad i břicha. Byla vyzkoušena i bio lampa. Bolesti ale přesto byly obrovské a paní Jana nemohla spát ani v noci, čímž se také zhoršoval psychický stav. Asi dvacátý den nemoci došel balíček s *Cayathermem*. Paní Jana popisovala velké svědění zasychajících puchýřků a velkou bolestivost při pokusu si poškrábáním ulevit. Namazala tedy část pásového oparu a pocítila úlevu od svědění i od bolesti – bolest ustoupila asi o čtvrtinu. Pátý den po pravidelném mazání *Cayathermem* (3×denně) už byla schopná jít spát bez léků na bolest a v rámci možností se vyspat. Během 10–14 dnů postupně vymizely stroupky, po nichž zůstala kůže jako silně popálená, červená a bolestivá. I tady vykonal *Cayatherm* dobrou službu. V současné době je pásový opar asi 3 týdny po vyloupání stroupků. Dotyčná si místa neustále 3× denně maže. Jednak se pořád snižuje intenzita bolesti a také se velmi zlepšil vzhled kůže. Tam, kde stroupky začaly ustupovat nejdřív, už je kůže téměř zhojená. Léčba byla také doplněna o pupalkový olej a pangamin. Díky úlevě od bolesti se také vylepšil její psychický stav. Protože tato zkušenost zatím není příliš známá, rozhodla se paní Jana s vámi o ni podělit. Snad vám tyto řádky zase trochu rozšířily možnosti využití aromaterapeutické kosmetiky (*Cayatherm*u) a ze srdce přejeme, ať se vám toto onemocnění velkým obloukem vyhne!

*Lenka Brožová – kosmetička, Osečná*
*E-mail: prokopova_lenka@centrum.cz*

## Vyzkoušejte Lipio-séra a omládnete

Jakmile se mi dostala novinka *Lipio-sérum* růže do mé koupelny, ihned jsem si natřela celý obličej i ruce. Voněla jsem nádherně po růžích. Poznatky a zkušenosti jsem probírala se svými zákaznicemi, které už také okusily růžové a levandulové sérum. Ohlasy byly pozitivní, pleť se jim po několikadenním používání séra zdála velmi hebká, jemná a prozářená. Ve své kosmetické praxi jsem sérum zařadila do péče očního okolí. V závěru ošetření jemně vetřu zákaznicím kolem očí tento preparát. Mám jen menší negativní zkušenost, kdy některá přecitlivělá pokožka vysušená a podrážděná větrným počasím této zimy-nezimy reagovala zčervenáním a pálením. I já sama jsem zažila ze začátku tyto nepříjemné pocity. Jelikož mi byl přípravek jinak velmi sympatický i pro vůni samotné růže, nechtěla jsem se vzdát používání. Jedna příjemná žena mi poradila, abych smíchala sérum s kapkou mandlového rostlinného oleje. Efekt se dostavil, nezčervenala jsem. To je má rada pro ty ženy, které by mohly mít podobné reakce a zanevřely by na *Lipio-séra*.

*Michaela Švorcová*
*E-mail: salonaura@seznam.cz*

## Nic není složité, když víte jak na to

O kosmetiku se zajímám od 16 let. Tedy více jak 40 let. Dříve to byla spíše „malovátka“ než nějaké přípravky na ošetření či pěstění pleti, těch bylo dost málo a většinou všichni používali stejné výrobky – protože byly univerzální. Již tehdy jsem chtěla být kosmetičkou, ale to byla výsada jen některých „vyvolených“. Přesto se kosmetika stala mým koníčkem. Nelitovala

jsem času ani peněz na získávání informací z knih a časopisů a doslova jsem hltala všechny novinky. Myšlenky – stát se kosmetičkou, jsem se nevzdávala, až se mi můj sen splnil! Vyzkoušela jsem mnoho značek kosmetiky, protože reklama byla mocná.

Od doby, kdy jsem objevila aromaterapeutickou kosmetiku Karla Hadka, jí používám a zůstala jsem jí věrná. Největší vliv na mé rozhodnutí měla nejen moje zkušenost s touto kosmetikou v době, kdy mi pomohla od nepříjemného problému s pletí okolo očí, ale byly to hlavně úžasné kurzy aromaterapie vedené panem Hadkem. A od té doby, jako by mi něco „docvaklo“ a začala jsem vnímat věci kolem sebe úplně jinak. Našla jsem to, co mě oslovilo natolik, že nemám potřebu hledat někde něco jiného. Jistě, že sleduji novinky, které se nabízí, ale to vlastně už jen proto, abych zůstala „v obraze“. Aromaterapeutická kosmetika bez konzervačních látek se pro mne stala bezkonkurenční.

Aromaterapie představuje nekonečné možnosti využití. S její pomocí lze nejen vylepšit pokožku obličeje a celého těla, ale dokáže i povzbudit, zharmonizovat, uklidnit či zbavit nepříjemných pocitů, má tedy blahodárný vliv i na psychiku.

A protože pan Hadek usilovně pracuje na vývoji nových a nových preparátů, máme z čeho vybírat. Je to i tím, že velice rychle reaguje na potřeby lidí, kteří se na něj obracejí se svými problémy.

Nedovede svou práci odbýt. Mohu to potvrdit i z mé zkušenosti. Po skončení jednoho z mých prvních kurzů jsem se zeptala na nějakou věc, která mě tehdy zajímala a čekala jsem jen velmi stručnou odpověď, ale nestalo se. Pak přibývaly další a další dotazy a nezůstalo jen u dlouhých vyčerpávajících odpovědí pana Hadka, ale témata nebrala konce. A proto kurzy mohu vřele doporučit všem, kteří mají o aromaterapii zájem a chtějí se učit. Má to však jeden háček. Nenaučíte se to za měsíc, ale pokud Vás aromaterapie zaujme natolik, že nebudete litovat jí věnovaného času, zjistíte, že se o ni budete zajímat stále. Je mi jasné, že ne každý se chce nebo může aromaterapii věnovat jako svému koníčku, ale čerpat z její nabídky může každý, komu není lhostejné vlastní zdraví a vzhled. Já bych také chtěla například dokonale ovládat počítač, ale není to můj koníček, tak jsem se naučila jen to, co nezbytně potřebuji a ostatní si nechám poradit od lidí, pro které jsou počítače koníčkem.

Ve svém kosmetickém salonu doslova své zákaznice a zákazníky hýčkám. Firma AKH nabízí široký výběr preparátů, kde si ten svůj oblíbený najde snad opravdu každý. S potěšením přijímám, zkouším a uplatňuji také všechny novinky.

Snažím se individuálně sestavovat návrhy nejvhodnějšího ošetření pleti. Samozřejmě s vysvětlením, proč používat právě zvolené preparáty, i s informací, jak je používat. Ne všichni jsou nakloněni olejíčkům nebo úžasnému LIPIOSÉRU, protože jsou zvyklí na krém. Po vysvětlení a vyzkoušení však většinou změní názor. A pokud ne, jsou zde nové vynikající lecitinové krémy LECIDERMA SHEA.

Za důležité považuji, aby byly zachovány vždy všechny tři kroky, a to jak ráno, tak i večer.

1. Důkladné odlíčení a očištění pleti některým z mycích HY-olejů – dle typu pleti.
2. Použití vhodné pleťové vody nebo tonika.
3. Ošetření takto očištěné pleti krémem, *Lipiosérem* či olejíčkem.
   Je mnoho druhů pleti např. normální, smíšená, suchá, mastná, aknózní, zralá, unavená, citlivá...

Vhodným a pravidelným ošetřováním jakékoliv pleti lze docílit výrazného zlepšení jejího stavu blížícího se ideálu, tj. normální zdravé pleti mladistvého vzhledu.

Takže: Nic není složité, když se ví, jak na to.

*Vlastimila Kolarčíková – kosmetička, Salon Vlastimila,*
*Ostrava, Mobil: 603 286 335,*
*E-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz*

# Éteráčky, co nechcou ven z lahvičky

Pracuji jako poradce přes kosmetiku v Centru regenerace a psychohygieny v Brně. Naši klienti si pravidelně při návštěvách u kosmetiček našeho Centra objednávají výrobky firmy AKH. Pokud jsou spokojení, používají je v tichosti doma. Pokud se jim ale něco nelíbí, okamžitě se ozvou zpět a chtějí vysvětlení. Já, jako poradce, jim v jednoduchých případech odpovím rovnou, při složitějších záležitostech zatelefonuji zase já přímo do poradny AKH a informuji se tam, abych našim klientům mohla odborně poradit. Posílám do časopisu příspěvek o problému, který se v poslední době několikrát objevil a když jsme ho již prodiskutovali s pracovníky AKH, zaslouží si zveřejnění.

Proč mimóza a vanilka neteče?

Často si zákaznice stěžují, že si objednaly mimózu a to, co ve skleničce přišlo poštou, je tak tuhé konzistence, že to ven prostě nedostanou. Totéž se týká i vanilky a benzoinu. Právem vzniká nespokojenost, protože to nejsou nijak levné záležitosti. A odpověď pro naše zákazníky i ty ostatní:

### Mimóza absolue

Exkluzivní olej připravovaný několikastupňovým louhováním a extrakcí. Má hustou konzistenci. K použití stačí minimální množství a účinek je ohromující (prodejní cena je též ohromující, 178 Kč za 1 ml). Prodává se v množstvích obvykle 1–5 ml. Před použitím je možné mimózu „naředit“ jiným éterickým olejem. Osvědčilo se mírné zahřátí (ve vodní lázni) s přídavkem levandulového oleje. Je to pro zákazníka práce navíc, ale příjemná a voňavá. Pak se již mimóza aplikuje jako jiné éterické oleje. Její účinek je antidepresivní, uklidňující.

### Vanilka absolue

Je ze stejné skupiny drahých exkluzivních olejů jako mimóza co do výroby, dávkování i účinků. Také konzistence je hustá a cena vysoká. Když vám přijde poštou 1 ml (za 371 Kč), máte pocit, že je jen zašpiněná lahvička. Při dopravě se olejíček roztřepe po stěnách lékovky a trvá docela dlouho, než nastéká ke dnu a je viditelné jeho množstvíčko. Před použitím je opět vhodné zahřát.

### Benzoin absolue

Patří také do skupiny označované jako absolue, díky speciální přípravě má vysokou koncentraci účinných látek. Jeho prodejní cena není již tak vysoká (10 ml za 217 Kč) jako u mimózy a vanilky. Používá se jednak do směsí pro svou vlastnost udržet v preparátech vůně ostatních éterických olejů a jednak pro své účinky na dýchací cesty při zahlenění, chrapotu, kašli. Zákaznice si ho často s nadšením objednají a pak se zaleknou, když místo očekávané skleničky s olejovou esencí dostanou dózu s kouskem „karamelky“. Benzoin samotný je totiž tuhý. Musí se před použitím rozpustit za tepla v jiném éterickém oleji. Opět nejlépe a univerzálně v levandulovém. Jeho vůně je okouzlující a účinek také.

Pozdravuji všechny klienty našeho Centra regenerace a také všechny vás, co máte rádi voňavý život.

*Bětka Prokopová, Brno*

---

*Vzhledem ke zvyšující se intenzitě slunečního záření a velké oblibě lecitinových krémů Leciderma budou dodávány i s ochranným faktorem 6. Cenové údaje na straně 42.*

# Naši voňaví záchranáři

*Posíláme pozdrav z Jižní Moravy od Hodonína všem, co taky fandí aromakosmetice firmy AKH.*
*Zařizujeme si s manželkou nový byt, a jak tak poznáváme společné bydlení, zjišťujeme, že ty voňavé věcičky, jak říká moje žena „voňaví záchranáři“, bydlí trvale s námi. Jsou vystaveni ve skleničkách za aromalampou v obýváku, nakapaní v misce s vodou na radiátoru topení, jsou rozmícháni ve vaně, klouzají se nám po těle po holení, při masáži zad, zdravé oleje nám vlezly do hrnců při vaření, máme aromatické kapičky v nose při rýmě… Prostě voníme celí a nejvíc večer po koupeli v posteli… Není to zrovna levný koníček, kupovat další a další nové výrobky od AKH, ale baví nás to!!*
*Posledním hitem mé manželky je THYMICON. Podle instrukcí v katalogu AKH je to desinfekční prostředek na bázi lihu s přídavkem éterických olejů. Původně objednala moje žena THYMICON (přes svoji kosmetičku) na obranu proti mým, prý smradlavým, botám. Jako že pach mých bot kazí jinak normální vůni jejích botiček v novém botníku. Podle návodu moje botiska vystříkala a na noc zavřela do igelitového pytlíku, aby desinfekční prostředí ošetřilo můj smrádek. Tak fajn, pochopil jsem to… Za pár dní ale byly moje boty v sáčku zavřené zase a pak zase. Že by se mi víc potily nohy a manželka se mi to bála říct? Jenže za dalších několik dnů nočních pytlíků přibylo. Začala desinfikovat i svoje botičky. A vůní se zaplnil celý botník. Líbilo se jí to. A tak se teď bavím já pozorováním, jak moje žena pobíhá po bytě a hledá lokality, kde by se dal THYMICON použít. Potvrzuji, že vůně THYMICONU je opravdu taková čistá a příjemná. Máme stříknuto pod záchodovou deskou, na každém flíčku na koberci, na místě po připlácnutém komárovi, na drátěnce na umývání nádobí, na klice u vchodových dveří po odchodu elektrikáře, v papučích pro hosty, v nákupní tašce a taky mám voňavý kufřík na „noťase“ a ovladač na televizi… Ne, nejsme blázni. Jen nás to baví!!!*

*S pozdravem Alena a Zdenek O.*

## PRAKTICKÝ PRŮVODCE PŘÍRODNÍ VÝŽIVOU

### Základní kurz

**Cílem kurzu je:** Seznámení s uceleným, vyváženým a vzájemně se podporujícím a doplňujícím souborem řešení. Zkvalitnění života klienta a poskytované služby.

