VESİKALIK

VESİKALIK

**METİN KIMILDAR**

Bu kitap, bitkisel yağlara dair kapsamlı ve güncel bilgiler sunarak, bu doğal ürünlerin sağlığa olan potansiyel faydalarını keşfetmenize yardımcı olacaktır. Hem sağlık profesyonelleri hem de bitkisel yağlara ilgi duyan herkes için rahatlıkla yararlanabilecekleri şekilde hazırlanmıştır.

Kitapta, 166 uçucu yağ, 95 sabit yağ ve 5 maserasyon yağ olmak üzere 266 farklı bitkisel yağ, resimleriyle birlikte detaylı bir şekilde incelenmiştir. Bilgilerin hazırlanmasında beş binden fazla tıbbi makaleden yararlanılmıştır. Ayrıca Türkiye’de ve dünyada ilk defa açıklanacak özel bilgilere yer verilmiştir.

**Her yağ için şu bilgiler sunulmuştur:**

**Botanik adı:** Yağın kaynağını oluşturan bitkinin bilimsel adı ve ait olduğu botanik familya.

**Yağ özellikleri:**  Yağın rengi, kokusu ve kıvamı gibi fiziksel özellikleri.

**Yetiştiği yerler:** Yağın üretildiği coğrafi bölgeler.

**Kullanılan Kısım:** Yağın, bitkinin hangi kısmı kullanılarak hangi yöntemle elde edildiği,

**Yağın içeriğinde bulunan kimyasal maddeler:** Yağın terapötik etkilerinden sorumlu olan ana bileşikler,

**Ruhsal ve duygusal etkileri:** Yağın psikoloji ve duygular üzerindeki potansiyel etkileri,

**Yağın Kullanım Önerileri:** Yağın farklı sağlık sorunları için kullanım tavsiyeleri,

**Gıda Olarak Kullanımı:** Yağın içilebilir olup olmadığı ve gıdalarda nasıl kullanılabileceği,

**Masaj:** Yağın hangi problemlerde masajda kullanılabileceği,

**Maske:** Yağın cilt bakımı için maske olarak nasıl kullanılabileceği,

**Uyumlu yağlar:** Yağın hangi diğer yağlarla karışım yapmaya uygun olduğu,

**Yağın içeriğindeki kimyasalların tespit edilmiş iyileştirici etkileri:** Çeşitli hastalıklara göre potansiyel faydaları, tablolarla detaylı bir şekilde anlatılmıştır.

 Yandaki QR kodu telefonunuzla taratarak

 [www.aromaterapiatlasi.com](http://www.aromaterapiatlasi.com) sitesine ulaşabilirsiniz.

ISBN