

جميلة الجميالك
Nefertari

100% Natural Hand Made Body Care Products

دليل نفرتارى
للزيوت العطرية

sales@nefertaribodycare.com - www.nefertaribodycare.com

جميلة الجميالك
Nefertari

100% Natural Hand Made Body Care Products

Nefertari's Body Care Guide to
Essential oils

sales@nefertaribodycare.com - www.nefertaribodycare.com

What are Essential oils?

These concentrated essences extracted from plants which have been valued throughout history for their therapeutic properties. Essential Oils are highly concentrated and may cause skin irritation if directly applied to skin. Therefore, all essential oils must always be diluted in Carrier oils before application on the skin.

What are Carrier Oils?

Carrier oils can be used alone, or used to dilute essential oils for use in aromatherapy massage, cosmetics or in a fragrant bath. They include but not limited to Sweet almond oil, Sesame oil, Avocado oil, Jojoba, Wheat germ oil, Sunflower oil ... etc.



Storage of Essential oils

Essential oils are highly volatile and evaporate easily. As heat, air and light affect them, they should be kept in dark glass bottles in normal to cool temperatures.

Storage guidelines

Store oils in dark glass bottles in a cool, dark place with the lids tightly secured to prevent evaporation.
Label bottles with the oils, dilution and expiry dates.
Essential oils are flammable, so keep them away from naked flames.
Store out of the reach of children.



ما هي الزيوت العطرية ؟

الزيوت العطرية تستخلص من النباتات والزهور بتركيز عالي و المعروفة على مر الأزمان و العصور بصفتها العلاجية لبعض الأمراض. الزيوت العطرية مركزة جداً وقد تسبب الحروق و البقع إذا وضعت بدون تخفيف على الجلد مباشرة لذلك يجب تخفيف جميع الزيوت العطرية بزيوت أخرى ثابتة أو حاملة قبل استعمالها على الجلد.

ما هي الزيوت الثابتة أو الحاملة ؟

هي زيوت من الممكن استخدامها على الجلد مباشرة بدون تخفيف كما من الممكن خلطها بالزيوت العطرية المختلفة كما في الأروماثيرابي و المساج و هي مستحضرات التجميل في الحمامات المعطرة وهي تشمل زيت اللوز الحلو، زيت السمسم، زيت الخروع، زيت الأفوكادو، زيت جنين القمح، زيت جنين الرز، زيت بذرة عباد الشمس، زيت الزيتون، زيت بذور الكتان و زيت الجوجوبا.



طريقة حفظ الزيوت العطرية

الزيوت العطرية تتطاير بسهولة كما أن الحرارة والضوء تؤثر بها سلباً لذلك يجب حفظهم في زجاجات داكنة تحت درجة حرارة معتدلة بعيداً عن الضوء المباشر و مصادر الحرارة.

طريقة تخزين الزيوت العطرية

- تحفظ في عبوات من الزجاج الداكن أو الألومنيوم في مكان بارد مظلم و تغلق بأحكام لمنع التطاير أو التبخر.
- يجب وضع ملصقات على العبوات تحتوى على اسم الزيت، درجة تخفيفه، تاريخ إنتهاء الصلاحية و كيفية الاستخدام.
- جميع الزيوت العطرية قابلة للاشتعال لذا يجب حفظهم بعيداً عن مصادر النار أو الحرارة المباشرة و المرتفعة، يجب أن تحفظ بعيداً عن متناول الأطفال.



الإحتياطات الأمنية :

- لا توضع الزيوت العطرية بدون تخفيف مباشرة على الجلد يجب تخفيف جميع الزيوت العطرية بزيوت أخرى حاملة قبل استعمالها على الجلد. والاستثناء الوحيد هو زيت الافندر وزيت شجرة الشاي واللذان يوضعان مباشرة على الجروح البسيطة والالتهابات.
- لا تؤخذ الزيوت العطرية عن طريق الفم اطلاقا الا بامر الطبيب.
- يجب غسل اليدين بالماء والصابون جيدا بعد الاستعمال و عدم لمس العينين او أى جزء من الجسم. فى حالة دخوله العينين يجب غسل العينين بالماء عدة مرات.
- فى حالة الحمل او الرضاعة استشرى طبيبك قبل استعمال أى من الزيوت العطرية حيث انه يجب الابتعاد نهائيا عن استعمال بعض الزيوت العطرية. من الممكن استخدام تركيزات قليلة (ارجعى الى دليل التركيزات) من بعض الزيوت مثل زيت الكاموميل، زيوت الفواكه الحمضية، زيت لبان البخور، زيت العتر، زيت زهرة الافندر، زيت خشب الصندل و زيت الورد.
- إذا كنت مصابة بمرض السرع برجاء استشارة الطبيب المعالج قبل استعمال الزيوت العطرية. ويجب قراءة التحذيرات المكتوبة على الزيوت قبل استخدامها حيث ان بعض الزيوت منبهة.
- استخدمى تركيزات منخفضة للأطفال و ذوات البشرة الحساسة (ارجعى الى دليل التركيزات).
- الزيوت العطرية للفواكه تزيد من الحساسية الضوئية (ضد ضوء الشمس) تجنبى أخذ حمامات شمس لمدة 6 ساعات بعد استخدام زيت الليمون او زيت البرتقال العطرى او زيوت من هذه المجموعة.
- زيت الفول السوداني قد يسبب الحساسية لبعض الناس و لذا يجب استخدامه بحرص.
- الزيوت العطرية لا تستخدم على الوجه و العينين اطلاقا. الزيوت الحاملة فقط هى التى تستخدم على الوجه.
- عند استخدام الزيت فى الفواحاح يجب إضافة 10 سم ماء ثم 1 سم من الزيت العطرى ولا يوضع الزيت العطرى مطلقا بدون ماء لتجنب إحراق الزيت وتفحمه.
- احفظ الزيوت العطرية بعيدا عن متناول الأطفال.

