

DRUHÝ OLEJŮ

Oleje v přírodní kosmetice se těší mimořádné oblibě. Jde o přípravky, které jsou vyrobeny na čistě přírodní bázi, bez použití barviv, umělých či konzervačních složek, proto jsou maximálně šetrné i k citlivé pokožce. Proč jsou tak vzácné? Díky technologii lisování za studena v nich zůstávají bez tepelné újmy zachovány všechny vitamíny i minerály. Můžete se tak spolehnout, že do pleti se vstřebají jen kvalitní živiny. Kvalitní oleje zajistí vaši pleti svěží vzhled a zanechají pocit vláčnosti. Tenká ochranná vrstva, kterou po nanesení vytvářejí na pleti, účinně odráží škodlivé vlivy okolí. Správně vybraný olej pro váš typ pleti nezanechává pocit mastnoty.

Arganový olej

Arganovému oleji se díky mnoha jeho kosmetickým výhodám přezdívá „tekuté nebo marocké zlato“. Patří k nejluxusnějším a také nejdražším olejům.

Arganový olej je plný vitamínu E, esenciálních mastných kyselin a bílkovin. Arganový olej má svůj původ v Maroku, kde se získává ze semen plodů arganového stromu. Olej (pro kosmetické účely) se získává lisováním za studena, tedy jsou v něm zachovány všechny důležité vitamíny, minerály a další cenné látky. Protože ruční výroba arganového oleje je poměrně náročná na práci i čas – na získání jednoho litru arganového oleje třeba pár desítek kilogramů plodů – , patří tento olej k finančně náročnějším. Vitamin E v arganovém oleji je základním kamenem dobrého zdraví pokožky. Kromě vitamínu E obsahuje arganový olej nenasycené mastné kyseliny, karotenoidy a další látky, které mají blahodárné účinky na naši pokožku, vlasy či nehty. Podporuje tvorbu kolagenu a elastinu, zlepšuje pevnost a pružnost pleti a pomáhá redukovat vrásky.

Hodí se téměř na všechny typy pleti, zejména pak na suchou a zralou, uplatní se ale i ve vlasové péči. Vtírá se po umytí do konečků vlhkých vlasů. Kvalitní arganový olej se dobře vstřebává a nezanechává pleť mastnou.

Kokosový olej

Kokosový olej je v podstatě takový malý všestranný zázrak, má protizánětlivé účinky a je složen z kyselin, které působí jako přírodní antimykotikum a antivirotikum. Je to kyselina laurová, která mimo jiné chrání imunitní systém proti virům a infekcím, dále kyselina kaprinová, kaprylová a myristová. Tyto kyseliny v kokosovém oleji napomáhají ničit kvasinky a plísně. Vyhovuje spíše sušší pokožce, uplatní se v péči o celé tělo. Jako u všech olejů, i zde je vhodné olej použít na vlhkou pokožku, případně lze i do koupele. Kokosový olej dále ošetřuje nehtová lůžka, vyschlou pokožku na loktech, kolenou nebo patách, je účinný proti striím a pomáhá při léčbě některých druhů ekzému. Má vysoký obsah přírodních látek – antioxidantů, které v podobě vitamínů A, C a E zabraňují stárnutí pokožky. Velmi dobře se hodí také na čištění zubů nebo tzv. oil pulling.

Oil pulling je alternativní terapeutická metoda, při které po určitou dobu převalujete bez polknutí v puse malé množství kokosového oleje (lžička až lžíce), které následně vyplivnete. Je to podobné jako s ústní vodou, ale trvá řádově i několik minut. Tento proces má pomáhat ozdravit mikroflóru ústní dutiny a podporuje detoxikační procesy.

Mandlový olej

Mandlový olej má široké využití v péči o pleť, vlasy a nehty. Rozjasňuje pleť, nemastí ji, rychle se vstřebává a neucpává póry. Nevyvolává alergické reakce, proto pokud vám dělá problém olej z vlašských ořechů, můžete zkusit mandlový olej. Mandlový olej je svým složením velmi blízký lidské pokožce, proto je dobře snášený. Mandlový olej obsahuje celou

řadu účinných látek, zejména vitaminy A, E, F, minerální látky – draslík, vápník, hořčík, fosfor, síru, kyselinu olejovou a palmitovou, glycerin. Nejvíce je v oleji zastoupen vitamin E, který je znám svými antioxidačními účinky a omlazujícím efektem.