**Komu je kurz určen:** Kosmetičkám, masérům, pedikérkám a kadeřnicím, aj. zájemcům

**Délka kurzu:** 5 hodin

**Co se účastníci kurzu naučí:**

- osvědčený postup vnitřní péče, pro zvýšení spokojenosti klienta
- používat Orientační test zdraví
- zjistit jednoduchým způsobem vysycení organismu základními živinami
- doporučit doplňky stravy, jídelníček, pitný režim – vše s ohledem na potřeby klienta, období roku a středoevropské prostředí
- provádět s klientem kontrolu po 2 měsících, při které si uvědomí zlepšení zdravotního stavu, smysluplnost vynaloženého úsilí, času, financí a rovněž kvalitu vašich služeb

**Místo konání:** Frenštát pod Radhoštěm – salonek hotel Bartoš

**Termín:** 6. 8. 2008

**Začátek:** 10.$^{00}$ – (předpokládaný konec kurzu v 17.$^{00}$)

**Cena:** 1 200,- Kč

**Kurzem vás budou provázet lektoři:** Marie Grafová a Radmila Bartoňová

*Kurz je pořádán pod záštitou firmy Lacerta – Yvon Kalábová.*
*Zájemci o kurz se mohou hlásit na telefonu: 603 279 056*
*nebo e-mailem: grafova@email.cz*

*Dobrý den,*
*k Vaší kosmetice se vracím po letech, kdy jsem na Vás – přiznávám – trochu pozapomněla. Ráda bych časem používala vaši kosmetiku na všechno, postupně si dokupuji další a další výrobky. Již léta se zajímám o problematiku antiperspirantů. Hodně jsem četla o tom, že v nich obsažená látka – aluminium chlorohydrát – je zdraví škodlivý, přispívá k riziku vzniku rakoviny, zvláště když se používá po předchozí depilaci či holení. Bohužel se ale v dnešní uspěchané době bez čehokoliv, co potlačí pach potu, nejde obejít. Denně jezdím mnoho kilometrů v autě za klienty, nejde vše jen „přikrýt“ voňavkou. Zajímalo by mě, jestli zmíněná sloučenina je opravdu tak nebezpečná, a zda Vaše kosmetika nabízí nějakou voňavou alternativu antiperspirantů.*
*Předem mnohokrát děkuji za odpověď, Eva J., Praha*

Milá paní Evo,
děkuji Vám nejen za Váš mail, ale i Vaši důvěru v aromaterapeutické preparáty KH.
Mohu Vás ubezpečit, že nejste jedinou zákaznicí, která buď pozapomněla nebo jen chtěla vyzkoušet něco jiného a po čase se vrací. Stejně jako vnímání krásy je dáno tím, že můžeme srovnávat, ani kvalitu nelze posuzovat jinak.
No ale k Vašemu dotazu…
Já sám jsem se o antiperspiranty jako takové nikdy nezajímal. Hlavně pak proto, že jejich škodlivost je dána nejen jejich chemickým složením, tedy obsahem kovových solí. Samo pocení pak, ač může být jakkoli nepříjemné, je procesem látkové výměny a jednou z cest, jak se organismus čistí. A bránit tomuto procesu jakýmkoli způsobem považuji do slova a do písmene za trestný čin proti zdraví.
Chápu Vás, společnost nám nastavila jakési „normy“ i v oblasti pocení a díky tomu dochází i k naprosto nesmyslnému a zvráceenému vnímání. Zpocený člověk je „nečistý“, zatímco člověk jenž pot uzamkne ve svém těle, je „čistý“.
Zde tvrdě hájím názor, že takováto „upocená civilizační pravidla“ jsou absurdní a nesmyslná. Vědomé akceptování myšlenky, že se nezpotím i za cenu poškozování zdraví je nonsens.
Problematika je o to složitější, že důsledky používání antiperspirantů a potlačování procesů látkové výměny se neprojeví okamžitě po jejich použití. Pokožka je živý orgán schopný regenerace a mnohé z našich neblahých počinů je schopna napravovat. Nikoli však na věčné časy. Takže účet za různé prohřešky jako jsou spáleniny v důsledku nadměrného opalování, používání koupelových pěn či sprchovacích gelů s obsahem tensidů, konzervační látky v kosmetice a pochopitelně i aplikace antiperspirantů přichází až po letech.
Tato fakta nejsou sice žádným tajemstvím, přesto jim málokdo věnuje pozornost. Jako by neplatila zásada, že daleko jednodušší je předcházet než léčit, ale užij si dne, kašli na zítřek. Zásadní problém vidím ve vzdělávacím systému. Povinný vyučovací předmět: „Moje tělo a moje zdraví“ ve školách chybí. Asi je pro tuto společnost lukrativnější pokud si neinformovaný jedinec nejprve zaplatí za likvidaci zdraví a později zase úspěšně platí za léčení. Peníze přece musí pracovat... a navíc se nepotí a tudíž ani nesmrdět nemohou...
No a k Vašemu dotazu ohledně nějaké voňavé alternativy. O šalvějovém oleji je známo, že snižuje potivost, ale hlavně díky svému složení je schopen zabránit množení mikroorganizmů, které rozkládají pot a způsobují onen typický zápach. Zde se pak nabízí např. pro jedince trpící pocením nohou koupelový olej na nohy. Pro ty, kteří mají problémy s pocením celého těla, jsou zde pak šalvějový koupelový olej a šalvějový sprchovací olej. Nelze však očekávat, že by šalvějové preparáty působily „tak spolehlivě“ jako průmyslové antiperspiranty.
Jejich účinek je v tomto smyslu fyziologický a díky jim za to.

Asi Vás svou odpovědí moc nepotěším, nemohu si ale pomoci, pro mě je opravdu přijatelnější být upocený ale, zdravý, než preparovaný antiperspirantem v očekávání neblahých zdravotních důsledků. Jako odměnu za Váš dotaz Vám posílám šalvějový sprchovací olej a věřím, že s ním budete spokojena. Rád bych zde ještě upozornil na novinku, která přichází na trh. Jmenuje se *Body-Salvia* a je popsána na třetí straně.

Karel Hadek

---

*Vážený pane Hadku,*
*chtěla bych Vám poděkovat za Vaše jedinečné výrobky, které používám nejen já sama, ale i celá moje rodina. Vaše olejová kosmetika mě nadchla již dávno a hned poté, co jsem zjistila, že jste založil novou firmu v Uherském Brodě, jsem okamžitě přestala odebírat, jak jste trefně napsal v časopise Aroma Terapeutickou Odcizenou Kosmetiku a přešla na originály od Hadka. Protože mě kosmetika a věci s kosmetikou spojené zajímají, všimla jsem si, že u mnohých rostlinných olejů se často uvádí, že obsahují např. vitamín B nebo C. Mohl byste napsat, zda je to možné? Domnívala jsem se, že vitamín B a některé další jsou rozpustné jen ve vodě.*
*Přeji Vám mnoho spokojených zákazníků a předem děkuji za Vaši odpověď.*

Ludmila Z., Brno

Milá paní Ludmilo,
ze všeho nejdříve Vám chci poděkovat jak za Váš hezký mail, tak i „věrnost originálnímu Hadkovi“.
Co se Vaší otázky týká, hned na začátku mé odpovědi Vám mohu sdělit, že jste se domnívala naprosto správně. U vyrobených rostlinných olejů pochopitelně není žádoucí, aby obsahovaly vodu, protože ta by zde způsobovala nejen rychlejší stárnutí, ale při větším množství i mikrobiální kontaminaci. Na druhou stranu zbytková vlhkost je prakticky v každém oleji, ale v množství, které lze označit jen jako zlomky procent. Kde je tedy pravda? V principu lze konstatovat, že jak vitamín B, tak i ostatní ve vodě rozpustné vitamíny pochopitelně v mastných rostlinných olejích nejsou obsaženy. Tedy alespoň nikoli v množství, které by stálo za to jmenovat. Sám jsem již dříve přemýšlel nad podobnými údaji. Nepředpokládám, že by zde byl v popředí úmysl mylně informovat zákazníka. Zde jde spíše o nevhodný přenos informací. Pokud se totiž podíváme např. do studií o avokádu, pak se dozvíme, že jako takové obsahuje krom olejových složek pochopitelně i vodu, lecitin, minerální látky a vitamíny A, B (dokonce několik), C a E. Při výrobě oleje nutně dochází ke ztrátě všech ve vodě rozpustných vitamínů, tedy jak B tak i C, právě proto, že jednou ze součástí technologie výroby olejů je výsledný produkt, tedy olej vody zbavený. Bohužel, mám obavy, že mnozí autoři, kteří některá pojednání o výrobě rostlinných olejů a jejich obsahových složkách píší, informace pocházející o původní surovině bez nutných korektur prostě a jednoduše přenesou na výsledný produkt.
V dnešní době pak velmi často slýcháme, jak zdravé jsou rostlinné oleje, hlavně pak ty lisované za studena. Něco pravdy na tom samozřejmě je, daleko více pak zase a zase komerce a reklamy. Pokud se podíváme na složení původní suroviny a na vyzískaný produkt, byť za studena, lehce můžeme posoudit oč hodnotnější, bohatší a přirozenější potravinou je výchozí surovina, tedy plod či semeno, něž ten nejlepší olej.
Jako odměnu za Váš dotaz Vám posílám 115 ml oleje z vlašských ořechů. Jako kosmetiku, vynikající je i jako olej do salátu. Pár vlašských ořechů bych také rád přibalil, ale ty nemáme v nabídce.

Karel Hadek

*Vážený pane Hadku,*
*posílám krásný předjarní pozdrav z Chomutova a mockrát děkuji za zasílání Vašeho časopisu, kde se dozvídám mnoho informací nejenom o Vašich preparátech. Jsem moc ráda, že v časopise se věnujete i dětské aromaterapii a právě k té se ubírají mé dotazy. Máme osmiměsíční dceru a ráda bych se chtěla zeptat, jaké preparáty byste mi doporučil k ošetřování dětské pokožky, která má sušší charakter. (Můj muž je alergik a proto je dcera vedena v poradně jako potenciální alergik a ekzematik.) Doporučujete dětský koupelový olej heřmánkový a právě na všechny heřmánkové preparáty pro děti mě v porodnici upozorňovali, že nejsou pro děti vhodné či přesněji jsou nevhodné. Který jiný byste mi doporučil? A jaký olej na potírání po koupání? (Chodím se svou dcerou na kurzy plavání). A též jsem se chtěla zeptat, zda je vhodný váš preparát – zubní olejíček – i pro mou malou dceru, které se teprve první zuby prořezávají, ale už potřebují ošetřit? A ještě dotaz k éterickým olejíčkům? Které éterické olejíčky jsou vhodné pro podpoření imunity u dětí?*

*Děkuji předem za Vaši odpověď. S pozdravem a přáním mnoho dobrého nejenom ve Vaší nové firmě.*

*Petra J., Chomutov*

Milá paní Petro,
díky Vám za Váš hřejivý mail, pozdrav z Chomutova i důvěru, se kterou se na mě obracíte.
Při své práci se velice často a rád ohlížím do minulosti. Někdy je to minulost velmi vzdálená, jindy je to jen pár let. Důvod je velice prostý. Lze tak pozorovat nejen vývoj člověka, ale uvažovat o mnoha souvislostech ve všech životních oblastech, kosmetiku a zdraví nevyjímaje.
Když jsem v oblasti aromaterapie zhruba před čtvrt stoletím začínal s výrobou preparátů, nevzpomínám si, že mnohé z dnešních problémů by byly tak palčivé. Ty nejmenší človíčky nevyjímaje.
Na první pohled by se zdálo, že v historii člověka čtvrtstoletí není téměř nic. Pokud se ale podívám právě na zdravotní problematiku u těch nejmenších, naskakuje mi husí kůže (to je

Katalog a časopis si nemusíte půjčovat! Lze je objednat na adrese:

Aromaterapie
Karel Hadek
Předbranská 415
688 01 Uherský Brod
e-mail: objednavky.akh@email.cz

Tel.: 572 630 694, Vodafone: 775 107 345,
T-Mobile: 739 785 411, $O_2$: 607 714 232, fax: 572 637 767

jen diplomatičtější vyjádření slov „jímá mě hrůza“). Pro jistotu si raději vůbec nekladu otázku, co bude za dalších 25 let.
Nechci v žádném případě tvrdit, že tenkráte bylo vše v pořádku. Situace byla lepší jen o to, že i různá civilizační negativa potřebují čas, aby se mohla široce projevit a dostalo se jim náležité pozornosti.
Již tenkráte jsem vyvinul pár preparátů pro děti. Byly používány a ve srovnání s dneškem byl klídek a pohoda. Občas se objevily dotazy s tématikou ekzémy, atopické ekzémy, alergie.
Ono „občas“, ale nebylo všeobecně chápáno jako varovný prst, a tak dnešní výskyt výše jmenovaných problémů, bez přehánění, nabyl charakteru epidemie. Podle dotazů, které mi nikoli přicházejí, spíše se na mě řítí, mám pocit, že očekávat narození naprosto zdravého děcka má asi stejnou šanci, jako spoléhat na zaručenou výhru jackpotu ve sportce.
Asi by ale bylo naivní očekávat, že tomu bude jinak. Zmiňovat permanentně se zhoršující ekologii jako jednoho z původců, by bylo už jen nošením dříví do lesa. Mám ale vážné obavy, že jen málokdo si uvědomuje, že dalším vyvolávajícím faktorem jsou sami lékaři (nikoli všichni, i zde jsou výjimky) a jejich, v důsledku katastrofální, způsoby léčby.
Antibiotika jsou nesmyslně předepisována i tam, kde nemohou pomoci. Jako prevence! Čeho ale? Reálná se mi jeví taková anti(biotická)léčba jen jako prevence prázdnoty jejich peněženek. Jejich komplexní a tedy i neblahé účinky se samozřejmě projeví i tam, kde byly „receptovány“ věcně a řádně.
Důsledkem jejich používání je likvidace symbiotické mikroflóry v trávícím traktu a jedinečná příležitost pro následné přemnožení patogenních mikroorganismů.
Zde je nutno zmínit nejen antibiotika, ale i další široké spektrum chemikálií, které jsou se státním souhlasem deklarovány jako léky. Nepřirozené, lidskému organismu naprosto cizí. Při povinném definování známých (a co ty ještě neznámé a nepřímé) negativních vedlejších účinků si občas kladu otázku, zda se opravdu jedná o léky, nebo jen potlačovatele symptomů chorob a vyvolavatele nové újmy na zdraví. Úvaha, že po celou dobu vývoje s nimi člověk nepřišel do kontaktu, a tudíž je jeho imunitní systém nemůže znát a neví, jak na ně reagovat, zcela jistě není od věci. Stejně tak není od věci ani úvaha, že v důsledku jejich používání nutně musí docházet i k iritaci a dezorientaci imunitního systému.
Slova imunitní systém slyšíme dnes na každém kroku a ze všech stran. Základ imunitního systému se, jak známo, nachází právě v trávícím traktu. Pokud zde není vše v pořádku, pokud do trávícího traktu, ať již z jakéhokoli důvodu, posíláme cizorodé látky („léčebná“ chemie, konzervace v potravinách a nápojích, radioaktivně ošetřované potraviny a mnoho dalších „lahůdek“), považuji za naprosto naivní se domnívat, že existuje možnost, jak lze jiným způsobem imunitní systém zase postavit na nohy.
Nechci posuzovat, a díky Bohu mi to ani nepřísluší, zda je dobře či nikoli, že dnešní věda a medicína je schopna z podstatné části potlačit přirozenou selekci. Důsledkem však je zhoršující se genetický kód populace jako takové. A další z důvodů epidemického nárůstu zdravotních problémů u nově se rodících generací.
Na otázku, jak ošetřovat pokožku těch nejmenších (a nejen těch), je na teoretické úrovni odpověď jednoduchá. Fyziologicky. A jak to vypadá prakticky? Ať již někdo má, či nemá s pokožkou problémy, pokožka vždy byla, je a bude jedním z orgánů komplexu zvaného člověk. Problémy uvnitř těla se samozřejmě nejen mohou, ale i fakticky projevují na pokožce. Asi to bude znít hloupě, ale zde musíme začít „ošetřovat pokožku zevnitř“. Věnovat maximální pozornost nejen trávícímu traktu a jeho bezporuchové funkčnosti, ale i orgánům vylučujícím jak již produkty látkové výměny, tak i „jedůvky“, které jsme (ať již

vědomě či nevědomě) pozřeli. Pokud se povede optimalizovat „vnitřní chod biochemické laboratoře člověk“, bude zákonitě jedním z důsledků i zlepšený stav pokožky. V opačném případě je jen mininaděje, že se nám podaří kožní problémy ovlivnit. A vyřešit? Jistě vůbec nepřeháním, když napíši žádná. Tedy pomineme-li zázraky, které se, jak víme, stejně nekonají...

Není to poprvé, co říkám, že nejen zdravá, ale i nemocná pokožka má právo a musí být řádně ošetřována.

I zde je, dle mého názoru, nutno vyloučit všechny cizorodé látky tak dalece, jak jen to jde a spoléhat se na složky přirozené. Tím však nechci říci, že vše co je přírodní je vhodné. Ono vlastně vše pochází tak nějak z přírody. A když už jsme u té pokožky… Nezapomínejme, že i ona je životním prostorem pro miliardy symbiotických organizmů, které tam mají…, jak jinak to nazvat, než trvalé bydliště. Pokud naše hygienické návyky, nadměrná, tedy až choroboplodná čistota, včetně chemického čištění a ošetřování pokožky tuto (bohužel neviditelnou) mikroflóru ničí, je to zase jen a jen krůček na cestě do světa chorob. Co používat či nikoli jsem zmínil v AT č. 1/2008. Zde jsem však konstatoval všeobecně poplatná fakta. Volba vhodných preparátů je pak přísně individuální záležitost daná individuálními potřebami, jako jsou aktuální stav pokožky, snášenlivost a podobné faktory.

