

Hé jij!

Dit document is met heel veel zorg en aandacht samengesteld door onze upline Hellen Venix van Oilmania, vervolgens heb ik wat kleine aanpassingen doorgevoerd en mijn eigen opmaak erop gezet. Het is bedoeld voor eigen gebruik en mag niet openbaar gedeeld worden.

Je kan dit document gebruiken als een indicatie voor het behandelen van je paard of hond, maar vervangt uiteraard nooit het advies van een dierenarts. Het gebruik van de oliën is als ondersteunend bedoeld.

Ik raad je aan om bij het gebruik van de oliën altijd heel dicht bij je eigen gevoel te blijven en ook je eigen research te doen over het gebruik van de essentiële oliën. Er zijn heel veel goeie boeken beschikbaar. Een deel daarvan kun je vinden in mijn boekenlijst die ik voor je heb opgesteld in de online leeromgeving.

Mocht je twijfelen of vragen hebben dan weet je mij te vinden.

Liefs Marieke

Disclaimer

De adviezen die hier gegeven worden zijn niet bedoeld om medisch handelen te vervangen.

De adviezen worden gegeven voor uitsluitend doTERRA essentiële oliën.

Gebruik van het startpakket (Home essentials en Family essentials)

Peppermint – houdt ze bij de les, koelt af (bij koorts en training en heet weer), bij overbelaste spieren, ondersteuning spijsvertering

Lavender – kalmerend, ontkrampend, tegen allergie, brandwonden. Herstel van huidwonden, bij stress en jeuk

On guard – bij virus en verkoudheden, anti viraal, ontstekingsremmend, immuun versterkend

Frankincense – cel herstellend, littekens, melanomen, tumoren, infecties, wondjes, wratten i.c.m. oregano

Air – opent de luchtwegen, slijmoplossend, bij astma, benauwdheid, dampigheid, verkoudheid, hoesten

Lemon – herstel van elektrolyten balans, ondersteuning lever. Rustige afkoeling bij koorts, doorbloeding, gifstoffen verwijderen, kriebelhoest, infecties

Deep blue – pijnstillend bij spierproblemen en gewrichtsproblemen, bij artrose en reuma, ontstekingsremmer, spierbevangenheid, sprongproblemen, peesblessures

Melaleuca – tegen schimmel, tegen insecten, ringworm, hoefschimmel, mok, rotstraal, luizen, regenschurft.

Oregano – darmparasieten, hoefschimmel, infecties, parasieten, ringworm, mijten

Zengest – darmproblemen, spijsvertering, koliek, verstopping, parasieten

Verschillende manieren van gebruik die je kunt inzetten

Aromatisch

- In diffuser op stal
- Vernevelen in de buurt van het paard of ligplaats hond
- Op de randen van de box druppelen of verdund met water op de stalwand spuiten
- Via handen verspreiden in de buurt van neus, vacht of staart

Topisch

- Lokaal aanbrengen op plek van klacht
- Op de boeg 1 druppel aanbrengen
- Bij staartwortel 1 druppel aanbrengen
- Via handen smeren op buitenkant oren
- Bij honden verdund onder voetzolen

Inwendig

- 1 druppel op koek, brood, met honing oid
- Controleer per olie of deze inwendig gebruikt mag worden



Gewicht hond	Verdunning
0-10 kg	75%
11-20 kg	50%
21-35 kg	50% verdunning
36-40 kg	25-50% verdunning
41-65 kg	25% verdunning
65 en meer	0-25 % verdunning