Olivový olej

Nejen konzumace olivového oleje pomáhá proti stárnutí, ale také použití v přírodní kosmetice přispívá k udržení kondice vaší pleti, pokožky a vlasů. Pokud byla vaše pleť dlouho vystavena nepříznivým vlivům – slunce, vítr, nízké teploty, nebo kdykoli se vám zdá vaše pleť suchá, jednoduše vmasírujte malé množství olivového oleje do vlhké pokožky obličeje a krku použitím malých krouživých pohybů. Pokud míváte často suché ruce, vmasírujte do nich před spaním olivový olej, natáhněte si bavlněné rukavice a takto jděte spát. Totéž lze provést u suché kůže chodidel, jen rukavice vyměňte za ponožky. Olivový olej je dobrou volbou zejména pro alergiky a je častou složkou v přírodních krémech a balzámech pro osoby s citlivou pleť.

Jojobový olej

Jojobový olej je unikátní tím, že jeho struktura je téměř identická s naším kožním mazem, který chrání pokožku celého těla. Pokud se tato ochranná vrstva naruší, pleť je citlivá, vysušená a dochází k zánětům, ekzémům a jiným afektům na pokožce. Jojobový olej se dobře vstřebává, je vhodný pro všechny typy pleti a doporučuje se i na regulaci tvorby kožního mazu.

Olej z hroznových jadérek

Tento olej je velmi lehký, skvěle hydratuje a regeneruje pokožku obličeje i těla, zmírňuje záněty, pomáhá v boji s vyrážkou a pomocí antioxidantů





zpomaluje stárnutí pokožky. Olej z hroznových jadérek obsahuje esenciální mastné kyseliny (např. kyselinu linolovou), jejichž nedostatek může způsobovat zejména vysoušení pokožky. V případě mastnější pleťi je schopen zaručit potřebnou hydrataci bez ucpávání pórů. V hroznovém oleji je velké množství sloučenin nazývaných oligomery proantocyanidiny – OPC. OPC jsou známé jako chemické flavonoidy a polyfenoly. Antioxidační účinky těchto látek snižují riziko aterosklerózy a rakoviny a podporují zdraví očí. Účinně ovlivňuje množství cholesterolu v krvi. U mužů příznivě působí na prostatu a potenci, u žen zmírňuje nepříjemné pocity při menopauze, tedy je vhodný nejen pro vnější použití, ale i vnitřně.

Šípkový olej

Šípkový olej patří v rámci péče o pokožku k těm opravdu luxusním a komplexním. Vyrábí se tradičně ze semen divoké růže z Chile, případně i z dalších druhů divoké růže, například druhu Rosa Canina, který je rozšířený i v Evropě. Tradičně se ale za nejluxusnější považují oleje právě z šípkové růže z Chile. Kvalitní šípkový olej by měl být lisovaný za studena ze semínek šípků, někteří výrobci však lisují i celé šípky, čímž složení oleje získává další benefity.

Šípkový olej obsahuje směs cenných nasycených a nenasycených mastných kyselin, mezi které patří např. kyselina jablečná, citronová, sílice, karoten a tokoferoly. Šípkový olej ocení zejména ženy se zralou a suchou pleťí, navrácí pleti vitalitu, zlepšuje elasticitu pokožky a dokáže také pomoci v boji proti pigmentovým skvrnám. Lze jej aplikovat také na jizvy a strie. Zmírňuje podráždění a reguluje činnost tukových a potních žláz. U velmi silného oleje ze semen může ojediněle vzniknout u citlivých jedinců alergická reakce. Pokud pocítíte otok, začervenání či svědění, olej dále raději nepoužívejte