Velmi často se setkávám s radami, které zrovna dvakrát nesvědčí o informovanosti jejich dobrodárců!

Vám prezentované „strašidlo“ heřmánek jim také leží v žaludku. Hned v heřmánkovém úvodu nutno napsat, že není heřmánek jako heřmánek. Běžně se totiž používají heřmánkové extrakty. Z cenových důvodů pořizované do levných extrakčních činidel, z nichž některá sama o sobě mají schopnost dráždit pokožku, či dokonce alergizační potenciál. To však nikdo neřekne nahlas, a pokud se něco děje, pak hurá, blbce uděláme z heřmánku. Nutno podotknout, že alergii na heřmánek (jakož i na jiné rostlinné suroviny) apriori nelze vyloučit. Je ale opravdu zajímavé, že se mi často stává, že přijdou lidé s potvrzenou alergií na heřmánek. Ale heřmánkový koupelový olej snáší naprosto bezproblémově…. Tento preparát (jakož i další preparáty s logem KH) není totiž vyráběn z heřmánkového extraktu, ale heřmánkového oleje! Heřmánkový olej se pak vyrábí z vysoce kvalitního heřmánku (bez plísní, chemie, apod.) destilací vodní párou. Jak je možné že nealergizuje? Že by na alergologii používali na testy nikoli čistý heřmánek, ale nějaký ten heřmánkový extrakt?

V úvahu u tak malého děcka samozřejmě krom heřmánkového koupelového oleje přichází např. meduňkový, či levandulový koupelový olej. Jako vyložený fanda olejových preparátů nemohu doporučit na ošetřování pokožky nic jiného než dětský masážní olejíček *Baby*. I v něm je sice heřmánek, ale přísahám, že nepamatuji, že by na něj kdy nějaké děcko alergicky reagovalo. Pozornost by se měla věnovat i samotné vodě. Chlórování ji sice udržuje mikrobiálně čistou, ale u citlivých osob právě obsažený chlór může vyvolávat podráždění.

Takže jako vhodnou lze považovat sice řádovou vodu, ale buď odstátou nebo ještě lépe převařenou.

Stará moudrost praví, že všeho moc škodí. A ono to opravdu platí i o čistotě.

Karel Hadek

---

*Dobrý den pane Hadek,*
*prosím o radu v péči o tříletou holčičku s atopickým ekzémem. Zjištěna byla alergie na mléko a dále alternativními postupy doporučeno vynechání vajec, droždí, cukru a pšenice ze stravy. Stravu máme upravenou již více než rok a užíváme občasně i různá homeopatika, bylinky apod. Nyní aplikuji cca jeden měsíc Váš krém Atop-Derm, se kterým jsem VELMI spokojená. Dále mám stejnou dobu Meduňkový koupelový olej*

*a Levandulový sprchový. U těchto olejů bych Vás ráda požádala o radu, jak často aplikovat – např. koupel 1× týdně, sprchovat obden, zda je možno osprchovat a poté aplikovat koupel apod. (dosud jsme klasické mycí prostředky používaly 1× týdně). Dále prosím o radu, jaké prostředky užívat na mytí vlasů a ošetření vlasové pokožky, případně jaké další preparáty doporučujete k uvedené diagnóze.*
*Děkuji velmi a jsem s jarním pozdravem*

*Lucie P. Praha*

Milá paní Lucie,
děkuji Vám za Váš mail i důvěru, se kterou se na mě obracíte. Pokoušel jsem se Vám několik dní dovolat na Vámi udané telefonní číslo, ale marně. A tak nezbývá, než se věnovat odpovědi písemné. Jsem rád, že Vám *Atop-Derm* dobře slouží. Taková slova mě vždy potěší, neboť právě u tohoto problému je velice obtížné vyrobit preparát, který v širším měřítku odpovídá potřebám takto postižené pokožky. Snad jen pro úplnost bych na tomto místě uvedl, že za stejně tak dobrý jako *Atop-Derm* bych označil preparát *Sheaderm TH*.
Co se koupelí týče, i zde Vás mohu ubezpečit, že jste udělala tu nejlepší volbu. Meduňkový koupelový olej byl kdysi testován u atopiků na kožní klinice v Hradci Králové a velice dobře se osvědčil. Testů se tehdy „zúčastnil“ i levandulový koupelový olej. Podle výsledků testů a k mému překvapení, byla meduňka lepší. Ale to je jen statistický údaj pro zajímavost. Zatímco jak snášenlivost tak i terapeutické vlastnosti je u AE přísně individuální záležitost...
Jak často koupat? Jak už sám název AE napovídá jedná se mimo jiné i o projevy suchosti pokožky. Zde je potom doporučení celkem jednoduché. Co nejméně, pouze pokud je pokožka znečištěna. V případě běžných koupelí, aby byl aromaterapeutický účinek co největší, doporučuji dobu trvání koupele od 20 minut až do jedné hodiny. U atopiků bych pak opačně doporučoval všeobecně podstatně kratší časy, podle stavu pokožky mezi 10 až, a to by mělo být maximum, 20 minutami. Daleko šetrnější je pak v takovýchto případech sprchování. Zde lze doporučit nejen levandulový sprchovací olej, ale i borovicový či *Dětský mandlový mycí olej*. Vzhledem k tomu, že se meduňka osvědčila u tohoto problému v koupelové formě, rozhodl jsem se uvést na trh i sprchovací meduňkový olej nejen jako alternativu koupelového oleje, ale i jako specialitu pro atopiky. Při aplikaci koupele je naprosto zbytečné před koupelí absolvovat sprchování. Právě u atopiků platí dvojnásob, že všeho moc škodí.
No a konečně se dostáváme i „na vlasy“. U Vaší dcerky doporučuji vyzkoušet na mytí vlasů měduňkový koupelový olej. Vlasy nejprve namočit, nechat chvíli nabobtnat a potom za použití cca 20 kapek vlasovou pokožku promasírovat a následně opláchnout.
Vzhledem k tomu, že atopiků v populaci přibývá, současně s meduňkovým sprchovacím olejem přijde na trh i speciální mycí olej na vlasy s meduňkovým i dalšími u atopiků osvědčenými oleji.
Doufám, že Vám moje informace poslouží, a jako odměnu za Váš dotaz Vám zasílám meduňkový sprchovací olej.

Váš Karel Hadek

---

*Dobrý den,*
*obracím se na Vás s dotazem na vhodný olej k rozpuštění – čištění ušního mazu.*

*Děkuji, Hana D.*

Milá paní Hanko,
děkuji Vám za Váš mail i dotaz, který jste mi zaslala.
Zde je odpověď celkem jednoduchá. Pokud se jedná jen o roz-

puštění tužšího mazu, lze použít prakticky každý rostlinný olej – čím řidší, tím lepší. Jako vhodné bych označil některý z běžných olejů – mandlový, z jader hroznového vína, z vlašských ořechů, sojový, slunečnicový.
Před použitím jej doporučuji ohřát na tělesnou teplotu. Nejen, že je to příjemnější pocit při vkápnutí do ucha, ale teplejší olej je pak schopen maz v uchu i lépe rozpouštět.
V případě problémů (např. opakované záněty středního ucha) lze použít i směs s protizánětlivými éterickými oleji. Vzhledem k místu aplikace je pak nutno věnovat výběru daného éterického oleje náležitou pozornost a používat nízkou koncentraci (cca 1%), aby nedošlo k podráždění. Zde doporučuji i např. třezalkový nebo arnikový olej. Podle sdělení mnohých klientů se v péči o uši velice osvědčil i nosní olej.
Ať již na čištění, či svými protizánětlivými účinky. Stejně pozitivně hodnotí klienti použití na popsaný problém i u zubního oleje, či oleje *Stomarom*.
Jako odměnu za Váš „ušní“ dotaz Vám zasílám na vyzkoušení nosní olej.

Karel Hadek

---

*Vážený pane Hadku,*
*rád bych Vám touto cestou poděkoval za Vaše celé „aromaterapeutické dílo“. Jsem příznivcem přírodní léčby v jakékoliv podobě, včetně aromaterapie. Výsledky mluví za vše, tady neobstojí žádná slova a reklamní triky. Takže, ve stručnosti děkuji Vám za sebe i mnoho blízkých lidí kolem mě, kterým Vaše výrobky pomohly.*
*Píši Vám ještě ohledně jednoho dotazu, se kterým si dovolím Vás obtěžovat. Velmi mě zaujal Váš článek o plísních a výrobek Candiöl, který jsem si objednal. Bohužel jsem nenašel informaci ohledně dávkování při jeho vnitřním užívání. Logicky předpokládám, že pokud jsou plísně ve střevech, je nutno aplikovat olej vnitřně. Proto Vás prosím o radu ohledně jeho vnitřního užívání. Váš výrobek mě zaujal svou komplexností a synergickým efektem, protože konkurence nabízí pouze monokomponentní oleje – třeba oregánový olej proti „candidě“, což mě neuspokojuje, protože jsem „rozmlsaný“ vysokou kvalitou Vašich přípravků. Takže budu moc rád, pokud mi sdělíte návod na užívání, abych mohl s plísněmi zatočit.*
*Děkuji za Váš čas, s přáním krásného dne Jiří L. Ostrava*

Vážený pane Jiří,
děkuji Vám za Váš mail, který byl nejen milý, ale v mnohém i poučný. Při čtení Vašeho dotazu jsem si zabroukal pod vousy, jak krásné by bylo, kdyby ona dokonalost aromaterapie, kterou se stále snažíme objevit, nebyla závislá na nedokonalosti a neznalosti člověka. Jedinou útěchou nám snad může být, že pak už by nebylo co objevovat. Pokud takto něco „objevíme“, je to důvod k radosti… A taky by se nestalo, že nenajdete informaci o správném použití. Pokusím se to napravit.
Vzhledem k tomu, že se jedná o kompozici éterických olejů velice účinnou na mnoha úrovních, lze ji taktéž velice široce používat, a to nejen proti plísni. Za zmínku stojí jedinečné antimikrobiální a protizánětlivé účinky. Tento preparát se dá velmi dobře využít jako součást protizánětlivých krémů (akné, odřeniny apod.). Jeho vysoká účinnost je vykoupena i jistou dermální dráždivostí, a tak stačí opravdu minimální dávka (např. do neutrálního krému cca 1 %). Jeho hlavním posláním je pak vyčištění organismu od *Candidy albicans*. Pochopitelně, že to není specialita jen na Candidu, ale je to právě tento mikroorganismus, který je v různých statistikách označován jako původce problémů až v 90 %. Podle toho, kde se plísně nacházejí, je pak závislé i jeho použití. Pokud jsou v ústech, navrhuji dvě možná použití. Při prvním je vhodné připravit si

v ústech sliny, přidat kapku *Candiölu* a takto vzniklým roztokem pak promývat ústní dutinu a pomalu polykat. Chuť sice nic moc, ostrá a hořká, je třeba si na ni pomalu zvyknout. S přibývajícími slinami pak *Candiöl* pomalu polykáme. Tím dosáhneme jeho účinku nejen v ústech, ale i v trávícím traktu. Druhou, dle mého však méně praktickou možností, je asi půl čajové lžičky rostlinného oleje, do níž přidáme kapku *Candiölu*. Touto olejovou směsí pak promýváme ústní dutinu a taktéž pomalu polykáme. Tyto způsoby upřednostňuji, protože předpokládám, že většina z těch, kdo má candidu v trávícím traktu, ji má i v ústech. Zde je dostačující jedna jediná kapka, až 10× denně. Při této aplikaci pak preparát nabízí další možné účinky. Při bolestech v krku a zánětech krčních mandlí polykaný *Candiöl* prokazuje svoji sílu. Dobře si umí poradit i s dalším „klenotem“, se zlatým stafylokokem v krku. Pokud by šlo opravdu jen o záležitost trávícího traktu, pak doporučuji z měkkého pečiva vyřezat ostrým nožem „tablety“, které prakticky nic nestojí, lze je udělat téměř vždy a všude a éterické oleje se do nich velice dobře vsáknou. Pak ji spolkneme, zapijeme a v ústech nic moc z oné ostré, hořké bylinné chuti nezůstane. Zde lze na „tabletu“ nakápnout 3 kapky *Candiölu* a toto opakovat 3–5× denně. *Candiölová* kúra by pak měla trvat kolem jednoho měsíce. A jako vždy u plísní – považuji za menší problém se jich zbavit, než jim zabránit v návratu.

Karel Hadek

*Z měkkého pečiva si nakrájíme ostrým nožem „tablety“, do kterých se zvolený éterický olej bezproblémově vsákne. Spolkneme a zapijeme. Éterický olej je pomalu z tablety-pečiva uvolňován a nehrozí, že by mohl dráždit sliznice. I z tohoto důvodu bych doporučoval vnitřní použití éterických olejů po jídle.*

*...chci poděkovat za kosmetiku, od loňského podzimu se čím dál více stávám Vaší zákaznicí. Barevné lahvičky v koupelně pomalu proměňuji za bílozelený design.*
*Vaše nabídka má široké uplatnění, avšak jsem se zatím nedočetla, co je vhodné na lupy ve vlasové pokožce. Můj muž tím docela trpí, už vyzkoušel několik osvědčených šampónů, které pomohly jen zpočátku a pak se lupy opět objevily. Můžete mi dát radu, čím a jak na lupy vyzrát?*

*Mockrát děkuji, Veronika B.*

Milá paní Veroniko,
děkuji Vám za Váš milý mail i dotaz, se kterým se na mě obracíte. Musím přiznat, že mě tak trošku zaskočil i rozesmál. Jistě se nebudete zlobit, pokud na něj odpovím, alespoň ten úvod, po svém. Vaše otázka v sobě již vlastně skrývala odpověď… Na lupy (nikoli proti) ve vlasové pokožce jsou šampony opravdu vynikající, včetně oněch protilupových. Jako odpověď však chci napsat pár řádků navíc, i proto, že otázka byla míněna jinak. V katalogu preparátů KH, na str. 31 a 32 je popsán speciální přípravek – *Lupisan*. Ale začněme u lupů samotných. Stejně tak jako pokožka celého těla, tak i vlasová pokožka odvrhuje zrohovatělé části permanentně. Z toho vyplývá, že sem tam nějaký ten lup se objeví každému. Problémy vznikají, pokud se začnou tvořit nadměrně. Otázka tvorby lupů je proto široce diskutována. Důvodů jejich vzniku je relativně velké množství. Souhlasím, že velmi často bývají lupy způsobovány mikrobiálně.
To však nedává odpověď na otázku proč. Jedním z důvodů jsou, dle mého, právě šampony, tedy tensidové čistící prostředky. Při jejich používání, díky jejich agresivitě, dochází k rozpouštění a vymývání nejen nečistot, ale i přirozené lipidové ochrany. Málokoho asi napadne, že po aplikaci šamponů na vlasovou pokožku i po jejich řádném vypláchnutí, přesto část v pokožce zůstane. A to až po dobu tří dnů! Tuto extrémně důležitou

informaci jsem však ještě nikdy na žádném šamponu neviděl. Není totiž žádoucí, aby ji používatel věděl. Samozřejmě, že se tensidů organismus chce zbavit. Někdy produkuje nadbytek tuku na jejich vypláchnutí, jindy pak ve zvýšené míře takto poškozenou pokožku odvrhuje. Nutno ještě zmínit, používáním šamponů dochází k narušování symbiotické mikroflóry a krom mastnoty a lupů se obvykle připojují ještě plísňové problémy. A tak se na trhu objevují velice zajímavé výrobky, které se nazývají „šampony na lupy“. Krom tensidů, tedy látek jež lupy vyvolávají, obsahují i chemii, jež má tvorbě lupů zabránit. (Jednotlivé substance příležitostně projednáme v rubrice Co je co.)

