

Nobilis Tilia

FRANCOUZSKÝ ZELENÝ JÍL



www.nobilis.cz

Nazelenalý mletý minerál, označovaný jako zelený nebo také francouzský jíl (pro jeho značný výskyt ve Francii) je čistá přírodní látka s širokým spektrem použití, od kosmetické péče o zdravou i poškozenou pokožku až po řadu terapeutických využití. Zelený jíl tvoří oxidy kovů a řada minerálů, které jsou důležitými stopovými prvky pro naše tělo. Jeho regenerační a čistící schopnosti byly využívány člověkem již v dávných dobách. Zvířata podvědomě vyhledávají jílové koupele ke své očistě a odstranění nepříjemných parazitů. Blahodárných schopností minerálů se využívá například i u bahna z Mrtvého moře, piešťanského bahna nebo rašeliny. Každá z těchto zemin má své specifické schopnosti a je součástí vyhledávaných lázeňských kúr. Zelený jíl je možné používat jak vnitřně jako doplněk stravy, tak vně na pokožku. Jíl absorbuje toxické látky, vstřebává patogenní zárodky, eliminuje následky nadměrného záření (radioterapie), uvolňuje napětí, zklidňuje pokožku, napomáhá regeneraci při spáleninách a dodává minerály. Působí kontinuálně řetězením na sebe navazujících účinků. Zvlhčený jíl působí jako drenáž a absorbuje nežádoucí patogenní látky. Na počátku může dojít ke zhoršení stavu, které je způsobeno aktuálním pročišťováním nemocného místa. Doba aplikace a síla vrstvy jílu je závislá na individuální reakci přijímajícího, protože jíl je bioaktivní látka a různé osoby mají rozdílný práh tolerance. Skladujte jíl v suchu a mimo dosah dětí!

VNĚJŠÍ POUŽITÍ JÍLU JAKO KOSMETICKÉ PÉČE O PLEŤ

Francouzský jíl ultrajemný, kód N0607

Díky schopnosti jílu absorbovat toxické látky z pokožky v kombinaci s éterickými oleji stejných účinků (například citron či jalovec) lze dosáhnout velmi dobrých čistících vlastností, které se uplatňují například při akné, mastné pleti a zánětlivých procesech pokožky. Ošetřování pleti s využitím jílu je optimální v případech, že se aplikuje čistý jíl a nebo smíchaný s čistými přírodními látkami. Při jeho použití je doporučována čistící dieta se zvýšeným příjmem tekutin, dostatkem ovoce, zeleniny a také vnitřním užíváním zeleného jílu ve formě „jílového mléka“ nebo tablet. Možné zhoršení stavu na počátku terapie není signálem nebezpečí, ale naopak projevem žádoucí aktivity jílu. Doba aplikace obkladu se zvyšuje

postupně po hodině od jedné hodiny až po celou noc. Vrstva jílu se také postupně zvyšuje od 0,5 cm na počátku až po 2 cm. Jíl působí pouze, je-li vlhký. Obsažená voda umožňuje iontovou výměnu, která spouští mechanismus působení jílu, a proto je nutné jej průběžně zvlhčovat nebo překrýt potravinářskou fólií.

PLEŤOVÉ MASKY Z JÍLU

Vypínají, zjemňují a regenerují pleť. Vzhledem k absorpčním schopnostem odstraňují z pokožky nadměrnou mastnotu. Doplněním dalších přírodních ingrediencí se přizpůsobuje maska různým typům pleti.