Abces	1. Mengsel van bergamot en lavender. 3x daags lokaal aanbrengen 2. Lavender, lemon en myrrh. Lokaal aanbrengen 3. Bergamot, clove, lavender, oregano, thyme
Ademhalingsproblemen	Air, eucalyptus, peppermint, Siberian fir, cinnamon Recept: 5 druppels eucalyptus, 8 dr frankincense en 6 dr lemon. Op 30 ml basis olie. Aanbrengen op de borststreek
Ademhalingsproblemen	Combineer 5 dr eucalyptus, 8 dr frankincense en 6 dr lemon. Voeg 30 ml kokosolie toe en breng aan als kompres op de borst.
Aderontsteking	lemon
Allergieën	Lavender, thyme, eucalyptus, roman Roman chamomille 1. Lavender, melaleuca, lemon, peppermint. Gelijke hoeveelheden mengen. Lokaal aanbrengen
Angst	Frankincense of lavender
Angst	20 dr lavender, 10 dr petitgrain, 5 dr clary sage, 5 dr vetiver. Spray het in de buurt van je paard of op zijn borst zodra er sprake is van stress
Angstige onrust	Vetiver. Inmasseren bij de staartwortel
Anti viraal	Helichrysum, melaleuca, clove, On guard, melissa, Air
Apathie	lemongrass
Arteriosclerose	Lemon, juniper berry, marjoram, rosemary,
Artritis	Vetiver. 1 dr op gewrichten inmasseren Wintergreen of frankincense Deep blue
Arthritis / stijve spieren	1. Voeg 1-3 ml. black pepper toe aan 100 gram Kokosolie of Sheabutter en masseer hiermee dagelijks de pijnlijke plekken. 2. Wintergreen, dagelijks op bekken aanbrengen 3. Deep blue lokaal aanbrengen
Astma	eucalyptus, frankincense, peppermint, thyme, Air
Bacteriële infectie	On guard, melaleuca, thyme, cinnamon, peppermint, zendocrine, lemon, eucalyptus
Bekkenklachten	Ginger, geranium, clove
Bijnieruitputting	Cheer, zendocrine 1. Mengsel maken van 6 druppels basil, 6 druppels lavender en 6 druppels bergamot. Aanvullen met basisolie tot 10 ml. Dagelijks 2x aanbrengen op nierstreek
Blauwe plekken	1. Cinnamon en clary sage op basis olie (goed verdunnen!) 2. Roman chamomille lavender en venkel 3. Deep blue lokaal aanbrengen

Bloedarmoede	Lemon, thyme, Roman chamomille
Bloedsomloop, Stimuleren	1. Lemon, juniper berry, cypress of 2. Black pepper, rosemary, cypress. 1 dr op boeg, 1 dr op staartbeen
Bloedstelpend	Helichrysum, geranium, lemon, cypress, eucalyptus, myrrh
Bloedstolsel in aderen	1 dr cypress en 1 dr helichrysum topisch aanbrengen
Bloeduitstorting	helichrysum
Botletsel	Wintergreen, ginger
Brandwonden	Lavender puur aanbrengen. Herhalen iedere tien minuten tot de brand weg is
Brokkelige hoeven	Juniper berry. De kroonrand masseren met 1 druppel per dag
Concentratie probleem	In Tune
Slechte concentratie	peppermint
Concentratie wedstrijd	1 dr lemon op de boeg
Conditie verbeteren	Bv na ziekte of na de winter. lemon. 1 dr op de boeg en inhaleren
Cushing	Clary sage, Clary calm, zendocrine, supplementen
Cushing	Bergamot, geranium, basil. Mengen en 3x daags 2 dr aanbrengen op nierstreek
Dampigheid	Air of eucalyptus, beide uitwendig door druppel op boeg te doen of in de omgeving van het paard in diffuser te verdampen
Darminfectie	Basil, bergamot, lemon, geranium, hysop, Helichrysum, cajeput, roman chamomille, lavender, mirte, peppermint, rosemary, melaleuca, Thyme.
Dermatitis	Melaleuca
Diarree	7 dagen iedere dag 1 dr op een blokje geven: digest zen
Doorbloedingsproblemen koude benen	Rosemary of cypress. lokaal aanbrengen
Droes	Black pepper, geranium en oregano lokaal verdund aanbrengen
Eenzaamheid	Cheer
Eetlust, gebrek aan	Anijs, bergamot, lemon, ginger, hysop, coriander, oregano, black pepper, clary sage, fennel
Emotionele verharding	Geranium uitwendig aanbrengen op boeg en oorschelpen. Meerdere malen per dag herhalen
Emotionele verwerking na een nare ervaring	Juniper berry uitwendig met basisolie aanbrengen op oorschelpen, boeg en schoft
Gebit	Ontstekingen: lokaal On guard aanbrengen
Haarverlies, kale plekken	Rosemary lokaal aanbrengen. Lange tijd volhouden
Hart	Ondersteunen met wild orange. 1 dr op hartstreek en 1 dr inwendig
Hartproblemen	Peppermint, on guard
Hengstigheid onrust tijdens	Zendocrine. Inmasseren op de huid in het nier gebied.
Hengstigheid	Clary sage dagelijks 1 druppel. Aantal maanden volhouden om cyclus te reguleren
Hoefbevangen	Deep blue op kroonrand
Hoefbevangen	Meng gelijke delen lavender, frankincense, lemongrass en On guard. Breng hiervan 2 maal daags een druppel direct onder en boven de hoof aan

