**Консультация для родителей**

**Подготовила:**

**Воспитатель Раханская С.Э.**

**Ароматерапия для детей.**

 Ароматерапия представляет собой лечение с использованием различных запахов. Эти запахи, или ароматы в виде эфирных масел различных растений. Эфирные масла применяются не только для того, чтобы лечить уже развившуюся болезнь, но и в качестве профилактического средства от различных бактерий и вирусов.

**Основные правила детской ароматерапии:**

* **Используйте только натуральные масла.**
* Учитывайте индивидуальные запросы и особенности вашего ребенка.
* **Используйте аромамасла только в микродозах.**
* Ароматерапия дает эффект только в случае **продолжительного и поэтапного применения.** **Соблюдение всех правил сделает ароматерапию эффективным методом для помощи при различных детских недугах, окажет гармонизирующий эффект на весь организм ребенка в целом. И в отличие от многих медицинских средств, ароматерапевтические лечебные составы очень приятны в применении и понравятся детям.**

Дети - чувствительные и впечатлительные натуры, воспринимающие действие ароматерапии без всякого предубеждения, поэтому их реакция на эфирные масла всегда положительна.

### Помощь при различных детских недомоганиях.

### Укусы насекомых.

1. Лаванда 1 капля + ромашка 1 капля или
2) Чайное дерево 2 капли растворить в одной чайной ложке растительного масла, смазывать место укуса 3-4 раза в день.

### Ячмень.

В одной десертной ложке теплой воды растворить 1 каплю ромашки. Примочки 3 раза в день при закрытых глазах.

### Простуда (для детей после 6 лет).

Эвкалипт 2 капли + чайное дерево 1 капля + лаванда 2 капли растворить в чайной ложке растительного масла. Массаж спины и грудной клетки.

### Озноб, жар (для детей после 6 лет).

Эвкалипт 2 капли + лаванда 2 капли + чайное дерево 1 капля растворить в 1 десертной ложке растительного масла. Смазывать область шеи, миндалин, локтевых и коленных суставов и паховой области 1-2 раза в день.

### Сухой кашель (детям после 6 лет)

Ингаляция - ромашка 1 капля + эвкалипт 1 капля на 1 литр горячей, но не кипящей воды. Ингаляции в течение 10 минут, при закрытых глазах, один раз в день. Дышать через рот.
Массаж грудной клетки и шеи на ночь - чайное дерево 1 капля + эвкалипт 2 капли + лаванда 2 капли на 1 столовую ложку растительного масла.

### Влажный кашель с мокротой (детям после 6 лет).

Ингаляция - чайное дерево 1 капля + эвкалипт 1 капля на 1 литр горячей, но не кипящей воды. Ингаляции в течение 10 минут, при закрытых глазах, один раз в день. Дышать через рот. Массаж грудной клетки и шеи на ночь - чайное дерево 1 капля + эвкалипт 2 капли + лаванда 2 капли на 1 столовую ложку растительного масла.

### Грипп - ароматизация помещений.

Чайное дерево 4 капли + эвкалипт 2 капли + чабрец 2 капли - одноразовая заправка аромалампы. Ароматизация помещения проводится с целью дезинфекции два раза в день.

**Соблюдение всех правил сделает ароматерапию эффективным методом для помощи при различных детских недугах, окажет гармонизирующий эффект на весь организм ребенка в целом.**