Brutnákový olej

Olej z brutnáku, užívaný orálně i lokálně, je používán ke zlepšení zá-
nětlivých stavů kůže, včetně seborhoické dermatitidy, psoriázy, ekzému,
a dokonce i akné. Je to jeden z nejdůležitějších přínosů oleje z brut-
náku. Zdravá kůže potřebuje dostatečné množství lipidů. Jsou potřeba
pro její vlhkost, pružnost a hladkost, stejně jako pro prevenci kožních
poruch. Nejdůležitějšími polynenasycenými mastnými kyselinami pro
udržení zdravé pokožky a pro zmírnění kožních poruch jsou esenciální
mastné kyseliny omega-6 rodiny, jmenovitě GLA. Když kůže není schop-
na produkovat dostatečné množství ochranných olejů nebo lipidů, vede
to k dysregulaci imunitního systému a k zánětu, který vyvolá ekzém.
Brutnákový olej může být přínosný také v terapii parodontitidy (zánětu
dásní).

Marula olej

Pochází z Afriky, konkrétně z tzv. sloního stromu. Na tomto stromě ros-
tou žluté plody velikosti golfového míčku (v těchto plodech se nachází
osmkrát více vitamínu C než v pomerančích). Jsou velkou pochoutkou
pro slony – proto název sloní strom. Uvnitř plodu se nacházejí semena,
jejichž lisováním za studena vzniká marulový olej. Olej je bohatý na an-
tioxidanty a mononenasyčené mastné kyseliny. Tento olej je vhodný pro
všechny typy pleti. Nezanechává mastný pocit, bojuje proti vráskám,
zarudnutí pleti a je vhodný například na jizvičky po akné. Olej z marul
nemá žádnou specifickou vůni, patří však k univerzálně použitelným
olejům.

Olej ze sezamových semínek

Olej ze sezamových semínek má regenerační účinky, zabraňuje předčas-
nému stárnutí pokožky. Sezamový olej se nepoužívá pouze pro dospěl-
é osoby, ale jeho využití najdeme i v dětské kosmetice. Sezamový olej

můžete použít i na sliznice nosu, uší, v okolí očí, na různé druhy poranění, popálenin, proleženin, otlaků, při ekzému, lupénce a zejména jako olej masážní. Opatrné musí být osoby s alergií na ořechy, sezam patří mezi časté alergeny.

Olej z kamélie japonské

Tento olej se lisuje ze semen kamélie japonské. Obsahuje vitamíny A, B a E, minerály jako zinek, kalcium, železo, mangan a hořčík. Obsahuje i velmi důležitý přírodní skvalen, který zabraňuje předčasnému stárnutí pokožky. Hydratuje do hlubších vrstev pokožky, vyrovnává pH pokožky a tím napomáhá obnovovat její přírodní ochranný film. Obsahuje vysoký podíl omega-9-nenasycených mastných kyselin, což v praxi znamená, že se rychle vstřebává, vyhlazuje suchou, šupinatou pokožku, pomáhá se zarudnutím a pigmentovými skvrnami. Pomáhá eliminovat i starší jizvy a je vhodný jako prevence strií.

Velkým plusem tohoto oleje, kromě antiaging efektu, je jeho výborná snášenlivost i v citlivé oblasti kolem očí a je tedy skvělý na odlíčení nebo jako péče o oční okolí.



Kaméliový olej je velice lehký, nezanáší póry a může se použít i v péči o pleť problematickou se sklony k akné.

Olej z granátového jablka

Extra panenský, organický, za studena lisovaný olej z granátových jablek je směs olejů ze semen granátového jablka z vybraných odrůd granátových jablek po celém světě. Míchání oleje z různých zdrojů zajišťuje optimální rovnováhu vzácných mastných kyselin. Olej z granátového jablka je unikátní přírodní produkt. Je jedním ze šesti olejů, které obsahují konjugované mastné kyseliny. V kosmetickém průmyslu je používán jako antiaging složka. Olej z granátového jablka má další významné bioaktivní látky. Je nejbohatším známým zdrojem rostlinných fytoestrogenů s pozitivním vlivem na hormonální rovnováhu. Olej změkčuje pokožku, ochraňuje, vyživuje a posiluje epidermis. Zlepšuje hustotu elastinových vláken v pokožce. Skvěle se hodí do kompozic přírodních krémů a tělových mlék, je účinný již v 10% koncentraci.

