

## Tea tree oil και αντίο φάρμακα

[/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Γνωστό εδώ και χιλιάδες χρόνια ως φυσικό αντιφλεγμονώδες από τους Αβοριγίνες ιθαγενείς της Αυστραλίας, το έλαιο τειόδεντρου (tea tree oil) είναι περιζήτητο για την καταπολέμηση των φλεγμονών, των μολύνσεων και την ενίσχυση του ανοσοποιητικού.

Το tea tree oil απαγορεύεται να το πιείτε, αλλά μπορείτε να το χρησιμοποιήσετε τοπικά σε πολλές περιπτώσεις:

**Για τα ελαφρά κοψίματα και τις πληγές.** Ρίξτε λίγες σταγόνες ελαίου σε ένα βαμβάκι και απλώστε κατευθείαν στην πληγή.

**Για την ακμή και τα σπυράκια,** πλύνετε το πρόσωπό σας με λίγες σταγόνες ελαίου μαζί με το καθαριστικό σας σαπούνι.

**Για την καταπολέμηση των αλλεργιών,** κάντε μασάζ με το λάδι στο στήθος, στην κοιλιά ή στην περιοχή της πατούσας.

**Για την αρθρίτιδα.** Κάντε απαλό μασάζ στην πάσχουσα περιοχή με το λάδι.

**Για τις μυκητιάσεις των νυχιών ή των δαχτύλων.** Κάντε μασάζ κατευθείαν στο σημείο της μόλυνσης ή ρίξτε λίγες σταγόνες ελαίου σε ένα κουβά με χλιαρό νερό και μουλιάστε την περιοχή.

**Για τον βήχα και τη βρογχίτιδα.** Βράστε νερό με 3-4 σταγόνες tea tree oil και

πάρτε βαθιές εισπνοές (όπως και με τον ευκάλυπτο).

**Για τη χαλάρωση και τόνωση του σώματος,** κάντε μασάζ σε όλο το σώμα με το συγκεκριμένο έλαιο.

**Πηγή:** [myfit.gr](http://myfit.gr)