

## NÁVOD NA POUŽITÍ

### Jílová rašelina s koenzymem Q10

Výběrová kvalita jílové rašeliny, která příznivě působí na regeneraci pohybového aparátu (degenerativní onemocnění kloubů a páteře, chronická zánětlivá onemocnění, nejčastější formy revmatizmu měkkých tkání, stavy po zranění a operativních zákrocích, osteoporóza) a podporuje léčbu kožních onemocnění (lupénka, atopický ekzém, chronické formy ekzémů, popáleniny, akné), prokrvuje tkáně, pomáhá uvolňovat křeče. Je výborným kosmetickým přírodním prostředkem se silnou antioxidační aktivitou, bohatým na minerály a vitamíny, které tělo vstřebává kožními receptory. Produkt neobsahuje technologické příměsi, barviva, parfémy, ropné produkty. Ekologicky čistý přírodní prostředek v BIO kvalitě.

**Vanová koupel** – odměřenou dávku vsypeme do vany a pustíme proud teplé vody. Do vany napustíte tolik vody (cca 100 –120 l vody v klasické vaně), aby celé tělo bylo pohodlně ponořeno v lázni s teplotou vody 37°-38°C. Optimální doba pobytu v lázni je 20 minut. Po ukončení lázně opláchneme zbytky rašeliny vlažnou vodou a šetrně osušíme vyhřátou osuškou. Po koupeli se doporučuje alespoň 15 minut odpočinek na lůžku v klidném prostředí, přítmí, suchu a teple.

**Masku/lokální zábal/zábal celého těla** připravujeme rozmísením jílové rašeliny v nádobě ve vodě o teplotě 37°- 38°C. S ohledem na místo a použití masky rozředíme do požadované konzistence. Masku/lokální zábal/zábal celého těla nanášíme ve vrstvě do 1 cm na potřebná místa či celé tělo, zabraňte vniknutí do očí a na sliznice. Překryjte fólií a popřípadě složeným zahřátým ručníkem pro udržení teploty. Aplikujte jednou až dvakrát denně nebo podle potřeby vždy po dobu až 30 minut při bolestech kloubů, svalů, zad a pro zvýšení lokálního prokrvení. Masku/lokální zábal/zábal celého těla necháme působit cca 20 minut, poté smyjeme vlažnou vodou a osušíme vyhřátou osuškou. Následně se doporučuje alespoň 15 minut odpočinek.

#### **Kontraindikace**

Koupele a zábaly nedoporučujeme pro těhotné a kojící ženy. Vždy je třeba konzultovat s lékařem, pokud klient užívá předepsané léky, má nemocné srdce, vysoký krevní tlak nebo jinak znepokojující zdravotní stav.

#### **Prodejce**

SativaShop.cz, Anglická 137, 353 01 Mariánské Lázně, IČ: 12860034, mail:  
info@SativaShop.cz