Hoefontsteking	Frankincense, melaleuca en oregano op basis olie. Dagelijks inwrijven
Hoefproblemen	Gember lemongrass pepermunt rozemarijn
Hoefrot	Samenstelling: 1 dr roman roman chamomille, 1 dr thyme, 1 dr melisse, in 1 tl kokosolie en breng topisch aan
Hoesten	1 dr pepermunt verdund in water over het hooi sprayen 1 dr met olie verdund over tandvlees wrijven
Hoesten door infectie	On guard op borst wrijven. Iedere 2 uur herhalen Of melaleuca op borst wrijven, iedere 2 uur herhalen
Hoeven, versterken	20 dr melaleuca, 10 dr rosemary 5 druppels basis olie. Aanbrengen net boven de hoef
Hormoon gerelateerde klachten	Clary calm, clary sage, zendocrine. Ylang ylang, marjoram
Hormoonproblemen reu en hengst	Mengsel peppermint ceder en sandelwood. Meerdere malen per dag aanbrengen op schoft en staart en bij oorschelpen
Hormoon klachten	20 dr clary sage, 10 dr lavender, 5 dr geranium, 5 dr ylang ylang, 5 dr roman chamomille, over de rug sprayen zodra de merrie humeurig is
Hotspot hond	Lokaal rosemary en lavender, in nek Digest zen en dieet van vers vlees
Huidaandoeningen	95 ml kokosolie, 2 ml geranium, 2 ml lavender, 1 ml clary sage. Lokaal aanbrengen
Huidproblemen	Geranium lokaal aanbrengen op basis olie
Huidontsteking	Geranium lokaal aanbrengen op basis olie
Huidkanker	Frankincense, sandalwood
Huidparasiet	Geranium lokaal aanbrengen op basis olie
Huidproblemen	patchouli
Huidschimmel	Melaleuca en clove
Huidzweer	Lavender, myrrh, en helichrysum lokaal aanbrengen
immuunbooster	Lemon, on guard. 7 dagen lang 1 dr op een brokje
Incontinentie (oudere honden)	Buik masseren met verdunde cypress
Infectie	Inwendig on guard. Inhaleren bij luchtweginfecties. Uitwendig topisch toepassen
Insecten beet	Lavender, roman roman chamomille, basil, On guard
Insecten werend	1 dr op 50 ml water van elk Geranium, terrashield, lavender en melaleuca, lemongrass. Inspuiten tegen vliegen
Jeuk aan de huid	20 dr lavender, 10 dr peppermint, 10 dr melaleuca, 5 dr basil, 5 dr myrrh. Mengen en aanbrengen op de plekken waar de jeuk is naar behoefte
Keel en neus problemen	Grove den. Laat de olie dagelijks inhaleren en masseer 1 druppel in op de boeg. Doe dit niet langer dan twee weken.
Kneuzingen en zwellingen	rozemarijn
Koelen lokaal	Peppermint met water of olie lokaal aanbrengen
Koorts	Emmer lauw water met paar druppels eucalyptus erin. Hierin een doek dopen en op benen (paard) of pootjes (hond)
Koude in botten (ouderdom)	Ginger op basisolie inmasseren