Způsob použití: Do misky nasype hrudky zeleného jílu, zalijte tekutinou, aby jíl převyšovala o 1 cm. Doporučujeme vodu, vodný bylinný odvar, pleťovou nebo květovou vodu Nobilis Tilia. Nechte tekutinu vsáknout a teprve až se úplně vsřebá, promíchejte směs, aby se utvořila jemná a hladká kaše. Masku nanášejte na odličenou a očištěnou pleť. Pod masku je vhodné aplikovat koncentráty vitaminů A nebo E. Pak naneste jílovou kaši ve vrstvě cca 5 mm a překryjte potravinářskou fólií, aby nevyšchla. Na zdravou pleť, pro revitalizaci a celkové posílení postačí vrstva 2 - 3 mm. Doba aplikace je nejméně půl hodiny. Pak jíl odstraňte a pleť ošetřete podle potřeby vybraným pleťovým krémem nebo obličejovým regeneračním olejem. Masku můžete použít nejen na obličej, ale i na dekolť a na ruce. Pleť může na jílovou masku reagovat zčervenáním, v tom případě doporučujeme po určitou dobu potírat pleť pouze jílovou vodou. Její příprava je uvedena u hesla „Vnitřní užití“.

jílová maska pro suchou a citlivou pleť

Do misky ze skla nebo keramiky nasype 1 polévkovou lžiči suchého jílu. Smíchejte jej s vodou na jemnou kašičku. K vytvořené kašičce přidejte 1 kávovou lžičku avokádového, mokrýdkového nebo olivového oleje. Vše promíchejte a aplikujte silnou vrstvu směsi na obličej a dekolť. Nechte působit asi 10 minut. Poté omyjte pleť vlažnou vodou a ošetřete vybraným péstícím hydratačním krémem nebo obličejovým regeneračním olejem.

jílová maska pro citlivou a zánětlivou pleť

Do misky nasype 1 polévkovou lžiči suchého jílu. Zvlášť pak smíchejte 1 polévkovou lžiči mandlových nebo jakýchkoliv obilných otrub s vodou, nechte krátce přejít varem a pak vychladnout. Místo otrub můžete využít Chia semínka, která jen smícháte s pleťovou nebo

květovou vodou. Pak vše promíchejte, přidejte čerstvou jahodu a aplikujte v silné vrstvě. Nechte působit zhruba 10 minut, poté smyjte a ošetřete pleť vybraným krémem nebo olejem.

jílová maska pro mastnou pleť

Smíchejte 1 - 2 kávové lžičky jílů s vodou nebo Pleťovou vodou mateřídouškovou a přidejte šťávu ze 2 čerstvých okurek. Na obličej naneste silnou vrstvu a nechte působit 15 minut. Poté omyjte a ošetřete pleť Čistícím krémem Tea Extra nebo některým z bylinných gelů.

zjemňující maska pro všechny typy pleti

Předem připravte odvar ze 2 polévkových lžic mandlových nebo jakýchkoliv obilných otrub. Odvar smíchejte se 2 polévkovými lžicemi jílů a přidejte čtvrt plodu avokáda. Pečlivě promíchejte a nechte 20 minut odležet. Aplikujte a nechte působit asi 20 minut. Smyjte a ošetřete vhodným krémem nebo gelem.

pigmentové skvrny, akné a vrásky

Naneste vrstvu zeleného jílu asi 1 cm silnou, překryjte fólií a nechte působit až 1 hodinu. K ředění použijte Pleťovou vodu hřebíčkovou na akné, na pigmentové skvrny přidejte šalvěj lékařskou (éterický olej nebo odvar), na vrásky Květovou vodu růžovou. Na podrážděnou nebo překrvenou pleť a vyrážky pomáhá jemné omývání jílovou vodou a po zaschnutí potření vnitřní dužninou citronu. Po sejmutí jílu ošetřete pleť vhodným krémem nebo gelem.

váčky pod očima

Naneste tenký obklad z jílu na váčky. K ředění jílu použijte Oční vodu Euphrasia a na konečné ošetření Gel na oční vrásky Ria.

ekzémy a lupénka

Pokožku ošetřete koncentrátem D - Panthenolu a extraktem ze zeleného čaje. Pak naneste na postižená místa silnou vrstvu jílové kaše, překryjte fólií a nechte působit 1 - 2 hodiny. Po sejmutí jílu omyjte pokožku pod tekoucí vodou (bez použití mýdla) a ošetřete Čistícím krémem Tea Extra, Měsíčkovým krémem Karité nebo některým z obličejových regeneračních olejů. Uvedený postup lze použít i na pokožku hlavy.