O tom, jak se jim to daří, je typickým svědectvím Vámi popsaná zkušenost. Na chvíli pomohou, pak jsou lupy zpět. Reklama sice říká něco jiného, problém by měly řešit jednou pro vždy, ale kdyby tomu tak bylo, brzo by jich nebylo nikomu třeba. Jenomže takovéto „protilupové speciality“ neodstraňují původ vzniku lupů, pouze jejich tvorbu potlačují. Nelze se divit, že na chvíli zmizí, aby se později objevily znovu. Nezapomeňme, tensidy přece v šamponech zůstávají i nadále. Co se pak dá dělat…? Nejprve bych rád uvedl, že tensidy na vlasovou pokožku nepatří. Zde bych doporučoval zcela jednoznačně hydrofilní oleje na mytí vlasů. Pokožka si prostě od tensidů musí odpočinout. Následně pak lze používat již zmíněný preparát *Lupisan*. O jeho použití se zde nebudu rozepisovat, je popsán v katalogu. V případě, že byste ho neměli k dispozici, máte možnost si ho vyžádat u firmy v UB.

Na závěr snad jen ještě jedno doporučení. Po jakémkoli omytí vlasů bych doporučil konečné opláchnutí vlasů citrónovou vodou. Tu připravíme vymačkáním jednoho citrónu přes plastové sítko do cca půl litru převařené vlažné vody. Kyselé prostředí, které takto vytvoříme, má pozitivní vliv jak na vlasovou pokožku, tak i na vlasy samotné.

Karel Hadek

*Vážený pane Hadku,*
*v létě máme naplánovanou rodinnou dovolenou v Tunisu. V Africe jsme byli již dvakrát a tamní hygienické poměry nebývají vždy na nutné úrovni. V loňském roce v Egyptě nás postihl „faraon“ a tak bych se ráda zeptala, zda by zde Aromaterapie mohla pomoci.*

*Alena V., České Budějovice*

Milá paní Aleno,
již staří Římané měli přísloví „Proč umírá člověk, který má na zahrádce šalvěj“. Toto přísloví bývá zcela jistě právem různými autory velice často připomínáno. Staří Římané popíjeli šalvějový čaj, my máme k dispozici šalvějový olej, který hlavně díky vysokému obsahu tujonu vykazuje vynikající antimikrobiální účinky a z tohoto pohledu ho lze označit jako specialitu právě pro oblast trávícího traktu. Myslím, že by měl být součástí každé cestovní lékárničky, hlavně pak, pokud se cestuje, jak sama píšete, do jižních krajin. V případě infekce v trávícím traktu právě šalvějový olej může být přímo spásou. Šalvějový olej je nutno běžně používat v nízkých dávkách (např. protiplísňová terapie). Ale pokud „k něčemu dojde“, objeví se bolesti a průjmy, pak doporučuji neváhat a co nejrychleji sáhnout po šalvěji s krátkodobým vysokým dávkováním. Při prvních náznacích problémů okamžitě spolknout a zapít 10 kapek. První den pak dále vždy po cca. 3 hodinách 5 kapek. Druhý a třetí den již 3× denně 3 kapky. Z vlastní zkušenosti mohu říci, že již po použití první dávky dochází k podstatnému zlepšení. Po druhé čí třetí dávce je „faraon“ KO. U dětí pak vždy dávku vydělit 75 a vynásobit vahou děcka. Proto vždy říkám, že do příruční cestovní lékárny patří minimálně levandule na drobná poranění a poštípání a šalvěj na střevní příhody. Odměna za dotaz musí být samozřejmě i v tomto případě. Cestovat bude „antifaraon“ šalvějový olej.

Karel Hadek

# Ministr i krabice…

Nejen slůvko „Bio“ se nám snaží vlézt do hlavy všemi dírkami, které jsou, byť i jen potenciálně, k dispozici. O své místo na slunci se pere se slůvkem „Eko“. Při pohledu na to, co vše slůvko „Bio“ na trhu projektuje, jsem čím dál tím více přesvědčen, že je odvozeno od slůvka biograf.

Vždycky tam za mírný poplatek promítali to, co někdo natočil, protože se tímto způsobem živil. Slůvko „Eko“ není o nic méně tajemné. O to důležitější je, že v něm jsou obsaženy hned minimálně dva významy! Ekonomie i ekologie… V dnešní (stejně) těžké době (jako byla vždy) je zajímavé, kolik politiků se domnívá, že se lidem vede tak dobře, že musí rozházet nějaké ty peníze daňových poplatníků, aby se jim vedlo ještě lépe. Těší mě, že máme Ministerstvo životního prostředí. Ekologie je v kýbli, a tak začneme zdražovat pohonné hmoty. Ptáte se, jaký to má vliv na životní prostředí…? Já nevím, já jen píši, ale politikové jezdí a létají sem tam a kontrolují to, doslova a do písmene ze shora. A to nejen tyto vlivy... Protože jsme v EU, musí se kontrolovat i u sousedů. Tak třeba pan předseda vlády, dokonce z vlastní iniciativy a ve svém volném čase, kontroluje „Eko“ v oblasti Insbrucku. Pan „ekoministr“, aby šel národu vzorem, prý dokonce prodal služební auto, nechal se napíchat chlorofylem (bacha je i v konopí – nikoli ministr, ale chlorofyl) v přesvědčení, že v něm bude probíhat fotosyntéza a on nebude vylučovat kysličník uhličitý, ale naopak produkovat kyslík.

Nejen to, lze předpokládat, že celý proces látkové výměny by u něho měl probíhat úplně obráceně než u běžného smrtelníka. Stane-li se tak, jakmile na zasedání vlády otevře pusu…, no nic, my to cítit nebudem, bude mezi ministry.

Za povšimnutí stojí, že noviny píší, že je zelený. To dává tušit, že to asi bude holá pravda.

Těch ukázek, jak se stát (politici) příkladně i bezpříkladně (nehodící se prosím škrtnout) stará o vlastní „Eko“ a naší „Eko“ by vydalo na televizní seriál, podstatně delší než byl Dallas s Esmeraldou dohromady.

Mnozí si již však všimli, že hlásat vodu, posilněn dotovaným vínečkem v politických kantýnách, není to pravé ořechové. A tak nehledě na ony letecké „kontroly“ shora, přichází iniciativa zdola už i proto, že to druhé „Eko“ nelze podřizovat tomu prvnímu.

Píši o tom hlavně proto, že jsme si zvykli na nějaký styl života, který je sice na vysoké úrovni, nikoli ochrany přírody, ale konzumace. Také máme nějaký způsob myšlení, který dle mého pocitu je deformován pilnou činností reklamy. Vrcholem ekologického činění je pak poslušné třídění odpadu od zakoupeného zboží. To nás učí… Zatím nás ještě nikdo nezačal učit, že než třídit odpad, by pro ekologii bylo daleko větším přínosem chovat se tak, aby jak je to jen možné, odpad vůbec nevznikal…

Když jsem začínal s kosmetikou, měl jsem tak trochu i štěstí. Právě přicházela vlna „přírodní kosmetiky“. Samozřejmě, že i já jsem se „dozvěděl“, že (příroda-nepříroda) obal prodává. A tak abych prodával, zamýšlel jsem kosmetiku dávat navíc ještě do „hezkých a prodávajících“ papírových obalů.

A jejich funkčnost…? Nalákat oko, doma vybalit a hodit do odpadu. Nic více, nic méně.

A tak se papírové obaly nejen nekonaly, ale nekonají a konat nebudou. A takových maličkostí provází kosmetiku s logem KH podstatně více. Ve svých pojednáních vždy zdůrazňuji nevhodnost použití minerálních olejů pro pokožku. Ani z hlediska ekologického v kosmetice nejsou vítány. Jejich biologická odbouratelnost v přírodě je více než mizerná. Co klient nevidí, je prakticky bezodpadové hospodářství firmy AKH. Suroviny, které pořizujeme pro výrobu kosmetiky, požadujeme buď v ple-

chových sudech, které po vyprázdnění přijdou do starého železa, či plastových obalech, které jsou mnohonásobně využívány. Snaha o co nejmenší zatěžování životního prostředí jde dokonce tak daleko, že od různých firem odebíráme použité kartony, které by jinak skončily v likvidaci a tyto pak znovu používáme. Z hlediska pracovní náročnosti by bylo pochopitelně jednodušší a pohodlnější vypsat objednávku na nové kartony a nechat si je až pod nos dovézt. Ale i zde je nepsaná otázka, proč vytvářet nový odpad, proč nepoužít ono nutné zlo, které již tak jako tak vzniklo. Pokud mluvím o kosmetice, kosmetice bez konzervace, přírodních surovinách a aromaterapii, pak je to i o životě. A naše existence zde by měla přírodu zatěžovat na všech úrovních nejméně, jak jen to jde. Začínaje ministrem a krabicí konče...

Karel Hadek

## Konečně...

Bylo to na podzim, co jsem se cítil více než trapně a vám zákazníkům psal pro vánoční vydání časopisu *Aromaterapie* omluvu, která se týkala našich „nefunkčně fungujících“ webových stránek. Tehdy jsem měl představu, že budou zprovozněny nejpozději do tří měsíců. Jistě se mnou budete souhlasit, že s přibývajícími roky, hodinky, nehodinky, je čas stále a stále rychlejší. A tak jsem průběžně řešil různé problémy, psal články pro další vydání časopisu *Aromaterapie*, odpovídal na dotazy a jezdil po kurzech. Z předpokládaných tří měsíců je znenadání šest. Jaké jsou ty nové stránky...? Je to úplně něco jiného, než psát omluvu, neboť mohu napsat, že se mi líbí. Ale jistě bude ještě hodně práce s různými maličkostmi. Posouzení jaké jsou však ponechám na vás, jejich návštěvnících a věřím, že se budou nejen líbit, ale i dobře sloužit a bezproblémově fungovat, včetně e-shopu. Aby jejich funkčnost byla co nejlepší dovoluji si vás požádat i o spolupráci. Pokud budete mít jakékoli návrhy na jejich zlepšení, budete mít s nimi problém, či objevíte nějakou chybu, prosím o vaše písemné sdělení na mailovou adresu:
*akh-web@email.cz*
Abych zpříjemnil návštěvu webových stránek napadlo mě, jejich prohlídku spojit se soutěží.
V záhlaví webových stránek je krom loga a názvu firmy i vyobrazení modře kvetoucí siličnaté léčivky. Otázky týkající se této květinky jsou dvě:

### 1) Jak se takto léčivka nazývá česky?

### 2) Jak je označována latinsky?

Odpověď by příznivcům aromaterapie neměla činit žádné problémy. Všechny správné odpovědi došlé buď poštou na adresu firmy nebo mailem na adresu:
*akh-soutez@email.cz*
do 30. června 2008 budou zařazeny do slosování.

| | | |
|---|---|---|
| 1. | cena poukázka na odběr zboží v hodnotě | 1000 Kč |
| 2. | cena poukázka na odběr zboží v hodnotě | 750 Kč |
| 3. | cena poukázka na odběr zboží v hodnotě | 500 Kč |
| 4.–5. | cena poukázka na odběr zboží v hodnotě | 300 Kč |
| 6.–10. | cena poukázka na odběr zboží v hodnotě | 150 Kč |

Karel Hadek

# Pozor na čápy...

Minulé vydání časopisu *Aromaterapie* obsahovalo i slib, že v tomto čísle budeme věnovat pozornost aromaterapii ve vztahu k porodu. Nezbývá, než tento slib naplnit, byť úkol vidím jako přetěžký hned ze dvou důvodů. První spočívá v tom, že jsem rodu mužského což anatomicky vylučuje vlastní tělesné zkušenosti. Druhý pak je dán individuálností účinků aromaterapie. Potěšitelné je, že neustále přibývá i dotazů na téma „voňavých porodů“.

Dle mých mužských pozorování bych řekl, že on ten porod vlastně začíná již ve chvíli, kdy slyšíte konstatování: „Budete maminkou“. Mnohé se v životě začne měnit a není jediný důvod, proč by takovouto voňavou zprávu nemohla doprovázet i voňavá příprava. Průběh těhotenství je spojen s přibývajícími kilogramy. Zde pak začínají přicházet první dotazy, zda se nedá předcházet striím? Kdysi jsem vyvinul preparát *Muttisol*, který se nyní, po značném vylepšení receptury, jmenuje *Muttisoft*. Jedná se o velmi příjemně vonící masážní olej, který bych doporučoval používat, pokud možno, od samého počátku těhotenství. Pravidelným vmasírováním do bříška, boků a ňader se zvyšuje elasticita takto ošetřované pokožky a riziko, že dojde k tvorbě strií, je podstatně sníženo. Dalším pomocníkem, co pomocníkem, rodinným příslušníkem je pak *Intimiss*. Zůstává mi utajeno, jak rodily ženy dříve, zda natržení hráze při porodu bylo běžnou záležitostí. Nyní, jak jsem slyšel, bývá hráz preventivně nastřižena. Asi zde bude hrát svou roli nedostatek pohybu, a pokud by některá žena chtěla u této formulace protestovat, pak tedy upřesníme slůvkem specifického. *Intimiss* bych pak doporučoval, krom jiných běžných použití, i k pravidelnému masírování hráze a tím i zvyšování její elasticity tak, aby nemusela být při porodu nastřihována. Před nedávnem přinesl čáp *Intimissovi* sestřičku. Jmenuje se *Femishea* a zmiňuji ji hlavně proto, že plísňová onemocnění občas trápí i „těhulky“. Použití je popsáno v AT 1/2008. Řekl bych, že příjemně voní, ale pozor, plísně ji nemohou ani cítit. Co jiného doporučit na sprchování a intimní hygienu než osvědčenou *HY-Intimu*? Díky absenci tensidů se chová jemně jak k pokožce, tak i ke sliznici. Čistí je fyziologicky a její éterické olejíčky mají protizánětlivé a protiplísňové účinky. Její služby pak oceníte i po porodu.

Přibývající kilogramy s sebou přináší i čím dál větší pocit únavy. Jak to vypadá s rozmarýnovým koupeláčkem v době těhotenství? Povzbuzuje a rád bych ho i doporučil, ale...! U zdravé „těhulky“ by to nebyl problém, ale kdo ví o jejím zdravotním stavu více než její lékař? Proto říkám, výhradně a jenom s jeho svolením. Nohy, které přibývající kilogramy musí takto přenášet, jsou stále více zatěžovány. Občasné promasírování, nebo alespoň natření speciálním preparátem *Preventy* jim nejen prospěje, ale i uleví. Jak již sám název napovídá, *Preventy* má i poslání jako prevence křečových žil.

Doufám, že v těch devíti měsících, byť ve zkratce, jsem nic důležitého nezapomněl. Ale i kdyby, co můžete očekávat od chlapa...