Safety Precautions

- Do not apply essential oils directly to the skin. They should first be mixed with carrier oils. The only exception is spot application of one drop of lavender or tea tree oil with a cotton bud on stings, spots or cuts.
- Never take essential oils internally unless prescribed by your doctor.
- Do not rub your eyes after using essential oils, if oils gets in the eye, rinse at once with cool water.
- During pregnancy, consult a doctor and qualified aroma therapist as some oils should be completely avoided, use low dilutions (see blinding guide) of gentle oils such as chamomile, citrus oils, frankincense, geranium, lavender, sandalwood and rose.
- If you suffer from epilepsy consult a doctor before using essential oils, check the cautions of each oil before use, as some are stimulants.
- Use low dilutions for young children and for sensitive skin (see blinding guide).
- Citrus oils increase sensitivity to the sun (photosensitivity) so make sure to avoid sun and sun beds for six hours after use of lemon oil, orange oil and other citrus oils.
- Peanut oil may cause skin allergy to some people, use with precautions.
- Essential oils are never to be applied on the face or the eye area. Only carrier oils can be applied on the face.
- If using an oil simmer, always add 10 cm of water to 1 cm of essential oil. Never but oil directly without water to avoid charring of the oil and dangerous burned fumes.
- Keep essential oils away from children.

طرق الخلط

التركيز العادى :

- ضعى 5 نقاط من الزيت العطرى على 20 مللى من الزيت الحامل.
- التركيز الخفيف: المستخدم للبشرة الحساسة و للحوامل و الأطفال
- 2 نقاط من الزيت العطرى على 20 مللى من الزيت الحامل.
- التركيز الخفيف جدا: المستخدم لذوات البشرة الحساسة و الأطفال
- نقطة واحدة من الزيت العطرى على 20 مللى من زيت اللوز الحلو.

Blending Guide

Normal dilution:

5 drops essential oil per 20 ml carrier oil

Low dilution: (for sensitive skin and for use during pregnancy)

3 drops essential oil per 20 ml carrier oil

Extremely low dilution: (for very sensitive skin, children & babies)

Use just one drop essential oil per 20 ml carrier oil, or use sweet almond oil by itself with out adding any essential oil.



Skin Condition	Sandal wood	Geranium	Lavender	Rose	Bergamot	Jasmine	Ylang Ylang	Lemon	Patchouli	Peppermint
Dry-Chapped Skin	✓	✓	✓	✓						
Oily Skin- Acne	✓				✓		✓	✓	✓	
Blackheads								✓		✓
Sensitive Skin				✓						
Mature Skin- Cell Degeneration	✓	✓	✓	✓						
Facial Lines										
Skin Dehydration										
Athlete's Foot			✓						✓	
Stretch Marks			✓							
Relaxation	✓		✓				✓			
Refreshing								✓		✓
Perfume Base	✓					✓				
Antiseptic					✓			✓	✓	
Skin Vitality				✓						
Skin Tonic								✓		✓
Hair Tonic							✓			
Circulation				✓	✓					
Mosquito repellent										

Frankincense	Tea Tree	Eucalyptus	Neroli	Orange	Chamomile	Myrrh	Cypress	Lemon Grass	Rosemary	نوع البشرة
			✓		✓					البشرة الجافة المتشققة
										البشرة الدهنية - حب الشباب
										النقطة السوداء
			✓		✓					البشرة الحساسة
✓			✓			✓	✓			البشرة الناضجة
✓			✓							التجاعيد
										جفاف البشرة
	✓									القدم الرياضية
			✓							خطوط الجلد
			✓		✓					الإسترخاء
				✓				✓		لإنتعاش البشرة
✓										معطر الجسم
					✓			✓		مطهر قاتل للبكتريا
				✓						لحيوية البشرة
				✓					✓	تونيك للبشرة
			✓						✓	تونيك للشعر
										الدورة الدموية
								✓		طارده التاموس