

Eterinių aliejų garinimas mokyklose ir darželiuose



Iš augalų išgaunami eteriniai aliejai pasižymi antimikrobinėmis, imunitetą stiprinančiomis, raminančiomis ir atpalaiduojančiomis savybėmis. Tinkamai parinkus, juos galima garinti ir prie vaikų, ir oro išvalymui tada, kai vaikų nėra.

Svarbiausios garinimo taisyklės:

- Prieš garinant eterinius aliejus prie vaikų, reikėtų gauti tėvų sutikimus ir pasiteirauti dėl galimų vaikų alergijų;
- Jei garinsite šalia vaikų, pirmenybę teikite švelnesniems eteriniams aliejams (pvz., mandarinų, apelsinų, bergamočių, citrinų, levandų, ramunėlių) arba „vaikiškiems“ mišiniams, kurie sukurti taip, kad nedirgintų jautresnių kvėpavimo takų;
- Stipraus antimikrobinio poveikio aliejus (pvz., eukaliptų, timolio ar cineolio tipo čiobrelių, raudonėlių, gvazdikėlių, cinamonų, pipirmėčių, tikrųjų citrinžolių, niaoulio, kajepučių, kt.) naudokite oro valymui tada, kai vaikų nėra: pagarinkite 30 min ir patalpą išvėdinkite – vaikai ateis į švaraus oro erdvę be rizikos, kad intensyvūs kvapai sudirgins;
- Pakanka garinti 1 – 2 kartus per dieną neilgomis sesijomis po 5 – 15 min (tai bus veiksmingiau ir saugiau nei nuolatinis garinimas);
- Dozuojant vadovaukitės taisykle „mažiau yra geriau“ – įėjus į patalpą kvapas turi būti juntamas švelniai.

Įspėjimai:

- Garintuvą ir eterinius aliejus laikykite vaikams nepasiekiamoje vietoje;
- Nenaudokite pasibaigusio galiojimo, su neįskaitomomis etiketėmis, prekybos agentų platinamų ar nepatikimose vietose pirktų eterinių aliejų;
- Negarinkite, jei grupėje yra epilepsija ar astma sergančių vaikų;
- Jei eterinių aliejų pateko ant odos, nuplaukite tą vietą muilu su vandeniu;
- Jei eterinių aliejų pateko į akis, plaukite švariu vandeniu bent 20 min; jeigu dirginimas nesiliaus, kreipkitės į gydytoją;
- Jei eterinių aliejų pateko į burną, skalaukite vandeniu;
- Jei vaikas nurijo eterinių aliejų, neskatinkite vėmimo. Pastebėjus apsinuodijimo reiškinių, kreipkitės į Apsinuodijimų biurą tel. 8 5 236 2052 (visą parą), su savimi turėkite buteliuką.