Krampen	Denk aan magnesiumtekort! Lokaal cypress met basis olie inmasseren
Lever problemen	Juniper Berry en rosemary, beide 1 dr op leverstreek aanbrengen
Litteken voorkomen	Helichrysum, frankincense en geranium, gelijke hoeveelheden op basis olie mengen en meerdere malen per dag aanbrengen
Luchtwegen	Lavender, thyme grove den, eucalyptus
Luchtweginfecties	Siberian Fir als de klachten in combinatie met emotionele onbalans zijn. Laat de eo inhaleren voor 14 dagen achter elkaar
Luchtweginfectie van de onderste luchtwegen	Eucalyptus laten inademen. 1 druppel op boeg of in diffuser
luchtzuiger	Lavender en Zengest achter oor. Air op randen stal spuiten
Lymfe problemen	Lemon, rosemary en clary sage mengen en lokaal aanbrengen. Lemongrass uitwendig aanbrengen en inwendig geven om lymfestelsel te activeren. Inwendig met 1 eetlepel honing en 1 dr lemongrass mengen en over voer verdelen
Luchtzuigen	Balance. Vetiver, Serenity
Lymfe ontsteking	rozemarijn
Maagzweer	Stress behandelen met lavender, frankincense, myrrh en marjoram op brokje inwendig geven
Melanoom	Frankincense lokaal aanbrengen
Mok	Sandelhout, geranium en melaleuca. Of inspuiten met melaleuca
Mok	On guard meerdere malen per dag verdund aanbrengen
Mok	Omgeving: Vul een sprayfles (bijvoorbeeld een plantenspuit) van 1 liter water. Voeg de volgende etherische oliën toe: 40 druppels melaleuca, 10 druppels lemon, 10 dr eucalyptus en 10 druppels oregano. Schud stevig! Spray vervolgens de stalbodem en het onderste deel van de wanden grondig in. Verdeel de schone bedekking terug over de bodem. Topisch: Vul een sprayfles met 100 ml FCO Voeg hieraan toe: 10 dr lavender, 10 dr melaleuca, 10 dr oregano, 10 dr lemon Indien extreem: immortelle Spray nu meerdere malen per dag de aangedane plekken in. Eventueel haar verwijderen
Neerslachtig	Wild orange. 1 druppel innemen
Oedeem	Grapefruit, lemongrass, cypress
Onrust	Ceder. Verdampen of topisch gebruiken
Onrustige paarden	Bergamot. Bij onrustige paarden enkele dagen achter elkaar laten inhaleren. Ruim (1 uur van te voren) voor een wedstrijd laten inhaleren bij nerveuze paarden.
Onrustige zwangerschap	Ylang ylang, marjolein

Ontgiften	1. In het voorjaar. 1 dr geranium op een brokje icm groene leem 2. Helichrysum, rosemary, juniper Berry, coriander
Ontsmetten	Lemon, onguard, melaleuca, grapefruit, lemongrass
Oorpijn	1 dr melaleuca, 1 dr lavender, 1 dr roman chamomile mengen en achter het oor aanbrengen
Oorproblemen	1 de melaleuca, 1 dr lavender, 1 dr roman chamomile, in 1 tl kokosolie. Breng 1 a 2 dr aan op de buitenkant van het oor.
Oververhitting	Paard: emmer water met 1 druppel peppermint, paard hiermee afsponsen
Parasieten	Oregano, thyme, fennel, roman roman chamomille, melaleuca ZenGest
Peesblessure	Deep blue
Peesblessure oude die steeds opspeelt	Locaal insmeren met marjoram. Heft emotionele blokkade op en zorgt voor betere doorstroming
Pijnlijke gewrichten	Pepermunt 1 dr olie op de pijnlijke plek masseren
Rainrot	Lemongrass, lavender en melaleuca. Gelijke delen in spuitbus en plekken mee inspuiten
Reisziekte	Zengest achter oren smeren. Verspreid de geur ook in de auto
Reinigend	Lemongras, juniper Berry, lemon gemengd. . 2 dr per dag
Rotstraal	Melalauca, on guard, oregano. Uitwendig gebruik verdund En inwendig on guard om ontsteking te behandelen
Ruziezoekers	cheer
Schimmels	Lemongrass, lavender en melaleuca. Gelijke delen in spuitbus en plekken mee inspuiten Melaleuca en onguard verdund met FCO twee maal daags plekken insmeren
Schrikkerig	lavender
Schijnzwanger	Hond: marjoram dagelijks 3x 1 dr aanbrengen op schoft
Slijmbeursontsteking	Mengsel van balance, siberian fir, basil, cypress en deep blue. Lokaal twee maal daags aanbrengen
Schurft	Onguard, melaleuca en peppermint mengen met fco en lokaal meerdere malen per dag aanbrengen
Snotneuzen	Eucalyptus Ter verlichting bij uitvloeiing van de neus laten inhaleren door 1 druppel in je handen te wrijven en aan te bieden. Wrijf ook 1 druppel over de boeg.

