

# Zenzero

Zingiber officinale 15 mL

FOGLIO INFORMATIVO PRODOTTO



**CP**TG Certified Pure Therapeutic Grade

#### Applicazione:



#### Parte della Pianta:

Rizoma (radice)

#### Metodo di estrazione:

Distillazione in corrente di vapore

#### Descrizione Aromatica:

Calda, speziata, terrosa, dolce

#### Principali componenti chimici:

Alpha-zingiberene

## DESCRIZIONE

Estratto dal rizoma della pianta, lo zenzero è utilizzato frequentemente in cucina ed in molti piatti asiatici per il suo caratteristico sapore piccante e profumato. Nella tradizione culinaria occidentale, lo zenzero viene utilizzato prevalentemente nella preparazione di dolci, ad esempio nel pan di zenzero o nei biscotti allo zenzero. Studi e ricerche hanno dimostrato che lo zenzero ha effetti positivi sulle articolazioni; ma soprattutto, lo zenzero è rinomato per le sue proprietà digestive, in quanto riequilibra e stimola le funzioni digerenti, e per curare la nausea. Ha la proprietà di tonificare l'intero organismo e il sistema digestivo, può diminuire la chinetosi, calmare il mal di pancia e aiutare a digerire il cibo dopo un pasto particolarmente pesante. L'olio essenziale di zenzero può anche essere applicato topicamente o inalato per aiutare i problemi digestivi.

## INDICAZIONI

- Assumere 1 o 2 gocce diluite in acqua quale sollievo dal mal di pancia.
- In caso di nausea, mettere una goccia sul palmo della mano e inalare.
- Massaggiare 1-2 gocce sullo stomaco o sotto i piedi per favorire la digestione.
- In cucina, si può aggiungere l'olio essenziale di Zenzero a vari piatti: pesci, minestre, dolci, ...

## MODO DI UTILIZZO

**Aromaterapia:** Da tre a quattro gocce in un diffusore.

**Uso interno:** Diluire una goccia di olio in 100 ml di liquido.

**Uso Topico:** Applicare da 1 a 2 gocce nella zona desiderata. In caso di sensibilità cutanea, diluire con olio di cocco dōTERRA. Verificare ulteriori suggerimenti nel paragrafo seguente.

## AVVERTENZE

Può creare problemi di sensibilità cutanea. Tenere fuori dalla portata dei bambini. Prima dell'uso, consultare il proprio medico se ci si trova in stato di gravidanza, allattamento o in cura farmacologica. Evitare il contatto con gli occhi, l'interno dell'orecchio e zone sensibili del corpo.

## BENEFICI PRIMARI

- Aiuta in caso di indigestione e nausea
- Favorisce la digestione
- Supporta il sistema digerente nel suo complesso