Cesta do porodnice se stává otázkou příštích několika okamžiků, a tak si ještě v rychlosti zkontrolujeme, zda vše potřebné máme nachystáno. Pobyt na „hekárně“ není nic příjemného a někdy trvá a trvá. Zde si lze – se svolením lékaře – „dlouhou chvíli“ zkrátit v rozmarýnovém koupelovém oleji. Je o něm známo, že mimo dalšího, prokrvuje i ženské pohlavní orgány a celkově povzbuzuje. V tuto chvíli doslova a do písmene žádoucí účinek! Lze tím zkrátit pobyt na hekárně až o polovinu (statistický údaj). Pokud není dána možnost koupele, pak jako náhražku lze doporučit i sprchování se sprchovacím rozmarýnovým olejem, kde tentokráte trošku větší množství vetřeme do bříška a necháme pár minut působit. Pak už to jde ráz na

ráz. (Moje manželka to díky rozmarýnu už na porodní sál ani nestihla). Přílet čápa s úplně novým človíčkem, převoní úplně všechny olejíčky…. A taky dá, jó, pořádně zabrat. Věcná poznámka pro pány, nikoli čápovi, ale mamině! Po odletu čápa pak doporučuji použít specialitku „Čamao“ (ČApí MAsážní Olejíček). „Čapí“ růžové uvolnění a relaxace s citrusovým osvěžením jsou po porodu více než potřebné a vítány. Bylo by dobré, kdyby *Intimiss* se svými protizánětlivými a hojivými účinky neměl práci, ale v pohotovosti být musí! Také nevím, proč po porodu často bolívají maminy záda, ale *Cayatherm* je připraven opravdu perfektně pomoci.

Jeho staršího bratra, olejíček na bolesti zad, nutno prostě ponechat na zasloužilém odpočinku.

Po případném použití *Cayathermu* nezapomenout řádně omýt ruce. V očích by fakt nepříjemně pálil a oči přece nikoho nebolí. Oči se totiž smějí, když vidí to malé klubíčko… Na svoji příležitost se těší i „UFO“… Fenyklový olejíček je opravdu velice univerzální. Je o něm známo, že podporuje tvorbu mateřského mléka, má protizánětlivé účinky, a tak při ošetřování prsů a hlavně pak pokousaných bradavek je jeho použití více než žádoucí. Smývat se před kojením nemusí, má potravinářskou kvalitu a není v něm opravdu nic, co by malému „savci“ mohlo uškodit. A nejen to. Tento olejíček by se mohl jmenovat i *Honivítr*… Nadmuté bříško umí mrňouse pěkně potrápit. Další příležitost pro tento masážní preparát! Vždy si před použitím zanotuje onu úžasnou budovatelskou písničku: „Poručíme větru“ …ale něž stačí říci... „dešti“…tak větry jsou pryč.

Asi posledním tématem pak bude otázka, jakými éterickými oleji si provonět pokoj. Zde se opravdu neodvažuji dát žádné doporučení. Každému voní něco jiného, každý potřebuje momentálně jiný účinek. Pro unavené a vyčerpané bych doporučil kombinaci rozmarýnu a jehličnanů. Citrusové plody pak osvěží, ale současně uklidní. V kombinaci s bergamotem a pelargónií je lze označit i jako milé psychotonikum. Levandule, růžové dřevo, růžová palma mají všeobecně uklidňující účinky. Jejich směsi pak také velmi příjemně voní. Směs borovice, citronu, mateřídoušky a lavandinu se špetkou skořice se sice nemůže pochlubit extra krásnou květinovou vůní, ale zde bych ji zase doporučoval použít na mikrobiální vyčistění vzduchu. Hm, a to bude asi tak vše. Čas utíká, a tak je třeba balit si věci, za chvilku se jede domů. A taky je potřeba udělat místo. Další letka čápů již krouží nad porodnicí a chystá se na přistání…

Karel Hadek

## Termíny kurzů v roce 2008

16.–18. května Základní kurz Aromaterapie, Pardubice
Michaela Švorcová
Mobil: 603 513 774, E-mail: salonaura@seznam.cz

30. května – 1. června Základní kurz Aromaterapie, Brno
27.–28. září Pokračovací kurz Aromaterapie Brno
Vladimír Němeček, Vackova 77, 612 00 Brno
Mobil: 777 218 161
E-Mail: nemecek@umeni-masaze.cz, www.umeni-masaze.cz

3.–5. října Základní kurz Aromaterapie Luhačovice
Michaela Semelová mob.: 723 216 513
Jitka Ponczová mob.: 604 673 877
E-Mail: aromaterapie-luhacovice@email.cz

10.–12. října Pokračovací kurz Aromaterapie Plzeň
Marie Brejchová
Koterovská 29, 326 00 Plzeň
Tel.: 377 442 822, mob.: 602 430 332
E-mail: info@carpediem.cz, www. carpediem.cz

31. října –2. listopadu Základní kurz Aromaterapie
Karlovy Vary
Mgr. Monika Zíková mob.: 608 032 016
E-mail: moni.zikova@seznam.cz

8.–9. listopadu Pokračovací kurz Aromaterapie Pardubice
Michaela Švorcová mob.: 603 513 774
E-mail: salonaura@seznam.cz

21.–23. listopadu Základní kurz Aromaterapie Ostrava
Vlastimila Kolarčíková mob.: 603 286 335
E-mail: vlastimilakolarcikova@seznam.cz

29.–30. listopadu Roční seminář Aromaterapie Plzeň
Marie Brejchová
Koterovská 29, 326 00 Plzeň
Tel.: 377 442 822, mob.: 602 430 332
E-mail: info@carpediem.cz, www. carpediem.cz

6.–7. prosince Roční seminář Aromaterapie Brno
Vladimír Němeček, Vackova 77, 612 00 Brno
Mob.: 777 218 161
E-Mail: nemecek@umeni-masaze.cz, www.umeni-masaze.cz

## Vážené zákaznice, vážení zákazníci,

### jsme tu pro Vás...

Máte-li jakékoliv otázky, neváhejte a zavolejte nám, mailujte nebo faxujte. Naši pracovníci Vám rádi a ochotně zodpoví veškeré Vaše dotazy.

### Jak objednávat?

Vyberte si způsob, který Vám bude nejvíce vyhovovat z naší nabídky SERVIS na konci časopisu nebo katalogu.

### Kdy obdržíte Váš balíček?

Objednávky vyřizujeme obvykle do dvou dnů. Zboží zasíláme poštou formou dobírky.

### Jak zaplatíte?

Objednané zboží zaplatíte až při převzetí zásilky, náklady na poštovné a balné jedné objednávky činí 84,- Kč. Tato částka bude připočtena k celkové ceně Vámi objednaného zboží. Při výši objednávky nad 1500,- Kč přejímáme plně náklady za poštovné a balné.

### Reklamační řád

Záruční lhůta a reklamační řád se řídí obecně platnými právními předpisy. Za vadu nelze považovat změnu materiálu způsobenou nesprávným skladováním a rozbitím, ani závady způsobené nesprávným používáním výrobků.
Objednávkou (i telefonicky) dáváte souhlas k tomu, aby Vaše osobní údaje byly až do odvolání Vašeho souhlasu zpracovávány v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb.

*Děkujeme za Vaši objednávku*

# Česká dekorativní kosmetika

Jenny Lane nabízí
širokou paletu
odstínů rtěnek,
očních stínů,
lesků na rty
a vůbec všeho,
díky čemuž
budete vypadat skvěle.

Jenny Lane

Volejte 572 637 157, 605 304 798 nebo pište na jennygirl@mybox.cz

**www.jennylane.cz**

Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

Tento ceník nabývá platnosti dne 7. 5. 2008, všechny předešlé ceníky pozbývají tímto dnem platnost.

## KOUPELOVÉ OLEJE

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 9 | 1002E | Z borovicového jehličí | 100 | 195,- |
| | 1002G | | 200 | 271,- |
| | 1002C | tester | 20 | 47,- |
| 10 | 1003E | Citrónovo-kafrový | 100 | 199,- |
| | 1003G | | 200 | 276,- |
| | 1003C | tester | 20 | 48,- |
| 8 | 1004E | Eukalyptovo-tymiánový | 100 | 228,- |
| | 1004G | | 200 | 318,- |
| | 1004C | tester | 20 | 55,- |
| 9 | 1006E | Jalovcový | 100 | 255,- |
| | 1006G | | 200 | 355,- |
| | 1006C | tester | 20 | 61,- |
| 8 | 1007E | Levandulový | 100 | 183,- |
| | 1007G | | 200 | 254,- |
| | 1007C | tester | 20 | 44,- |
| 7 | 1008E | Mandarinkový | 100 | 163,- |
| | 1008G | | 200 | 226,- |
| | 1008C | tester | 20 | 39,- |
| 7 | 1009E | Meduňkový | 100 | 195,- |
| | 1009G | | 200 | 271,- |
| | 1009C | tester | 20 | 47,- |
| 9 | 1010E | Pelargóniový | 100 | 371,- |
| | 1010G | | 200 | 517,- |
| | 1010C | tester | 20 | 89,- |
| 8 | 1011E | Rozmarýnový | 100 | 228,- |
| | 1011G | | 200 | 318,- |
| | 1011C | tester | 20 | 55,- |
| 9 | 1012E | Tymiánový | 100 | 213,- |
| | 1012G | | 200 | 296,- |
| | 1012C | tester | 20 | 51,- |
| 10 | 1013E | Ylang-ylangový | 100 | 341,- |
| | 1013G | | 200 | 476,- |
| | 1013C | tester | 20 | 82,- |

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 8 | 1014E | Z citrónové růže | 100 | 221,- |
| | 1014G | | 200 | 308,- |
| | 1014C | tester | 20 | 53,- |
| 9 | 1015E | Pačuliový | 100 | 213,- |
| | 1015G | | 200 | 296,- |
| | 1015C | tester | 20 | 51,- |
| 10 | 1016E | Z růžového dřeva | 100 | 237,- |
| | 1016G | | 200 | 330,- |
| | 1016C | tester | 20 | 57,- |
| 7 | 1019E | Šalvějový | 100 | 238,- |
| | 1019G | | 200 | 333,- |
| | 1019C | tester | 20 | 38,- |
| 7 | 1020E | Grapefruitový | 100 | 228,- |
| | 1020G | | 200 | 318,- |
| | 1020C | tester | 20 | 55,- |
| 11 | 1017E | Neutrální | 100 | 157,- |
| | 1017G | | 200 | 218,- |
| | 1017 I | | 500 | 436,- |
| | 1017C | tester | 20 | 38,- |
| N | 2732E | Dr.Voštěp | 100 | 292,- |
| N | 2732G | | 200 | 468,- |
| N | 2732C | tester | 20 | 70,- |
| 11 | 1018C | Sada koupelových olejů | 18×20 | 448,- |

*Dětský heřmánkový KO byl přeřazen do Dětské série na str. 45 a Lecitöl je u masážních olejů na straně 44.*

## SPRCHOVACI OLEJE

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 14 | 1102E | Z borovicového jehličí | 100 | 180,- |
| | 1102G | | 200 | 289,- |
| | 1102C | tester | 20 | 43,- |
| 13 | 1103E | Citrónový | 100 | 198,- |
| | 1103G | | 200 | 278,- |
| | 1103C | tester | 20 | 48,- |
| 14 | 1104E | Frisch | 100 | 178,- |
| | 1104G | | 200 | 285,- |
| | 1104C | tester | 20 | 43,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 13 | 1105E | Levandulový (Sleva 7%) | 100 | 170,- |
| | 1105G | | 200 | 273,- |
| | 1105C | tester | 20 | 41,- |
| 14 | 1106E | Rozmarýnový | 100 | 201,- |
| | 1106G | | 200 | 282,- |
| | 1106C | tester | 20 | 48,- |
| 13 | 1107E | Santálový | 100 | 196,- |
| | 1107G | | 200 | 274,- |
| | 1107C | tester | 20 | 47,- |
| 13 | 1108E | Z citrónové růže | 100 | 170,- |
| | 1108G | | 200 | 273,- |
| | 1108C | tester | 20 | 41,- |
| 13 | 1109E | Čajovníkový | 100 | 160,- |
| | 1109G | | 200 | 256,- |
| | 1109C | tester | 20 | 38,- |
| 12 | 1112E | Šalvějový | 100 | 198,- |
| | 1112G | | 200 | 277,- |
| | 1112C | tester | 20 | 48,- |
| 13 | 1113E | Grapefruitový | 100 | 179,- |
| | 1113G | | 200 | 250,- |
| | 1113C | tester | 20 | 43,- |
| 14 | 1110E | Neutrální | 100 | 157,- |
| | 1110G | | 200 | 218,- |
| | 1110 I | | 500 | 436,- |
| | 1110C | tester | 20 | 39,- |
| N | 1114E | Meduňkový – Melissen-Duschöl | 100 | 183,- |
| N | 1114G | | 200 | 292,- |
| N | 1114C | tester | 20 | 44,- |
| 14 | 1111C | Sada sprchovacích olejů (testery) | 12×20 | 398,- |

### NOSNÍ OLEJE

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 35 | 1601B | Nosní olej (Sleva 7%) | 10 | 146,- |
| | 1601C | | 20 | 235,- |
| N | 1603D | Donosol | 50 | 252,- |

*Dětský mandlový SO a Nosní olej Baby byl přemístěn do Dětské sérii na 45. str.*

### PREPARÁTY NA INTIMNÍ HYGIENU

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 15 | 1202E | HY-Intima (mycí olej pro ženy) (Sleva 7%) | 100 | 159,- |
| | 1202G | | 200 | 215,- |
| | 1202 I | | 500 | 480,- |
| | 1202C | tester | 20 | 38,- |
| 15 | 1203E | HY-Intim H (mycí olej pro muže) | 100 | 159,- |
| | 1203G | | 200 | 215,- |
| | 1203 I | | 500 | 480,- |
| | 1203C | tester | 20 | 38,- |
| 16 | 1205E | HY-Intim set (mycích olejů) | 2×100 | 309,- |
| | 1205G | | 2×200 | 426,- |
| 16 | 1204D | Intimiss (intim balzám) | 50 | 262,- |
| | 1204E | | 100 | 419,- |
| N | 1206D | Femishea | 50 | 332,- |
| N | 1206E | | 100 | 498,- |
| N | 1206A | tester | 5 | 43,- |
| 114 | 1201B | Candisan (při intimních problémech) | 10 | 199,- |
| | 1201C | | 20 | 320,- |

### OBLIČEJOVÉ HYDROFILNÍ OLEJE

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 17 | 1305E | HY – z růžového dřeva (Sleva 7%) | 100 | 214,- |
| | 1305C | tester | 20 | 51,- |
| 17 | 1304E | HY – ylang-ylangový | 100 | 214,- |
| | 1304C | tester | 20 | 51,- |
| 17 | 1303E | HY – santálový | 100 | 214,- |
| | 1303C | tester | 20 | 51,- |
| 18 | 1306E | HY – neutrální | 100 | 193,- |
| | 1306G | | 200 | 270,- |
| | 1306C | tester | 20 | 46,- |
| 18 | 1302E | HY – na odstranění make-upu | 100 | 193,- |
| | 1302G | | 200 | 270,- |
| | 1302C | tester | 20 | 46,- |
| 19 | 1301E | HY – na holení | 100 | 199,- |
| | 1301C | tester | 20 | 48,- |

Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

## PREPARÁTY NA OŠETŘENÍ ZUBŮ A ÚSTNÍ DUTINY

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 21 | 1504E | Zubní olej | 100 | 163,- |
| | 1504G | | 200 | 261,- |
| | 1504C | tester | 20 | 39,- |
| 21 | 1503G | Dentarom (ústní vyplachovací olej ) | 200 | 189,- |
| | 1503 I | | 500 | 374,- |
| 23 | 1501A | Herpilan (balzám při oparech) | 5 | 91,- |
| | 1501Z | | 30 | 316,- |
| 24 | 1502A | Lippea (balzám na rty) | 5 | 91,- |
| N | 1505G | Halitosan | 200 | 246,- |
| N | 1505 I | | 500 | 492 |
| N | 1505C | tester | 20 | 37,- |

## REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 37 | 1907Z | Levandulo-mrkvový | 30 | 224,- |
| 37 | 1908Z | Levandulo-mrkvový SPF6 | 30 | 249,- |
| 38 | 1910Z | Ylang-ylangový | 30 | 239,- |
| 67 | 1905Z | Althea | 30 | 248,- |
| 67 | 1906Z | Althea SPF6 | 30 | 273,- |
| 38 | 1919Z | Avokádo | 30 | 185,- |
| 38 | 1904Z | Avokádo SPF6 | 30 | 210,- |
| 38 | 1901Z | Aloe vera | 30 | 193,- |
| 38 | 1920Z | Aloe vera SPF6 | 30 | 218,- |
| 38 | 1902Z | Arnika | 30 | 189,- |
| 38 | 1903Z | Arnika SPF6 | 30 | 214,- |
| 37 | 1916Z | Alipia | 30 | 292,- |
| 38 | 1909Z | Geraderm | 30 | 208,- |
| 39 | 1911Z | Neutrální | 30 | 198,- |
| | 1911E | | 100 | 531,- |

## PREPARÁTY NA OŠETŘENÍ VLASŮ A POKOŽKY HLAVY

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 31 | 1404E | Vlasový mycí olej pro | 100 | 201,- |
| | 1404 I | mastné až normální vlasy | 500 | 645,- |
| | 1404C | tester | 20 | 48,- |

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 31 | 1405E | Vlasový mycí olej pro | 100 | 201,- |
| | 1405 I | suché až normální vlasy | 500 | 645,- |
| | 1405C | tester | 20 | 48,- |
| 34 | 1401G | Vlasové tonikum komonicové | 200 | 131,- |
| 31 | 1403E | Vlasový balzám Lupisan | 100 | 151,- |
| 32 | 1402E | Vlasový balzám Haarette Q | 100 | 698,- |

## PREPARÁTY NA OŠETŘENÍ NOHOU

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 25 | 1804E | Koupelový olej na nohy | 100 | 198,- |
| | 1804C | tester | 20 | 48,- |
| 25 | 1805E | Masážní olej na nohy | 100 | 276,- |
| | 1805C | tester | 20 | 66,- |
| 27 | 1808D | Lympha Pack – Zábal na nohy | 50 | 212,- |
| | 1808E | | 100 | 292,- |
| | 1808A | tester | 5 | 28,- |
| 27 | 2728E | Preventy | 100 | 296,- |
| | 2728G | | 200 | 414,- |
| | 2728C | tester | 20 | 71,- |
| 28 | 1806C | Mykosan N (při plísni nehtů) | 20 | 199,- |
| | 1806E | | 100 | 652,- |
| 28 | 1803D | Mykosan H (při plísni pokožky) | 50 | 171,- |
| 30 | 1801U | Deo-Profuss (proti pocení nohou) | 115 | 125,- |
| | 1801V | | 215 | 199,- |
| | 1801 I | | 500 | 336,- |
| | 1801C | tester | 20 | 27,- |
| 29 | 1802D | Pedi-Derm G10 (speciální krém) | 50 | 101,- |
| | 1802E | | 100 | 138,- |
| | 1802A | tester | 5 | 13,- |
| 29 | 1807U | Thymicon (pro dezinfekci obuvi a ponožek) | 115 | 62,- |
| | 1807V | | 215 | 88,- |
| | 1807J | | 1000 | 211,- |

## EXKLUZÍVNÍ REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÉ OLEJE BPJ

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 39 | 1917Z | Rosea BPJ | 30 | 586,- |
| 39 | 1912Z | Heřmánkový BPJ | 30 | 798,- |
| 39 | 1913Z | Neroliový BPJ | 30 | 798,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | Sleva 7% | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 40 | 1914Z | Santálový BPJ | 30 | 755,- |
| 40 | 1915Z | Neutrální BPJ | 30 | 465,- |
| | 1915E | | 100 | 1353,- |
| **REGENERAČNÍ OBLIČEJOVÁ SÉRA** | | | | |
| N | 1950S | Lipio-Sérum Neutrální Sleva 7% | 35 | 238,- |
| N | 1951S | Lipio-Sérum Růže | 35 | 434,- |
| N | 1952S | Lipio-Sérum Santálové dřevo | 35 | 379,- |
| N | 1953S | Lipio-Sérum Heřmánek | 35 | 298,- |
| N | 1954S | Lipio-Sérum Růžové dřevo | 35 | 269,- |
| N | 1955S | Lipio-Sérum Levandule | 35 | 264,- |
| N | 1956S | Lipio-Sérum Cedr Atlas | 35 | 269,- |
| **REGENERAČNÍ KRÉMY** | | | | |
| 47 | 2001D | Arnikový Montana Sleva 7% | 50 | 189,- |
| | 2001E | | 100 | 291,- |
| | 2001A | tester | 5 | 25,- |
| 47 | 2002D | Atop-Derm | 50 | 198,- |
| | 2002E | | 100 | 305,- |
| | 2002A | tester | 5 | 26,- |
| 43 | 2003D | Citróno-mrkvový | 50 | 215,- |
| | 2003E | | 100 | 332,- |
| | 2003A | tester | 5 | 28,- |
| 67 | 2004D | Althea | 50 | 283,- |
| | 2004E | Althea | 100 | 431,- |
| | 2004A | tester | 5 | 37,- |
| 67 | 2005D | Althea SPF6 | 50 | 306,- |
| | 2005A | tester | 5 | 40,- |
| 42 | 2007D | Eleuterokokový | 50 | 215,- |
| | 2007E | | 100 | 332,- |
| | 2007A | tester | 5 | 28,- |
| 42 | 2008D | Eleuterokokový SPF6 | 50 | 257,- |
| | 2008E | | 100 | 398,- |
| | 2008A | tester | 5 | 33,- |
| 43 | 2011D | Santalia | 50 | 193,- |
| | 2011E | | 100 | 329,- |
| | 2011A | tester | 5 | 25,- |

| str. kat. | Kód zboží | Sleva 7% | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 43 | 2012D | Santalia SPF6 | 50 | 214,- |
| | 2012E | | 100 | 329,- |
| | 2012A | tester | 5 | 28,- |
| 42 | 2014D | Levandulový | 50 | 228,- |
| | 2014E | | 100 | 332,- |
| | 2014A | tester | 5 | 30,- |
| 42 | 2015D | Levandulový SPF6 | 50 | 238,- |
| | 2015E | | 100 | 368,- |
| | 2015A | tester | 5 | 31,- |
| 43 | 2016D | Mateřídouškový | 50 | 220,- |
| | 2016E | | 100 | 338,- |
| | 2016A | tester | 5 | 29,- |
| 46 | 2017D | Medový Apisan | 50 | 272,- |
| | 2017E | | 100 | 381,- |
| | 2017A | tester | 5 | 35,- |
| 45 | 2018D | Olivový | 50 | 177,- |
| | 2018E | | 100 | 281,- |
| | 2018A | tester | 5 | 23,- |
| 45 | 2019D | Olivový SPF6 | 50 | 220,- |
| | 2019A | tester | 5 | 29,- |
| 48 | 2020E | Aradea | 100 | 296,- |
| | 2020H | | 250 | 586,- |
| | 2020A | tester | 5 | 77,- |
| 44 | 2022D | Roseana | 50 | 265,- |
| | 2022E | | 100 | 355,- |
| | 2022A | tester | 5 | 34,- |
| 44 | 2023D | Roseana SPF6 | 50 | 292,- |
| | 2023E | | 100 | 453,- |
| | 2023A | tester | 5 | 38,- |
| 42 | 2024D | S mateří kašičkou | 50 | 271,- |
| | 2024E | | 100 | 413,- |
| | 2024A | tester | 5 | 35,- |
| 44 | 2025D | Aknette | 50 | 205,- |
| | 2025E | | 100 | 313,- |
| | 2025A | tester | 5 | 27,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | Sleva 7% | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 44 | 2026D | Aknette SPF6 | 50 | 224,- |
| | 2026A | tester | 5 | 29,- |
| 45 | 2027D | Z citrónové růže | 50 | 220,- |
| | 2027E | | 100 | 338,- |
| | 2027A | tester | 5 | 29,- |
| 45 | 2029D | Čajovníkový | 50 | 130,- |
| | 2029E | | 100 | 199,- |
| | 2029A | tester | 5 | 17,- |
| 45 | 2030D | Čajovníkový SPF6 | 50 | 146,- |
| | 2030E | | 100 | 226,- |
| | 2030A | tester | 5 | 19,- |
| 47 | 2039D | Neroli | 50 | 272,- |
| | 2039E | | 100 | 419,- |
| | 2039A | tester | 5 | 35,- |
| N | 2042D | Leciderma Shea Neutral | 50 | 249,- |
| N | 2042E | | 100 | 374,- |
| N | 2042A | tester | 5 | 33,- |
| N | 2049D | Leciderma Shea Neutral SPF6 | 50 | 274,- |
| N | 2049E | | 100 | 424,- |
| N | 2043D | Leciderma Shea Lavendel | 50 | 288,- |
| N | 2043E | | 100 | 432,- |
| N | 2043A | tester | 5 | 38,- |
| N | 2046D | Leciderma Shea Lavendel SPF6 | 50 | 313,- |
| N | 2046E | | 100 | 482,- |
| N | 2044D | Leciderma Shea Rose | 50 | 348,- |
| N | 2044E | | 100 | 522,- |
| N | 2044A | tester | 5 | 45,- |
| N | 2047D | Leciderma Shea Rose SPF6 | 50 | 373,- |
| N | 2047D | | 100 | 572,- |
| N | 2045D | Leciderma Shea Santal | 50 | 348,- |
| N | 2045E | | 100 | 522,- |
| N | 2045A | tester | 5 | 45,- |
| N | 2048D | Leciderma Shea Santal SPF6 | 50 | 373,- |
| N | 2048E | | 100 | 572,- |

### OČNÍ KRÉMY

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 55 | 2201T | Shea-Carre R | 15 | 235,- |
| 55 | 2202T | Shea-Carre N | 15 | 215,- |

### ZÁKLADNÍ KRÉMY

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 51 | 2301D | Dermisoft | 50 | 91,- |
| | 2301E | | 100 | 129,- |
| 51 | 2302D | Naturalia | 50 | 157,- |
| | 2302E | | 100 | 227,- |
| 51 | 2303D | Shea Butter | 50 | 205,- |
| | 2303E | | 100 | 277,- |

### ZÁKLADNÍ KRÉMY – PROGRAM SALTIA

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 49 | 2036E | Saltia | 100 | 150,- |
| | 2036H | | 250 | 272,- |
| | 2036A | tester | 5 | 20,- |
| 50 | 2037D | Saltia BN | 50 | 229,- |
| | 2037E | | 100 | 386,- |
| | 2037A | tester | 5 | 30,- |

### PLEŤOVÉ MASKY

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 53 | 2402D | Lecitinová W/O | 50 | 198,- |
| | 2402E | | 100 | 266,- |
| | 2402A | tester | 5 | 26,- |
| 53 | 2403D | Naturalia W/O | 50 | 192,- |
| | 2403E | | 100 | 258,- |
| | 2403A | tester | 5 | 25,- |
| 53 | 2404D | Saltia W/O | 50 | 182,- |
| | 2404E | | 100 | 246,- |
| | 2404A | tester | 5 | 24,- |
| 54 | 2401D | Jojoba | 50 | 161,- |
| | 2401E | | 100 | 218,- |
| | 2401A | tester | 5 | 21,- |
| N | 2405D | Aktiderma LY | 50 | 198,- |
| N | 2405E | | 100 | 297,- |
| N | 2405A | tester | 5 | 26,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

### TĚLOVÉ KRÉMY

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 49 | 2060D | BodyEm Neutral | 50 | 120,- |
| | 2060E | | 100 | 168,- |
| | 2060A | tester | 5 | 17,- |
| 49 | 2061D | BodyEm Roy | 50 | 142,- |
| | 2061E | | 100 | 198,- |
| | 2061A | tester | 5 | 19,- |

### PREPARÁTY NA OŠETŘENÍ RUKOU

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 59 | 1702D | Rea | 50 | 134,- |
| | 1702E | | 100 | 183,- |
| | 1702A | tester | 5 | 17,- |
| 59 | 1703D | Myrhea | 50 | 130,- |
| | 1703E | | 100 | 172,- |
| | 1703A | tester | 5 | 17,- |
| 60 | 1701T | Elastosan (olej na nehty) | 15 | 163,- |
| | 1701Z | | 30 | 295,- |
| 57 | 1704E | Sheaderm TH | 100 | 259,- |
| | 1704H | | 250 | 467,- |
| | 1704A | tester | 5 | 34,- |
| 58 | 1705E | Balnaru TH | 100 | 196,- |
| | 1705H | | 250 | 353,- |
| | 1705A | tester | 5 | 25,- |
| N | 1706 I | Citrio – mycí olej | 500 | 272,- |
| N | 1707 I | Dezinf – mycí olej | 500 | 292,- |
| N | 1708 I | Sensitiv – mycí olej | 500 | 362,- |

### PLEŤOVÉ VODY BEZ ALKOHOLU

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 62 | 2501G | Citrónová | 200 | 81,- |
| | 2501 I | | 500 | 187,- |
| | 2501J | | 1000 | 296,- |
| 62 | 2502G | Hřebíčková | 200 | 81,- |
| | 2502 I | | 500 | 187,- |
| | 2502J | | 1000 | 296,- |
| 62 | 2503G | Jalovcová | 200 | 81,- |
| | 2503 I | | 500 | 187,- |
| | 2503J | | 1000 | 296,- |
| 62 | 2504G | Levandulová | 200 | 81,- |
| | 2504 I | | 500 | 187,- |
| | 2504J | | 1000 | 296,- |
| 62 | 2505G | Rozmarýnová | 200 | 81,- |
| | 2505 I | | 500 | 187,- |
| | 2505J | | 1000 | 296,- |
| 61 | 2506G | Růžová | 200 | 110,- |
| | 2506 I | | 500 | 258,- |
| | 2506J | | 1000 | 412,- |
| 63 | 2507G | Ylang-ylangová | 200 | 81,- |
| | 2507 I | | 500 | 187,- |
| | 2507J | | 1000 | 296,- |
| 63 | 2508G | Čajovníková | 200 | 81,- |
| | 2508 I | | 500 | 187,- |
| | 2508J | | 1000 | 296,- |

### PLEŤOVÁ TONIKA (SE 7% ALKOHOLU)

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 62 | 2509G | Citrónové | 200 | 92,- |
| | 2509 I | | 500 | 196,- |
| | 2509J | | 1000 | 330,- |
| 62 | 2513G | Hřebíčkové | 200 | 92,- |
| | 2513 I | | 500 | 196,- |
| | 2513J | | 1000 | 330,- |
| 62 | 2514G | Jalovcové | 200 | 92,- |
| | 2514 I | | 500 | 196,- |
| | 2514J | | 1000 | 330,- |
| 62 | 2516G | Levandulové | 200 | 92,- |
| | 2516 I | | 500 | 196,- |
| | 2516 | | 1000 | 330,- |
| 63 | 2517G | Měsíčkové | 200 | 126,- |
| | 2517 I | | 500 | 262,- |
| | 2517J | | 1000 | 445,- |
| 62 | 2518G | Rozmarýnové | 200 | 92,- |
| | 2518 I | | 500 | 196,- |
| | 2518J | | 1000 | 330,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 61 | 2522G | Růžové (Sleva 7%) | 200 | 126,- |
| | 2522 I | | 500 | 262,- |
| | 2522J | | 1000 | 445,- |
| 63 | 2520G | Ylang-ylangové | 200 | 92,- |
| | 2520 I | | 500 | 196,- |
| | 2520J | | 1000 | 330,- |
| 63 | 2521G | Čajovníkové | 200 | 92,- |
| | 2521 I | | 500 | 196,- |
| | 2521J | | 1000 | 330,- |
| 63 | 2510E | Eleuterokokovo-propolisové | 100 | 129,- |
| | 2510G | | 200 | 179,- |