Spierpijn	20 dr wintergreen 10 dr peppermint 10 dr juniper berry 5 dr ginger 5 dr lavender 2 dr jasmine Kopje baking soda Kopje warm water Doe de oliën in de baking soda en meng ze met warm water Eventueel kun je ook nog ylang-ylang toevoegen. Breng lokaal aan op het gebied waar de pijn zit
Spier en zenuwpijn	Wintergreen 1 a 2 dr op basis olie topisch masseren
Spieren overbelasting	Gember lemongrass pepermunt rozemarijn
Spierkrampen	Magnesium toedienen! Meng 5 dr lemongrass met 1 eetlepel FCO en breng lokaal aan
Spijvertering	10 dr ginger, 10 dr peppermint, 10 dr coriander. Mengen en dagelijks aanbrengen op de buik.
Stalbenen	1. verdun 1 druppel Cipres-olie met 10 druppels jojoba of amandelolie en masseer de benen dagelijks. 2. Meng cypress, lemongrass en fco en masseer benen richting hart
Stijfheid	Black pepper als massage olie gebruiken
Stijve spieren	Deep blue inmasseren
Stress in lichaam	Basil rozemarijn
Suikerhuishouding, problemen met	Eucalyptus en geranium mengen en 3x daags 1 dr geven. Of Eucalyptus 6 ml, geranium 2 ml en juniper berry 1 ml mengen en 3x daags 1 dr geven
Trauma olie	Meng gelijke delen en breng iedere twee uur een druppel aan op de boeg tot de kalmte terug keert. Mag zo vaak herhaalt worden als nodig Lavender frankincense Geranium Sandelwood Helichrysum Rose
Trauma verwerking	Juniper berry, met basis olie uitwendig 2x daags op oorschelpen, boeg en schoft
Tekenbeet	Melaleuca topical gebruiken
Verdriet door scheiding	Marjoram, meerdere malen per dag aanbrengen. Liefst met massage
Verkouden	Breathe laten inhalen vanaf je handen Inwrijven op boeg van het paard
Virale infectie	OnGuard, melaleuca, clove, melisse, helichrysum, lime, cinnamon
Vlooiën	Hond: Een druppel melaleuca verspreiden over nek, oren en kop en 1 druppel bij de staart en achterpoten verspreiden
Vluchtneiging	Patchouli en vetiver

Vocht in benen	Citrus 1 dr met basis olie inmasseren op benen. Dagelijks herhalen
Weerstand	Algehele weerstand verbetering met melaleuca inwendig. 3 x 4 druppels over de dag verspreiden. Eventueel lemon toevoegen
Wonden	Melaleuca om te ontsmetten, puur op de wond toepassen.
Wonden	helichrysum
Wonden	Lavender, daarna melaleuca, daarna frankincence
Wondjes	1 dr on guard op basis olie direct op de plek smeren
Wondjes, slecht genezende	Sandelhout geranium en melaleuca
Wratten	Meng 5 dr cypress, 10 dr lemon, en 2 eetl appelazijn, twee maal daags aanbrengen
Zomereczeem	Sandelhout, geranium en melaleuca, of lavender en peppermint
Zwelling of bloeditstorting	Helichrysum
 De hier genoemde kwalen, ziekten, etc. met de daarbij genoemde oliën zijn indicaties. <i>Men dient uiteraard bij klachten de dierenarts te consulteren.</i> Ga nooit uit van de stelling: “Baat het niet, dan schaadt het niet.”	

Doping

Bij doping controle mogen de volgende oliën niet gebruikt worden omdat deze het gebruik van doping zouden kunnen maskeren. Hierdoor ontstaat een vals - positieve test.

