



ULJE ŠIPKA

12 SAVJETA ZA UPOTREBU





ULJE ŠIPKA: TAJNA PREDIVNE KOŽE

Ulje šipka je uistinu nešto posebno, što spoznajemo već ubrzo nakon prve upotrebe na koži. Jedno je od najboljih ulja za njegu jer sadrži velike količine esencijalnih masnih kiselina, a uz to je bogato i antioksidansima i vitaminima te prije svega vitaminima C i A te linolenskom kiselinom. Ulje šipka, latinski *Oleum Cynosbati*, dobiva se hladnim prešanjem osušenih samljevenih plodova (središnji dio ploda) ili upotrebom raznih otapala.



Dragocjeno ulje u zadnje vrijeme sve više dobiva na popularnosti jer ima mnoge pozitivne učinke na kožu, kosu i nokte. Na njega se zaklinju kako dermatolozi tako i slavni i modeli koji govore da tajna predivne kože leži upravo u ulju šipka. Najpoznatije je po tome što učinkovito hrani kožu, štiti ju od djelovanja UV zraka, smanjuje vidljivost ožiljaka i strija, uklanja bore, vlaži suhu kožu, uklanja akne, jača krhke nokte itd.

Omiljeno je i zato što je pogodno za sve tipove kože i ljude bilo kojeg uzrasta. Iznimno je hranjivo, a ujedno posve lagano i suho ulje koje se brzo upija u kožu te ne ostavlja masne mrlje.

U ovoj ćemo vam E-knjizi predstaviti 12 savjeta za upotrebu ovog nepogrešivog ulja i otkriti njegova nevjerojatna svojstva te blagotvorne učinke.

Uživajte u čitanju!



E-knjiga je vlasništvo tvrtke BE HEALTHY D.O.O.

Svaka vrsta kopiranja i objavljivanja sadržaja je zabranjena.

www.futunatura.hr

UPOZORENJE: Informacije u ovoj E-knjizi informativne su naravi i nisu namijenjene za upotrebu u medicinske svrhe.



1 DNEVNA NJEGA ZA HIDRATACIJU KOŽE

Ulje šipka vrlo je pogodno za svakodnevnu hidrataciju kože jer koži osigurava dovoljno vlage, čini ju čvrstom te ju hrani kroz čitav dan. Budući da je bogato vitaminima, antioksidansima i esencijalnim masnim kiselinama, kao što su linolna i linolenska kiselina, jedno je od najdragocjenijih sredstava za svakodnevnu njegu kože lica i cijelog tijela. I to posve prirodno, bez kemikalija i drugih tvari.



2 NJEGA SUHE KOŽE

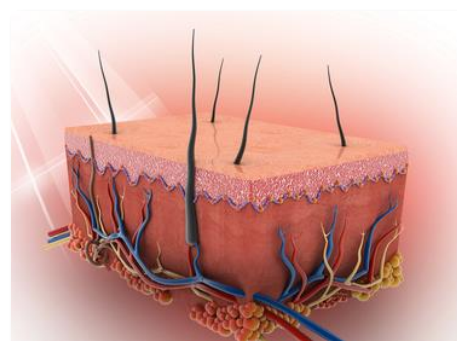
Ulje šipka prepuno je esencijalnih masnih kiselina koje su nužno potrebne našoj koži ukoliko ta želi biti zdrava i snažna. Naše tijelo ne može samo proizvesti esencijalne masne kiseline, zbog čega ih moramo unijeti ili apsorbirati kroz kožu. Ulje šipka iznimno se brzo apsorbira u kožu i ne ostaje samo na njezinoj površini, što pak je idealno za njegu suhe kože

sklone svrbežu, a do čega dolazi zbog loše prehrane, raznih alergija i ostalih štetnih okolišnih čimbenika. U slučaju vrlo suhe kože umjesto noćne kreme upotrijebite ulje šipka, a kroz dan na lice nanosite mješavinu kokosovog ulja i ulja šipka.

1. Kožu temeljito očistite, umijte lice i lagano ga osušite.
2. Prstima nanosite ulje šipka na kožu i nježno umasirajte.
3. Nakon 5 minuta na suha mjesta ponovno nanosite malu količinu ulja. U slučaju vrlo suhe kože ponovite 2 puta dnevno.