KOUPEL V JÍLOVÉ VODĚ

Při koupeli v jílové vodě dochází k regeneraci a zjemnění pokožky, přidáte-li odvar z bylin, podporujete navíc zeštíhlení. Zelený jíl je, kromě jiných užitečných vlastností, výborným prostředkem pro odvod škodlivých toxinů z těla. Do vany s vodou teplou 38°C přidejte odvar z následující směsi bylin: 100g tužebníku jílového, 100g březového listu, 100g břechťanu. Přidejte přibližně 4 polévkové lžíce jílu na vanu a množství můžete libovolně zvýšit nebo snížit podle pocitů a reakce pokožky. Jíl do koupele můžete kombinovat s libovolnými éterickými oleji. Koupel by měla trvat asi 20 minut. Po koupeli na sobě nechte vodu uschnout anebo se zabalte do osušky. Pokožka je po koupeli v jílové vodě jemná a vláčná.

PÉČE O NORMÁLNÍ, MASTNÉ A POŠKOZENÉ VLASY A ÚČINKY PROTI LUPŮM

K ředění jílu použijte Pleťovou vodu hřebíčkovou nebo citron - grep nebo do vody přidejte odvar z rozmarýnu či 1 - 2 kapky rozmarýnového éterického oleje, rozpuštěného v trošce hydrofilního oleje nebo mléka. Řídkou jílovou kašičku naneste tence prsty nebo špachtličkou na pokožku vlasů a vetřete. Nechte působit asi půl hodiny a pak smyjte přírodním šamponem Nobilis Tilia. Jíl můžete použít také k mytí vlasů. Vlasy nejprve umyjte Revitalizační kúrou Nobilis Tilia. Potom naneste do vlasů jílovou kašičku a postupujte, jak je uvedeno výše. Jíl absorbuje všechny přebytečný tuk z hydrofilní kúry a vlasy jsou vzdušné a pevné. Vymývání je třeba provést pečlivě a delší dobu, aby se vyplavil všechny jíl. Jíl je možné používat také jako „suchý šampon“ na mastné vlasy. Špetku jílového prášku vetřete do vlasů, nechte chvíli působit a vyčesťte hřebenem.

PÉČE O SLIZNICE

péče o ústní dutinu

Zelený jíl lze použít k výplachům úst. Střídejte jílovou vodu s vodou se špetkou mořské nebo karlovarské soli. Jílovou vodu připravte rozpuštěním 1 kávové lžičky jílu v šálku vody, případně bylinného odvaru z heřmánku, šalvěje či máty peprné. Výplachy úst provádějte dvakrát denně. Výplachy podporují přirozené funkce sliznic dutiny ústní a ústní mikroflóry, posilují tkáň a zabraňují krvácivosti dásní.

čištění zubů

Prý není lepší zubní pasty než té z jemně namletého jílu, který je možné vylepšit nakrájenou nebo rozmáchanou mátou či šalvějí. Jemná struktura je nutná k tomu, aby nepoškodila zubní sklovinu. Do 50 ml panenského olivového oleje přidejte 3 kávové lžičky zeleného jílu a dobře promíchejte. Vhodné je přidat 1 kapku éterického oleje Tea tree, máty nebo šalvěje. 1 kávovou lžičku směsi dejte do úst a několik minut promývejte ústní dutinu nebo kartáčkem čistěte zuby.

výplachy

Jíl je velice vhodným prostředkem pro vaginální výplachy a výplachy střev. Pro vaginální výplach smíchejte 1 polévkovou lžičku jílu a 2 dcl vody. Při klystýru je přibližný poměr jílu a vody 2 polévkové lžičce jílu na půl litru vody. Poměr je možné podle potřeby měnit a voda by měla být převařená a vlažná. Vhodné jsou odpovídající bylinné odvary. Před aplikací je třeba směs dobře promíchat.