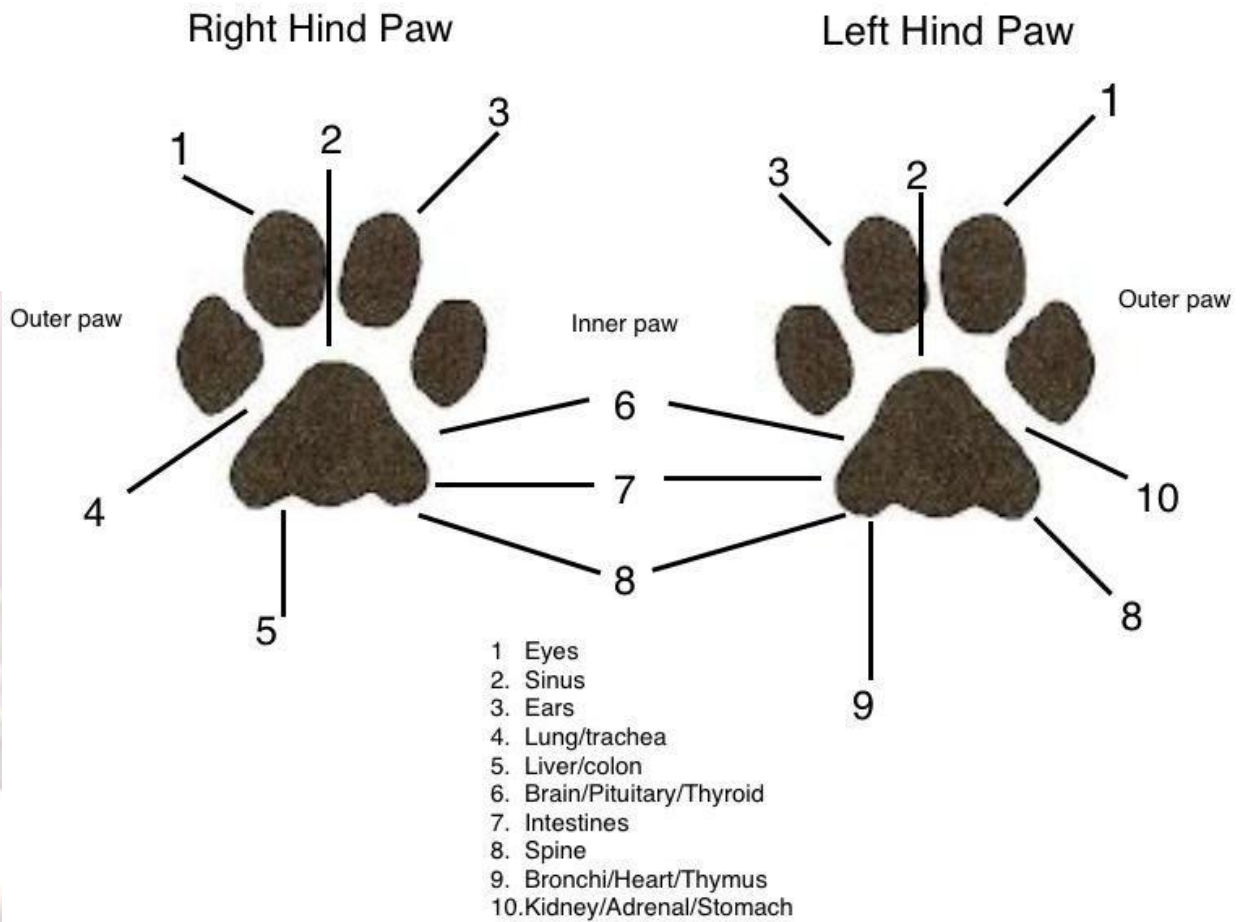
Stop met al deze producten 2 dagen voor een wedstrijd zoals een endurance race.

- Arnica (homeopathisch middel)
- Mélisse
- Roman chamomille
- Laurier
- Lavender
- Passiflore
- Valeriaan
- Gember
- Tijm
- Wierook



Dog Vita-Flex Points

www.pureHOMEandBODY.com



Based on teachings of Veterinarian Dr.
Mary Hess