3 NJEGA MASNE KOŽE

Ulje šipka možete također koristiti u slučaju masne kože. Blagotvorna svojstva ulja zapravo su odlična za masnu i mješovitu kožu. Ulje šipka je iznimno lagano, s lakoćom se upija u kožu i pomaže ukloniti suvišne masti s kože. Ulje ukloni ulje, ili kao što kaže izreka: Klin se klinom izbija. Pogledajmo kako uz pomoć ulja šipka možemo njegovati masnu kožu:



1. Kožu temeljito očistite te umijte i obrišite lice.
2. Na lice nanosite ulje šipka i nježno ga umasirajte u kožu.
3. Nakon tog papirnatim ručnikom nježno obrišite ulje s lica.
4. Postupak ponovite dva puta.

Ulje šipka možete bez problema umiješati i u svoju dnevnu kremu za njegu. Savjetujemo vam da pripravak od kreme i ulja šipka pripremite svaki puta svježi. U posudu s malom plastičnom ili drvenom žličicom pomiješajte kremu veličine zrna graška i kap ulja te nanosite na lice.

4 NJEGA ZA POMLAĐIVANJE I PROTIV STARENJA

Ulje šipka je najcjenjenije i najtraženije ulje upravo u dekorativnoj kozmetici među proizvodima protiv starenja i za anti-age njegu kože. Zbog iznimno visokog udjela antioksidanata i odlične sposobnosti prodiranja u dublje slojeve kože jedno je od najboljih prirodnih sredstva za njegu protiv bora. Pogledajmo glavne sastojke:

LIKOPEN - poboljšava teksturu kože, regenerira kožu i štiti ju od preranog starenja.

BETAKAROTEN - ima sposobnost apsorpcije UV zraka i štiti kožu od slobodnih radikala.

VITAMIN A - od temeljnog je značaja za zdravu kožu jer ju obnavlja te smanjuje ožiljke i bore.

VITAMIN C - nužno potreban za proizvodnju kolagena, prirodnu bjelančevinu u tijelu koja podupire elastičnost i fleksibilnost kože.



Bore

Antioksidativna bomba brine za nastanak kolagena i obnavlja kožu te poboljšava njezinu elastičnost. Ulje barem dvaput dnevno utrljajte u kožne crte i bore.

Isušena koža

Zbog visokog udjela esencijalnih masnih kiselina ulje šipka ima odličnu sposobnost vlaženja kože.



Podočnjaci

Ulje šipka brine za hidrataciju kože, učvršćuje kožu te smanjuje tamne kolutove i bore oko očiju.

Posljedice stresa

Ulje podiže obrambene sposobnosti stanica kože i sprječava štetu nastalu zbog uzročnika stresa, odnosno slobodnih radikala. Koži daje zdrav ten, omekša ju i pobrine se za mladolik izgled.

🔥 Ulje nanosite izravno na očišćeno lice i nježnim ga kružnim pokretima umasirajte u kožu. Kružite od sredine lica prema van.

🔥 Ulje nanosite na lice barem dva puta dnevno i budite oprezni kako bi se ono dobro upilo u kožu. Ulje šipka možete umiješati u svoj serum ili kremu protiv starenja.

🔥 Šipak ne osigurava dovoljnu zaštitu od UV zraka, zbog čega se u slučaju veće izloženosti suncu dobro zaštitite kako ne biste uzrokovali nastanak novih bora.

🔥 Jednom tjedno pripremite mješavinu za pomlađivanje iz ulja šipka, bademovog ulja i zelenog čaja te ju nanosite na lice, vrat i dekolte.

🔥 Preporuča se da ulju šipka dodamo vitamin E (tokoferol) jer će na taj način djelovanje biti još bolje, a ulju ćemo produljiti rok trajanja.

5 NJEGA KOŽE SKLONE AKNAMA

Skoro svatko od nas u svojem se je životu barem jednom suočio s aknama ili pojavom bubuljica. Akne su doduše kronična upalna bolest kože do koje dolazi zbog različitih čimbenika, od hormonske neravnoteže do nečiste kože. Lojne žlijezde na koži počinju proizvoditi prekomjernu količinu loja koji začepljuje pore kože. Kada su pore blokirane, na tim se mjestima počinju razmnožavati bakterije *Propionibacterium acnes* koje proizvode proteine i otrove, koji pak su odgovorni za stanično oštećenje kože, što je glavni uzrok za upale i bolesti kože kao što su akne.