### MASÁŽNÍ KRÉMY A BALZÁMY

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 82 | 2725Z | China Balzám – speciální balzám (Sleva 7%) | 30 | 229,- |
| | 2725D | | 50 | 303,- |
| 81 | 2726E | Thermo-Balzám | 100 | 215,- |
| | 2726H | | 250 | 426,- |
| 78 | 2701E | Calen B – měsíčkový balzám | 100 | 210,- |
| | 2701H | | 250 | 415,- |
| | 2701A | tester | 5 | 14,- |
| 77 | 2704E | Calen K – měsíčkový | 100 | 311,- |
| | 2704H | | 250 | 617,- |
| | 2704A | tester | 5 | 21,- |
| 76 | 2705D | Tenarene Akut | 50 | 175,- |
| | 2705E | | 100 | 269,- |
| | 2705A | tester | 5 | 23,- |
| 77 | 2706D | Tenarene Super | 50 | 295,- |
| | 2706E | | 100 | 458,- |
| | 2706A | tester | 5 | 38,- |
| N | 1809E | Čokoládový krém | 100 | 182,- |
| N | 1809G | | 200 | 291,- |
| N | 1809C | tester | 20 | 44,- |

### MASÁŽNÍ OLEJE

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| N | 2714E | Cayatherm (Sleva 7%) | 100 | 296,- |
| N | 2714G | | 200 | 474,- |
| N | 2714C | tester | 20 | 71,- |
| 72 | 2710E | Levandulový | 100 | 174,- |
| | 2710G | | 200 | 294,- |
| | 2710C | tester | 20 | 42,- |
| 73 | 2711E | Mandlovo-třezalkový | 100 | 170,- |
| | 2711G | | 200 | 297,- |
| | 2711C | tester | 20 | 41,- |
| 75 | 2712E | Thermothon | 100 | 342,- |
| | 2712C | tester | 20 | 82,- |
| 74 | 2717E | PMS (uklidňující) | 100 | 359,- |
| | 2717C | tester | 20 | 86,- |
| 74 | 2718E | PMS – PRO (prokrvující) | 100 | 172,- |
| | 2718C | tester | 20 | 41,- |
| 73 | 2720E | Skořicový | 100 | 174,- |
| | 2720G | | 200 | 294,- |
| | 2720C | tester | 20 | 42,- |
| 74 | 2722E | Cosette | 100 | 412,- |
| | 2722C | tester | 20 | 99,- |
| 73 | 2724E | Neutrální | 100 | 152,- |
| | 2724G | | 200 | 262,- |
| | 2724C | tester | 20 | 36,- |
| N | 2716E | Lecitöl Neutral Z | 100 | 120,- |
| N | 2716G | | 200 | 218,- |
| N | 2716C | tester | 20 | 30,- |
| N | 2719E | Lecitol neutral Super | 100 | 174,- |
| N | 2719G | | 200 | 294,- |
| N | 2719C | tester | 20 | 42,- |
| 78 | 2727C | Testovací sada masážních olejů | 12×20 | 548,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

### DĚTSKÁ SÉRIE

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 10 | 1005E | Heřmánkový dětský koupelový olej | 100 | 182,- |
| | 1005G | | 200 | 252,- |
| | 1005C | tester | 20 | 44,- |
| N | 1207E | Dětský mycí mandlový olej | 100 | 160,- |
| N | 1207G | | 200 | 256,- |
| N | 1207C | tester | 20 | 38,- |
| 36 | 1602B | Nosní olej Baby | 10 | 146,- |
| | 1602C | | 20 | 235,- |
| 64 | 2034D | Baby K heřmánkový | 50 | 139,- |
| | 2034E | | 100 | 193,- |
| | 2034H | | 250 | 353,- |
| | 2034A | tester | 5 | 18,- |
| 64 | 2035D | Baby L levandulový | 50 | 132,- |
| | 2035E | | 100 | 184,- |
| | 2035H | | 250 | 326,- |
| | 2035A | tester | 5 | 17,- |
| 65 | 2708E | Baby (dětský olejíček) | 100 | 154,- |
| | 2708G | | 200 | 233,- |
| | 2708C | tester | 20 | 37,- |
| 65 | 2709E | Fenyklový (víceúčelový olej) | 100 | 187,- |
| | 2709G | | 200 | 322,- |
| | 2709C | tester | 20 | 45,- |
| 66 | 2713E | Muttisoft (speciální masážní olej) | 100 | 199,- |
| | 2713C | tester | 20 | 48,- |
| 66 | 2729C | Testovací sada Baby | 8 ks | 296,- |

### ANTICELULITIDOVÁ SERIE „CELLU-THERAP“

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | obsah ml | Kč |
|---|---|---|---|---|
| 69 | 1001E | Koupelový olej Cellu-Therap | 100 | 316,- |
| | 1001G | | 200 | 441,- |
| | 1001C | tester | 20 | 76,- |
| 70 | 1101E | Sprchovací olej Cellu-Therap | 100 | 243,- |
| | 1101G | | 200 | 338,- |
| | 1101C | tester | 20 | 58,- |
| 71 | 2702D | Masážní krém Cellu-Therap | 50 | 215,- |
| | 2702E | | 100 | 342,- |
| | 2702A | tester | 5 | 28,- |
| 71 | 2707E | Masážní olej Cellu-Therap | 100 | 229,- |
| | 2707G | | 200 | 394,- |
| | 2707C | tester | 20 | 55,- |
| 66 | 2730 | Sada testerů Cellu-Therap | 4 ks | 198,- |

### OPALOVACÍ OLEJE

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 80 | 2601G | Opalovací olej 4 | 200 | 246,- |
| | 2601C | tester | 20 | 59,- |
| 80 | 2602E | Opalovací olej 7 | 100 | 210,- |
| | 2602C | tester | 20 | 50,- |
| 80 | 2603E | Opalovací olej 10 | 100 | 236,- |
| | 2603C | tester | 20 | 57,- |
| 80 | 2604E | Opalovací olej 15 | 100 | 290,- |
| | 2604C | tester | 20 | 70,- |

### ÉTERICKÉ OLEJE

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | 5 ml A Kč | 10 ml B Kč | 20 ml C Kč | 50 ml D Kč | 100 ml E Kč |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 87 | 4001 | Amyris – Amyrisöl | X | 160,- | 256,- | 512,- | 870,- |
| 87 | 4002 | Badyán – Sternanisöl | X | 78,- | 125,- | 249,- | 422,- |
| 88 | 4004 | Benzoin absolue přír. (krystaly) g | X | 217,- | 348,- | 696,- | 1182,- |
| 87 | 4005 | Bergamot – Bergamotteöl* | X | 182,- | 290,- | 580,- | 985,- |
| 88 | 4006 | Borovice jehličí – Kiefernnadelöl | X | 118,- | 189,- | 379,- | 644,- |
| 88 | 4003 | Cedrové dřevo Atlas – Cedernh. Atlas | X | 79,- | 125,- | 250,- | 425,- |
| 88 | 4007 | Cedrové dřevo – Cedernholzöl | X | 79,- | 125,- | 250,- | 425,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | Sleva 7% | 5 ml A Kč | 10 ml B Kč | 20 ml C Kč | 50 ml D Kč | 100 ml E Kč |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 89 | 4008 | Cedrové jehličí – Cedernblätteröl | X | 249,- | 399,- | 799,- | 1360,- |
| 89 | 4009 | Celer semena – Selleriesamenöl | X | 204,- | 326,- | 652,- | 1109,- |
| 90 | 4010 | Citrón – Zitronenöl* | X | 89,- | 143,- | 287,- | 488,- |
| 90 | 4011 | Citrón bez terpenu – Zitronen tpa.* | X | 239,- | 382,- | 764,- | 1299,- |
| 90 | 4012 | Citrón extra – Zitronenöl extra* | X | 116,- | 185,- | 370,- | 629,- |
| 89 | 4013 | Citronelový – Citronellaöl | X | 77,- | 123,- | 246,- | 418,- |
| 89 | 4014 | Citrónová růže – Citrosenöl | X | 143,- | 229,- | 457,- | 777,- |
| 89 | 4015 | Citrónová tráva – Lemongrasöl | X | 93,- | 149,- | 298,- | 506,- |
| 90 | 4016 | Cypřiš – Cypressenöl | X | 179,- | 286,- | 573,- | 974,- |
| 91 | 4076 | Čajovník – Teebaumöl | X | 85,- | 135,- | 270,- | 460,- |
| 91 | 4017 | Česnek – Knoblauchöl | X | 260,- | 471,- | 833,- | 1416,- |
| 92 | 4054 | Dobromysl – Origanumöl | X | 203,- | 325,- | 650,- | 1105,- |
| 92 | 4018 | Elemi – Elemiöl | X | 165,- | 264,- | 528,- | 898,- |
| 92 | 4019 | Estragon – Estragonöl | X | 272,- | 435,- | 869,- | 1479,- |
| 92 | 4020 | Eukalyptus – Eukalyptusöl | X | 78,- | 126,- | 251,- | 426,- |
| 93 | 4096 | Eukalyptovocitrónový – Eukal. Citr. | X | 77,- | 124,- | 247,- | 420,- |
| 93 | 4021 | Eukalyptus Koala – Eukal. Koala | X | | 1 – 5 ks | 82,- | 149,- |
| 93 | 4021 | Eukalyptus Koala – Eukal. Koala | X | | 6 – 12 ks | 76,- | 139,- |
| 93 | 4021 | Eukalyptus Koala – Eukal. Koala | X | | 13 – 25 Ks | 73,- | 133,- |
| 93 | 4021 | Eukalyptus Koala – Eukal. Koala | X | | 26 Ks a více | 70,- | 127,- |
| 93 | 4022 | Fenykl – Fenchelöl | X | 115,- | 184,- | 369,- | 627,- |
| 94 | 4023 | Grapefruit – Grapefruitöl* | X | 153,- | 246,- | 492,- | 845,- |
| 94 | 4024 | Heřmánek žlutý – Kamillenöl gelb | 419,- | 628,- | 1006,- | 2012,- | 3420,- |
| 94 | 4025 | Hřebíček – Nelkenöl | X | 75,- | 120,- | 240,- | 408,- |
| 94 | 4026 | Jalovec bobule – Wacholderbeeröl | X | 230,- | 368,- | 735,- | 1249,- |
| 95 | 4027 | Jedle šišky – Edeltannenzapfenöl | X | 178,- | 284,- | 568,- | 966,- |
| 95 | 4028 | Kadidlovník – Weihrauchöl | 239,- | 359,- | 576,- | 1152,- | 1958,- |
| 96 | 4029 | Kafr – Kampferöl | X | 54,- | 87,- | 173,- | 294,- |
| 96 | 4030 | Kafr přír. (krystaly/g) – Kampfer | X | 89,- | 143,- | 285,- | 484,- |
| 96 | 4031 | Kajeput – Cajeputöl | X | 99,- | 161,- | 323,- | 549,- |
| 97 | 4032 | Kananga – Canangaöl | X | 189,- | 304,- | 608,- | 1045,- |
| 95 | 4033 | Kleč jehličí – Latschenkiefernöl | X | 173,- | 277,- | 555,- | 955,- |
| 97 | 4034 | Kmín – Kümmelöl | X | 168,- | 269,- | 539,- | 916,- |
| 97 | 4035 | Kopr nať – Dillkrautöl | X | 125,- | 200,- | 401,- | 682,- |

| str. kat. | Kód zboží | Sleva 7% | 5 ml A Kč | 10 ml B Kč | 20 ml C Kč | 50 ml D Kč | 100 ml E Kč |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 97 | 4036 | Koriandr – Corianderöl | X | 180,- | 289,- | 577,- | 982,- |
| 98 | 4038 | Lavandin – Lavandinöl | X | 127,- | 203,- | 405,- | 688,- |
| 98 | 4039 | Levandule extra – Lavendelöl extra | X | 170,- | 272,- | 544,- | 925,- |
| 98 | 4097 | Litsea Cubeba*– Litsea Cubebaöl* | X | 103,- | 164,- | 328,- | 558,- |
| 98 | 4040 | Majoránka – Majoranöl | X | 203,- | 325,- | 651,- | 998,- |
| 99 | 4041 | Mandarinka červená – Mandarinenöl* | X | 170,- | 272,- | 543,- | 924,- |
| 99 | 4098 | Mandarinka zelená – Mandarinenöl* | X | 168,- | 270,- | 539,- | 916,- |
| 99 | 4042 | Máta kadeřavá – Krauseminzöl | X | 168,- | 269,- | 537,- | 913,- |
| 100 | 4043 | Máta peprná – Pfeffeminzöl | X | 104,- | 166,- | 332,- | 565,- |
| 99 | 4044 | Mateřídouška – Quendelöl | X | 217,- | 347,- | 694,- | 1180,- |
| 100 | 4045 | Med absolue – Honigwachsöl | 276,- | 414,- | 663,- | 1325,- | 2252,- |
| 100 | 4046 | Meduňka ind. – Melissenöl ind. | X | 60,- | 96,- | 191,- | 325,- |
| 101 | 4047 | Mentol přír. (krystaly g) – Menthol | X | 114,- | 183,- | 365,- | 621,- |
| 101 | 4048 | Mrkev semena – Karottensamenöl | 237,- | 356,- | 570,- | 1139,- | 1937,- |
| 102 | 4049 | Muškátový květ – Macisblütenöl | X | 190,- | 306,- | 611,- | 1038,- |
| 102 | 4050 | Muškátový ořech – Muskatnussöl | X | 159,- | 255,- | 510,- | 866,- |
| 101 | 4051 | Myrha – Myrrhenöl | 276,- | 414,- | 663,- | 1325,- | 2252,- |
| 101 | 4052 | Myrta – Myrtenöl | X | 202,- | 323,- | 646,- | 1097,- |
| 102 | 4053 | Niaouli – Niaouliöl | X | 168,- | 268,- | 537,- | 912,- |
| 102 | 4055 | Pačuli – Patchouliöl | X | 147,- | 234,- | 469,- | 797,- |
| 91 | 4057 | Pepř černý – Pfefferöl schwarz | X | 203,- | 325,- | 650,- | 1105,- |
| 103 | 4099 | Pelargoniový – Geraniumöl (Egypt) | X | 174,- | 278,- | 555,- | 944,- |
| 103 | 4058 | Petržel listí – Petersilienblätteröl | X | 322,- | 512,- | 1029,- | 1749,- |
| 103 | 4059 | Pimentovník – Bayöl | X | 248,- | 397,- | 794,- | 1349,- |
| 103 | 4060 | Pomeranč – Orangenöl* | X | 49,- | 65,- | 130,- | 220,- |
| 104 | 4061 | Pomer. bez terpenu – Orang. tpa.* | X | 178,- | 285,- | 570,- | 969,- |
| 104 | 4062 | Pomeranč extra – Orang. extra* | X | 77,- | 124,- | 247,- | 420,- |
| 103 | 4063 | Pomerančové listí – Petitgrainöl | X | 119,- | 191,- | 382,- | 650,- |
| 104 | 4064 | Puškvorec – Kalmusöl | X | 173,- | 278,- | 555,- | 944,- |
| 104 | 4065 | Rozmarýn extra – Rosmarinöl | X | 114,- | 183,- | 366,- | 622,- |
| 105 | 4066 | Růžová palma – Palmarosaöl | X | 116,- | 185,- | 370,- | 629,- |
| 105 | 4067 | Růžové dřevo – Rosenholzöl | X | 220,- | 352,- | 704,- | 1198,- |
| 106 | 4069 | Saturejka horská – Bergbohnenkrautöl | X | 280,- | 448,- | 895,- | 1522,- |
| 106 | 4070 | Skořice kůra – Zimtrindenöl | X | 289,- | 463,- | 925,- | 1573,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | 5 ml A Kč | 10 ml B Kč | 20 ml C Kč | 50 ml D Kč | 100 ml E Kč |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 106 | 4071 | Skořicový – Zimtöl | X | 159,- | 255,- | 510,- | 866,- |
| 107 | 4072 | Smrk jehličí – Fichtennadelöl | X | 103,- | 165,- | 330,- | 565,- |
| 107 | 4073 | Spajk (levandulový) – Spiköl franz. | X | 170,- | 273,- | 545,- | 927,- |
| 107 | 4074 | Šalvěj lékařská – Salbeiöl | X | 183,- | 292,- | 585,- | 994,- |
| 107 | 4075 | Šalvěj muškátová – Muskat.-Salbei | X | 255,- | 408,- | 816,- | 1388,- |
| 108 | 4077 | Túje – Thujaöl | X | 108,- | 173,- | 346,- | 589,- |
| 108 | 4078 | Tymián červený – Thymianöl rot | X | 258,- | 412,- | 825,- | 1402,- |
| 108 | 4079 | Tymián světlý – Thymianöl hell | X | 99,- | 158,- | 317,- | 538,- |
| 109 | 4080 | Vavřín listí – Lorbeerblätteröl | X | 208,- | 332,- | 664,- | 1129,- |
| 109 | 4081 | Vetiver – Vetiveröl | X | 249,- | 399,- | 799,- | 1360,- |
| 109 | 4082 | Ylang-ylang – Ylang-Ylangöl | X | 170,- | 272,- | 544,- | 925,- |
| 109 | 4083 | Yzop – Ysopöl | X | 437,- | 699,- | 1399,- | 2379,- |
| 110 | 4084 | Zázvor – Ingweröl | X | 303,- | 485,- | 970,- | 1649,- |

*Jedná se o skupinu olejů, které mají oproti ostatním sníženou trvanlivost.
Proto u nich vyznačujeme záruční lhůtu 1 rok. Tyto éterické oleje je nutné skladovat v chladu.

