

Zdravilko svetuje kako pripravimo oljni namok in mazilo

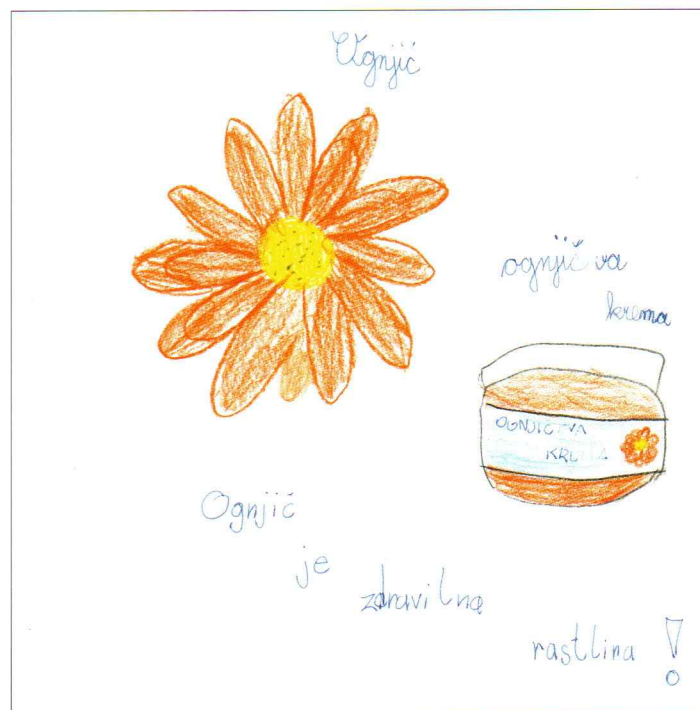
Oljni namok

Oljni namok ali oljni izvleček običajno pripravljamo iz posušenih rastlin. Izjema je le šentjanževka. V 100 ml olja damo dve manjši pesti droge. V senčnem delu kuhinje naj pokrit kozarec stoji en mesec. Vsak dan ga pretresemo. Precedimo ga in hranimo v temnih stekleničkah. Za pripravo namoka uporabimo hladno stiskana olja (mandljevo, sončnično, oljčno, jojobino, avokadovo, olje grozdnih pečk). Oljni izvleček uporabimo za masažo, kopeli, celjenje ran in izdelavo mazil.



Mazilo

100 ml oljnega namoka in 10 do 15 g čebeljega voska na vodni kopeli segrevamo tako dolgo, da se vosek stali. Ob taljenju mešamo. Tekoče mazilo nalijemo v posodice, pustimo da se strdi. Zapremo jih s pokrovčkom, na katerega zapišemo ime mazila in datum izdelave. Praviloma so mazila uporabna 6 mesecev. Če nam splesnijo ali dobijo žaltav okus, jih zavržemo.



Zdravilko svetuje, da o doziranju za različne starosti otrok pogledate v knjigo dr. Katje Galle Toplak Zdravilne rastline na Slovenskem, poglavje Fitoterapija pri otrocih.