PRIPREMITE MJEŠAVINU PROTIV AKNI:

Sastojci:

- 1 žlica nosivog ulja (jojobino, bademovo, kokosovo...)
- 1 žlica ulja šipka
- 3 kapljice eteričnog ulja lavande
- 3 kapljice eteričnog ulja čajevca



Upute:

1. U prigodnoj posudici dobro pomiješajte sva ulja.
2. Svaku večer na lice nanesite 2 do 3 kapljice uljne mješavine i nježno umasirajte u kožu.

Napomena: Ovaj recept djeluje i na ožiljke i strije.

Akne mogu nastati i zbog manjka linolne kiseline. Ulje šipka sadrži upravo ovu esencijalnu masnu kiselinu, kao i brojne druge visokokvalitetne vitamine, uključujući vitamine A, C, E... Redovita upotreba ulja može uvelike poboljšati stanje akni jer brine za pravilno djelovanje stanica kože te održava pH ravnotežu kože. Upravo pH ravnoteža može biti uzrok za pojavu prištića.

Ako je stanje kože vrlo loše, ulje šipka ne nanosite izravno na akne jer to može uzrokovati nadraženost. Ulje razrijedite osnovnim uljem, kao što je npr. ulje jojobe ili bademovo ulje, a u mješavinu dodajte (u vrlo maloj količini) i eterično ulje čajevca, lavande, geranija, pačulija i ružmarina.

6 ULJE ZA ČIŠĆENJE

Ulje šipka možete upotrijebiti i kao sredstvo za uklanjanje šminke ili umjesto tonika. Nekoliko kapi ulja šipka možete pomiješati i u svoj tonik ili kremu.

1. Na pamučni jastučić kapnite nekoliko kapi ulja i s njim prođite po kopcima te drugim dijelovima na kojima imate šminku.
2. Zatim umijte lice i nježno ga osušite. Na kožu nanesite i umasirajte još 3 kapi ulja.



7 NJEGA OŽILJAKA I STRIJA

ESENCIJALNE MASNE KISELINE u ulju šipka mogu smanjiti vidljivost ožiljaka i strija na koži jer potiču regeneraciju kože i pridonose rastu nove kože. Također djeluju kao omekšivači te poboljšavaju elastičnost i propusnost kože.

Ulje šipka je prirodni izvor **OMEGA 3-6-9 MASNIH KISELINA** koje pomažu popraviti i regenerirati oštećenu kožu te smanjiti vidljivost ožiljaka.

VITAMIN A poboljšava tkivo ožiljaka te uljepšava ten i teksturu kože.

Ulje šipka je iznimno bogato **VITAMINOM C** koji sudjeluje u sintezi kolagena. Kolagen je važan za elastičnost kože te za smanjenje hiperpigmentacije i popunjavanje ožiljaka.

Ulje šipka je više puta testirano te se je pokazalo uspješnim kod liječenja ožiljaka na licu, opeklina, staračkih pjega i bora.



1. Nekoliko kapi ulja kružnim pokretima utrljajte na kritična mjesta i pričekajte da se upiju.
2. Pripremite uljnu mješavinu od ulja nevena i šipka te ju umasirajte na kritična mjesta.
3. Ponovite barem dva puta dnevno.

8 NJEGA KOŽE NAKON BRIJANJA

Ulje šipka je svakako vrlo pogodno i za njegu muške kože jer se brzo upija i ne ostavlja masne mrlje te je idealno za njegu kože nakon brijanja. Ulje možete nanijeti neposredno nakon brijanja ili nakon nanošenja balzama tj. vodice nakon brijanja. Za nadraženu kožu možete pripremiti i mješavinu od aloe vere gela i ulja šipka.



GEL ZA OPEČENU KOŽU

Sastojci:

- 30 ml aloe vera gela
- 2 žličice ulja šipka
- 1 kapljica ulja čajevca

Upute:

Sastojke dobro pomiješajte te ih nježno utrljajte na kritična područja.



9 NJEGA OPEKLINA

Ulje šipka je prirodan izvor vitamina E koji ima umirujuća, antioksidativna i protuupalna svojstva te smiruje i hidratizira osjetljivu i suhu kožu, uključujući i kožu koja je oštećena zbog sunca. Masne kiseline i vitamin C brinu za obnovu kože.