### VANOČNÍ SMĚSI ETERICKYCH OLEJŮ

Sleva 7%

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 113 | 4301 | Vánoční čas – Weihnachtszeit | 123,- | 197,- | 393,- |
| 113 | 4302 | Vánoční dárek – Weihnachtsgeschenk | 119,- | 191,- | 381,- |
| 113 | 4303 | Vánoční koleda – Weihnachtslied | 162,- | 258,- | 516,- |
| 113 | 4304 | Vánoční pohádka – Weihnachtsmärchen | 225,- | 360,- | 720,- |
| 113 | 4305 | Vánoční sen – Weihnachtstraum | 149,- | 238,- | 475,- |
| 113 | 4306 | Vánoční večer – Weihnachtsabend | 125,- | 200,- | 401,- |
| N | 4307 | Vánoční vůně – Weihnachtsfest | 123,- | 197,- | 393,- |
| N | 4308 | Vánoční stromeček – Tannenbaum | 124,- | 198,- | 396,- |
| N | 4309 | Ježíšek – Christkind | 135,- | 216,- | 432,- |

### SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ SAUNA

Sleva 7%

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 112 | 4401 | Čínská sauna | 244,- | 391,- | 781,- |
| 112 | 4402 | Finská sauna | 194,- | 310,- | 619,- |
| 112 | 4404 | Horská sauna | 224,- | 358,- | 715,- |
| 112 | 4405 | Japonská sauna | 211,- | 337,- | 674,- |
| 112 | 4406 | Lesní sauna | 194,- | 310,- | 621,- |
| 112 | 4409 | Polární sauna | 272,- | 435,- | 869,- |
| 112 | 4412 | Ruská sauna | 207,- | 331,- | 662,- |
| 112 | 4410 | Sauna Relax | 209,- | 334,- | 668,- |

### EXKLUZIVNÍ OLEJE

Sleva 0%

| str. kat. | Kód zboží | | 1 ml M Kč | 5 ml A Kč | 10 ml B Kč | 20 ml C Kč | 50 ml D Kč |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 87 | 4085 | Angelika kořen – Angelikawurzelöl | 200,- | 789,- | 1262,- | 2019,- | 4037,- |
| 94 | 4086 | Heřmánek modrý – Kamilleöl blau | 114,- | 454,- | 727,- | 1163,- | 2325,- |
| 95 | 4087 | Jasmín absolue – Jasminöl | 360,- | 1441,- | 2305,- | 3688,- | 7376,- |
| 97 | 4037 | Kozlík – Baldrianöl | 101,- | 405,- | 648,- | 1037,- | 2074,- |
| 100 | 4088 | Meduňka lékař. – Melisseöl offic. | 377,- | 1508,- | 2413,- | 3861,- | 7721,- |
| 101 | 4089 | Mimóza absolue – Mimoseöl | 178,- | 713,- | 1141,- | 1826,- | 3652,- |
| 104 | 4090 | Pomerančové květy – Neroliöl | 407,- | 1629,- | 2606,- | 4169,- | 8337,- |
| 105 | 4091 | Růže – Roseöl | 795,- | 3179,- | 5087,- | 8139,- | 16278,- |
| 105 | 4092 | Řebříček – Schafgarbenöl | 172,- | 686,- | 1098,- | 1756,- | 3511,- |
| 106 | 4068 | Santálové dřevo – Sandelholzöl | 185,- | 741,- | 1186,- | 1897,- | 3794,- |
| 106 | 4093 | Slaměnka – Immortelleöl | 197,- | 789,- | 1262,- | 2019,- | 4037,- |
| 108 | 4094 | Vanilka absolue – Vanilleöl | 371,- | 1482,- | 2371,- | 3794,- | 7587,- |

### SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | 10 ml B Kč | 20 ml C Kč | 50 ml D Kč |
|---|---|---|---|---|---|
| 111 | 4201 | Afrodiziakální – Aphrodite | 145,- | 237,- | 474,- |
| 111 | 4206 | Antiinsekt – Antiinsekt | 133,- | 212,- | 424,- |
| 111 | 4208 | Antirauch – Antirauch | 146,- | 233,- | 465,- |
| 114 | 4202 | Aromeclima | 127,- | 203,- | 405,- |
| 111 | 4203 | Harmonie | 179,- | 286,- | 571,- |
| 111 | 4204 | Noc lásky – Liebesnacht | 276,- | 441,- | 881,- |
| 111 | 4212 | Relaxační – Relax | 245,- | 391,- | 782,- |
| 111 | 4213 | Senné květy – Heublume | 100,- | 161,- | 322,- |
| 111 | 4215 | Uvolňující – Entspannungsmischung | 124,- | 197,- | 394,- |
| 111 | 4214 | Ušlechtilé dřevo – Edelholz | 166,- | 265,- | 530,- |

### SPECIÁLNÍ SMĚSI ÉTERICKÝCH OLEJŮ

Sleva 7%

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 114 | 1201 | Candisan | 199,- | 320,- | 639,- |
| 114 | 4205 | Antischnärchen | 161,- | 257,- | 513,- |
| 114 | 4210 | Thymion | 179,- | 286,- | 572,- |
| 114 | 4207 | Antinikotin – Antinikotin (CZ patent č. 280420) | X | 278,- | X |
| 114 | 4209 | Candiöl | 196,- | 319,- | 638,- |

## Sluníčková sleva do 30. 6. se týká pouze označených preparátů Sleva 7%

### ROSTLINNÉ OLEJE

Sleva 7%

| str. kat. | Kód zboží | | 115 ml U Kč | 215 ml V Kč |
|---|---|---|---|---|
| 116 | 5001 | Arašídový olej – Erdnussöl | 93,- | 145,- |
| 116 | 5002 | Avokádový olej – Avocadoöl | 105,- | 164,- |
| 116 | 5003 | Brutnákový olej – Boretschöl | 479,- | 747,- |
| 117 | 5004 | Dýňový olej – Kürbiskernöl | 165,- | 258,- |
| 117 | 5005 | Jojobový olej – Jojobaöl (DPH 19%) | 119,- | 187,- |
| 118 | 5006 | Lněný olej – Leinöl | 81,- | 126,- |
| 118 | 5007 | Makadamiový olej – Macadamianussöl | 138,- | 216,- |
| 118 | 5008 | Makový olej – Mohnöl | 85,- | 132,- |
| 118 | 5009 | Mandlový olej – Mandelöl | 64,- | 101,- |
| 117 | 5022 | Olej z jader andské růže – Hagebuttekernöl | 295,- | 463,- |
| 117 | 5017 | Olej z jader hroznů – Traubenkernöl | 57,- | 89,- |
| 119 | 5019 | Olej z meruňkových pecek – Aprikosenkernöl | 123,- | 192,- |
| 120 | 5020 | Olej z pšeničných klíčků – Weizenkeimöl | 174,- | 273,- |
| 119 | 5010 | Olivový olej LZS – Olivenöl KGP | 92,- | 144,- |
| 119 | 5021 | Olej z vlašských ořechů LZS – Walnussöl KGP | 213,- | 334,- |
| 119 | 5023 | Olej z vlašských ořechů LZT – Walnussöl WGP | 81,- | 126,- |
| 120 | 5011 | Pupálkový olej – Nachtkerzenöl | 327,- | 512,- |
| 120 | 5012 | Ricinový olej – Rizinusöl (DPH 19%) | 77,- | 121,- |
| 120 | 5013 | Rýžový olej – Reiskeimöl | 86,- | 135,- |
| 121 | 5014 | Sezamový olej – Sesamöl | 61,- | 96,- |
| 121 | 5024 | Shea olej – Karité (Sheaöl) | 125,- | 195,- |
| 121 | 5015 | Slunečnicový olej LZS – Sonnenblumenöl KGP | 79,- | 122,- |
| 121 | 5030 | Sojový olej LZS – Sojaöl KGP | 78,- | 121,- |
| 121 | 5016 | Sojový olej LZT – Sojaöl WGP | × | 28,- |

### VITAMÍNY

Sleva 0%

| str. kat. | Kód zboží | | 20 ml C Kč | 50 ml D Kč | 115 ml U Kč | 215 ml V Kč |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 125 | 5101 | Lecitin super | 155,- | 310,- | 617,- | 967,- |
| 125 | 5102 | Panthenol (provitamin B5) | 39,- | 78,- | 155,- | 243,- |
| 125 | 5103 | Vitamín A | 161,- | 321,- | 628,- | 984,- |
| 125 | 5404 | Vitamín E | 139,- | 278,- | 551,- | 863,- |

### KOSMETICKÁ MÁSLA

Sleva 7%

| | | | 100 g E | 250 g A |
|---|---|---|---|---|
| 122 | 5025 | Mangové máslo – Mango-Butter | 202,- | 405,- |
| 122 | 5026 | Kakaové máslo – Kakao-Butter | 114,- | 227,- |
| 122 | 5029 | Shea-Butter (bambucké máslo) – Shea-Butter | 68,- | 108,- |

### ROSTLINNÉ OLEJOVÉ MACERATY

Sleva 7%

| | | | 115 ml | 215 ml |
|---|---|---|---|---|
| 123 | 5201 | Arnikový olej – Arnikaöl | 270,- | 422,- |
| 123 | 5202 | Kaštanový olej – Kastanienöl | 163,- | 257,- |
| 123 | 5203 | Měsíčkový olej – Calendulaöl | 187,- | 295,- |
| 124 | 5204 | Třezalkový olej S10 – Johanniskrautöl S10 | 173,- | 252,- |
| 123 | 5205 | Třezalkový olej W10 – Johanniskrautöl W10 | 373,- | 588,- |

### SPECIÁLNÍ PREPARÁTY

Sleva 7%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| N | 2731 E | Narbenöl (olej na jizvy) | 100 | 182,- |
| N | 2731 C | tester | 20 | 83,- |
| N | 1809 E | Depilol | 100 | 182,- |
| N | 1809 G | | 200 | 291,- |
| N | 1809 C | tester | 20 | 44,- |
| N | 2062 D | Body Salvia | 50 | 179,- |
| N | 2062 E | | 100 | 276,- |
| N | 2062 A | tester | 5 | 33,- |

### POTRAVINOVÉ DOPLŇKY

Sleva 0%

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 84 | 5105 | Vitamín C v prášku – 130g | 133,- | | | |
| 84 | 3001 | Eleutherococc extrakt – 100 ml | 163,- | | | |
| | | | 100 g Kč | 250 g Kč | 500 g Kč | 1000 g Kč |
| 84 | 3002 | Eleutherococc kořen | 69,- | 117,- | 198,- | 298,- |

### DOPLŇKY

Sleva 0%

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 72 | 9501 | Elektrická podložka masérská 1 Ks | 1088,- | |
| 56 | 9502 | Termorukavice 1 pár | 2200,- | včetně dvou krémů a sáčků |
| 56 | 9503 | Sáčky k termorukavicím 100 párů | 49,- | |

### PŘEVODNÍ TABULKA OBJEMŮ NA PÍSMENOVÝ KÓD

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | 5 ml | D | 50 ml | H | 250 ml | M | 1 ml | U | 115 ml |
| B | 10 ml | E | 100 ml | I | 500 ml | S | 35 ml | V | 215 ml |
| C | 20 ml | G | 200 ml | J | 1000 ml | T | 15 ml | Z | 30 ml |

*Preparáty označené „**N**“ jsou novinky, které nejsou uvedeny v katalogu.*

# AROMATERAPIE

## časopis pro zdraví a krásu č. 2/2008

VYDAVATEL A ADRESA REDAKCE:

Aromaterapie Karel Hadek s. r. o.
Předbranská 415
CZ–688 01 Uherský Brod
&
Cosmetic Karel Hadek
Waldstraße 12
D–92539 Schönsee

REDAKCE:

e-mail: casopis@karelhadek.eu
Karel Hadek, Lenka Hadek, Ing. Jana Lukešová,
Ing. Petra Bočková, Vlastimila Kolarčíková,
Michaela Švorcová

SOUTĚŽ

soutez@karelhadek.eu

INZERCE:

Eva Sedláčková
inzerce@karelhadek.eu

GRAFICKÁ ÚPRAVA:

Rodad–Reklama

FOTOGRAFIE:

Karel Hadek (titul, str. 3–30), Stanislav Nováček (2. a 4. str. obálky)

PŘÍJEM OBJEDNÁVEK:

Aromaterapie Karel Hadek
Předbranská 415
CZ–688 01 Uherský Brod

**Tel.:** +420 572 630 693
+420 572 630 694
**Fax:** +420 572 637 767
**Vodafone:** +420 775 714 232 a 775 107 345
**O2:** +420 607 714 232 a 721 104 412
**T-Mobile:** +420 732 653 465 a 739 785 411
**E-mail:** objednavky@karelhadek.eu
**Skype:** poradna@karelhadek.eu
**ICQ:** 469-930-660

**CZ:** info@karelhadek.eu
**D:** KarelHadek@karelhadek.eu
**Skype:** aromaterapie.karel.hadek
**www.**karelhadek.eu

PORADNA:

**Tel.:** +420 607 222 313
**E-mail:** poradna@karelhadek.eu

**Reklamace:** reklamace@karelhadek.eu



*Publikované články nemusí vyjadřovat názor či stanovisko vydavatele časopisu.*
*Za obsah otištěných článků plně odpovídají jejich autoři.*
***Všechny články, fotografie a kresby otištěné v tomto vydání časopisu Aromaterapie Karel Hadek jsou majetkem firmy Aromaterapie Karel Hadek s. r. o.***
***Jejich další používání a šíření, byť jen jejich části bez svolení vydavatele není povoleno.***
*Nevyžádané příspěvky a fotografie se nevracejí.*

V případě zájmu o bezplatnou, nekomerční inzerci v časopise zasílejte své inzeráty na adresu firmy.

AROMATERAPIE® Karel Hadek

Aromaterapie Karel Hadek s. r. o.
Předbranská 415
688 01 Uherský Brod

OP

P. P.
06814-00115/2006
688 01 Uherský Brod 1