

Přehled ředění esenciálních olejů podle použití

Rychlá orientace pro bezpečné ředění esenciálních olejů do nosného oleje (např. jojobový, mandlový, frakcionovaný kokosový). U citlivých EO (skořice, hřebíček, oregano aj.) volte nižší koncentrace. U citrusů lisovaných za studena pozor na slunce (fototoxicita).

Ne každý olej, který voní, je skutečně čistý esenciální olej. Kvalita je v aromaterapii klíčová – nejen kvůli vůni, ale i kvůli bezpečnosti. Pokud chcete mít jistotu jemného a čistého výběru, můžete se podívat na [MANAMI esenciální oleje](#) nebo rovnou po vůních, které už jsou namíchané pro každodenní nošení – například [olejové parfémy MANAMI](#), které stačí nanést a jen se zhluboka nadechnout.

Ředění	Přepočet	Typické použití	Poznámka / účel
0,25 %	1 kapka / 20 ml	Velmi jemné ředění	Pro velmi citlivou pokožku, první seznámení s vůní, jemné rituální použití.
0,5 %	1 kapka / 10 ml	Jemná péče	Obličej (pokud EO dovoluje), citlivé oblasti, dlouhodobé každodenní používání.
1 %	2 kapky / 10 ml	Běžně šetrné	Citlivá pokožka, jemný tělový olej; pro děti a těhotenství jen s vhodnými EO.
2 %	4 kapky / 10 ml	Standard pro tělo	Masážní olej na celé tělo, běžná péče o pokožku, krémy a balzámy pro dospělé.
3 %	6 kapek / 10 ml	Krátkodobě cíleně	Lokální použití na menší plochy (např. záda, svaly) po omezenou dobu.
5 %	10 kapek / 10 ml	Roll-on parfém (jemnější)	Pulzní body, osobní vůně pro denní nošení; výrazná, ale stále šetrná intenzita.
10 %	20 kapek / 10 ml	Roll-on parfém (intenzivní)	Pulzní body – výrazná výdrž a „parfémový“ dojem; vhodné pro zkušenější pokožku.
15 %	30 kapek / 10 ml	Velmi intenzivní parfém	Pulzní body krátkodobě; doporučený patch test a opatrnost při citlivé pokožce.
20 %	40 kapek / 10 ml	Maximálně koncentrované	Jen výjimečně a s velmi jemnými EO; vhodné spíše pro profesionální formulace.