výplach nosu

Podrážděné nosní sliznici, senné rýmě a dalším potížením lze ulevit jílovou vodou, kterou 1 – 3 krát denně nasávejte nosem. Vodu připravte rozpuštěním 1 kávové lžičky jílu v šálku vody, případně bylinného odvaru z heřmánku, šalvěje či levandule. Nos ponořte do vody, jednu díрку uzavřete a druhou nasajte jílovou vodu. Ta může zatéci i do krku. Opakujte 5 – 6 krát. Nakonec kápněte do obou nosních dírek kapku šťávy z citronu. Při potížích na nosní sliznici nebo uhrčích v nose vložte vatové tampony, namočené do jílové kašičky, do nosních dírek a nechte působit 1 hodinu. Při pocitu suché nosní sliznice potírejte nosní dutinu jemným nosním olejem Nobilis Tilia, případně mandlovým nebo olivovým olejem s kapkou citronu. Na doplnění terapie můžete provést inhalace éterickými oleji tymián, eukalyptus, levandule, niaouli, elemi, borovice a další. Při vleklé či chronické rýmě, alergii nebo sinusitidě přikládejte jílové obklady po obou stranách nosu zevně dvakrát denně.

OBKLADY

Obklady jsou základním prostředkem terapie pomocí jílu. Připravte jemnou a hladkou kaši podle výše uvedeného návodu. Směs můžete přiložit přímo v silné vrstvě do 2 cm nebo použít jemné bílé plátno, do kterého vložíte jílovou směs a přiložíte. Plátno používejte v případech, že je nežádoucí nebo nepříjemný přímý dotyk jílu s pokožkou. Nechte působit podle potřeby od 1 hodiny až po celou noc.

obklady krku

Přikládejte zevně vrstvu 2 cm jílu v oblasti hltanu a krčních mandlí. Doba přiložení je 2 hodiny. Pro zesílení účinku k jílu přimíchejte éterický olej Tea tree nebo niaouli. Stálou vlhkost udržujte překrytím fólií. Dle potřeby střídejte obklad každé 2 hodiny po dobu 1 až 2 dny, poté 2 krát denně. Obklad lze doplňovat kloktáním vody s mořskou solí a citronovou šťávou.

obklady šíje a páteře

Při bolesti hlavy spojené s únavou nebo migréně aplikujte obklad z jílu v oblasti šíje a potom v místě bolesti. Pokud postupujete podle tradiční čínské medicíny, přikládejte jíl studený při poškození z horka, a naopak při poškození chladem přikládejte jíl teplý. Obklad šíje má příznivý účinek na žlázy s vnitřní sekrecí obecně. Při obkladu páteřního kanálu dochází k ovlivňování jednotlivých míšních segmentů páteře a orgánů, které tyto míšní segmenty inervují. Dochází rovněž k uvolnění napětí kolem páteře. Zvýšení účinku teplého nebo studeného obkladu dosáhnete přidáním hřejivých nebo chladivých éterických olejů nebo směsí Nobilis Tilia.

VNITŘNÍ UŽITÍ JAKO DOPLNĚK STRAVY

Zelený jíl, kód S0607

Pití jílu se provádí pro celkovou očistu těla. Rozmíchejte 3 g (půl kávové lžičky) s trochou vody, polkněte a zapijte 1 hodinu před jídlem. Pokud přímé užívání jílu činí potíže, je možné pít jílovou vodu, kterou připravíte rozmícháním 2 polévkových lžic jílu ve 2 dcl vody. Nechte jíl usadit a vypijte vodu nad jílem. Provádějte denně. Po ukončení kúry můžete použít Posilující směs rostlinných olejů. Vnitřní užití jílu není určeno pro děti do 3 let, těhotné a kojící ženy. Je nevhodné pro osoby užívající léky.



PEFC™ pomáháme chránit naše lesy

REC 000122

S pokorou k přírodním procesům vytváříme jedinečné přírodní produkty k rozvíjení harmonie a krásy. Vytváříme a vyrábíme českou pěstící aromaterapeutickou kosmetiku pro každého s otevřeným srdcem.



Nobilis Tilia



8 595 100 276575

16_10_A_CZ