10 NJEGA SUHE I OŠTEĆENE KOSE

Jedna od glavnih prednosti ulja šipka je ta što ima sposobnost apsorpcije u kožu i kosu te što vlaži i omekšava vlasište i omogućuje bolji rast kose. Također pomaže u sprječavanju peruti i suhog vlasišta.

Ulje šipka koristi se i kao sredstvo za njegu protiv ispadanja kose jer sadrži brojne antioksidanse koji kosu štite od negativnih utjecaja okoline te ju održavaju glatkom, podatnom i svježom. Ulje šipka sadrži vitamine A, C i E.

NJEGA PROTIV SUHE KOSE I PERUTI:

1. Zagrijte 10 kapi ulja šipka i utrljajte ga u kosu i vlasište.
2. Ostavite djelovati 30 minuta.
3. Kosu isperite i operite uobičajenim šamponom.

SAVJET: Možete ga kombinirati i s kokosovim uljem.

A Sadrži antioksidanse koji pomažu da kosa ostane mlada i sprječavaju ispadanje kose.

E Vitamin E je prepun antioksidanata i pomaže ubrzati rast kose.

C Pridonosi bržem rastu kose te kosu jača, zbog čega je pucanje vrhova kose uvelike manje. Kosi pomaže u apsorpciji željeza.

11 NJEGA KRHKIH NOKTIJU

Ulje šipka možete bez problema upotrijebiti za njegu krhkih i oštećenih noktiju jer će se isto pobrinuti za njihovu hidrataciju i jakost. Redovita upotreba ulja nokte čini otpornijima, poboljšava njihov izgled te ih štiti od gljivičnih infekcija.

- Ulje umasirajte izravno na vaše nokte, najbolje navečer prije spavanja.
- Prije nego odete spavati, uvjerite se da se ulje dobro upilo.



12 ZA PRIRODNU LJEPOTU I MLADOLIK IZGLED



Kao što već znamo, ulje šipka je vrlo cijenjeno kod svih ljubitelja prirodne kozmetike i njege jer je doslovno riječ o hranjivoj bombi za našu kožu i kosu. Ulje šipka je idealno za u potpunosti prirodan izgled bez šminke jer koži vraća zdrav ten i mladoliku gipkost. Nepogrešivo je sredstvo za njegu i 'must have' proizvod za svaku ženu, posebice nakon 30. godine starosti.

Budući da je prirodna ljepota najljepša, u svojoj ćete se koži uz pomoć ulja šipka osjećati odlično!

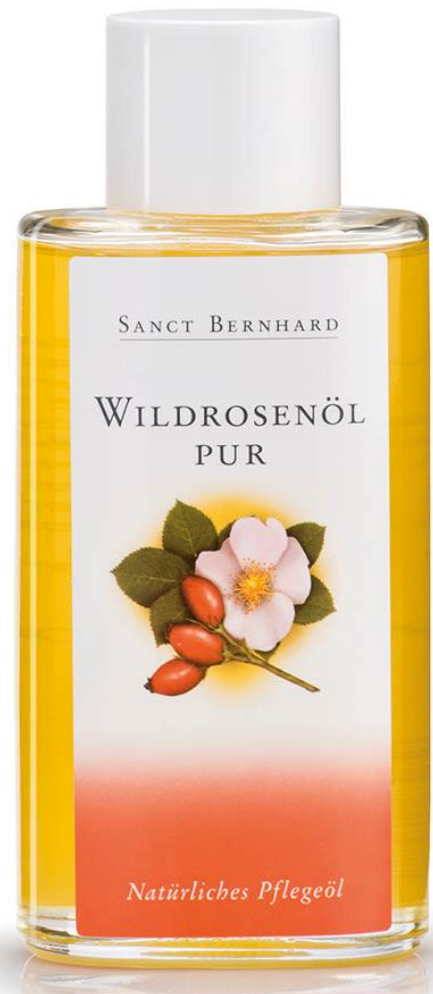


Ne propustite iznimnu ponudu prvoklasnog ulja šipka njemačkog proizvođača Sanct Bernhard!

100% ulje šipka

100 ml, s dodatkom vitamina E

KLIKNI OVDJE ZA
VIŠE INFORMACIJA
ILI NARUDŽBU >>



- Ulje se **brzo upija** u kožu te ju **štiti**.
- Kožu **vlaži i obnavlja**.
- Vrlo je pogodno za **suhu i zrelu kožu**.
- **Čisto i kvalitetno**, bez aditiva.