



AROMATERAPIJA KAO ODGOVOR NA VAGINALNE INFEKCIJE

Gotovo svaka žena susrela se sa vaginalnom infekcijom jednom ili više puta u životu, a neke se bore i sa kroničnim upalama genitalnog trakta uzrokovanih infekcijom. Upala može biti izazvana različitim mikroorganizmima, kao i kemijskim i fizičkim podražajima. Pa tako imamo upale izazvane bakterijama, gljivicama, virusima... Za ispravan i učinkovit tretman najvažnija je dijagnoza, a samo ginekolog može utvrditi o kojoj se vrsti upale, odnosno infekcije radi. Jednom kada imamo dijagnozu, liječenju možemo pristupiti i na jedan drugačiji način – pomoću [eteričnih ulja](#).

Genitalna **HPV** infekcija je najčešća spolno prenosiva infekcija na svijetu. Procjenjuje se da je u Hrvatskoj inficirano oko 60% spolno aktivnih žena, najčešće u dobi od 20-24 godine.

Eterično ulje [ravensare](#) (Cinnamomum camphora) jedno je od najjačih antivirusnih ulja, stoga nalazi svoju primjenu i u tretiranju HPV-a. Uz raversaru, u standardnu recepturu ulazi i [čajevac](#) (Melaleuca alternifolia), zbog učinka na stimulaciju imunoglobulina tipa G koji nastaju kao reakcija na dugotrajne infekcije, ali i zbog svog antivirusnog djelovanja. [Niauli kt. cineol](#) (Melaleuca quinquenervia ct. Cineol) se također ponekad nađe u recepturama za tretiranje hpv infekcija. No, sama antivirusna ulja nisu dovoljna za uspjeh u tretmanu: hpv nema lipoproteinski omotač, stoga koristimo i terpenke ketone: [eukaliptus polibraktea kt. kripton](#) (Eucalyptus polybractea ct. Cripton) i [ljekovitu kadulju](#) (Salvia officinalis). Oba ulja su neurotoksična i ne smiju se upotrebljavati na trudnicama, a kadulja je dodatno i iritativna stoga ju treba upotrebljavati u minimalnim količinama (do 1%). Eterično ulje [lista cimeta](#) (Cinnamomum verum) također pokazuje antivirusno djelovanje, a dodatno djeluje imnostimulirajuće povećavajući proizvodnju imunoglobulina A koji štiti sluznicu. Međutim, zbog iritativnosti smije se koristiti u vrlo malim količinama (0,5%). Uz eterična ulja, koristimo i [bazna ulja](#) kantariona i [tamanua](#), zbog njihovih antivirusnih i protuupalnih svojstava. Kombinacija eteričnih i baznih ulja za tretiranje hpv-a može se koristiti na tamponu, ili češće, u obliku vaginaleta, koje su mnogo jednostavnije za upotrebu.

Jedna od receptura za tretiranje hpv-a mogla bi izgledati ovako:

20 ml bu kantarion
10 ml bu [tamanu](#)
50 kapi eu ravensara
20 kapi eu čajevac
20 kapi eu eukaliptus polibraktea kt. kripton



Mješavinom ulja namoči se tampon, i drži se 2 sata 2 x dnevno, 20 dana između menstruacija, tijekom 2-4 ciklusa. Međutim, konkretna receptura, kao i učestalost i duljina terapije određuju se individualno, ovisno o CIN-u, vrsti HPV virusa, dugotrajnosti infekcije i eventualnoj osjetljivosti na eterična ulja.

Oralno: [oleokapsule 4](#), 1 kapsula 3x dnevno, tijekom mjesec dana.

Candida albicans spada u najčešće uzročnike vaginalnih infekcija i postaje sve otpornija na konvencionalne lijekove. U 95% slučajeva, pomoći će čajevac (*Melaleuca alternifolia*) u kombinaciji sa [palmarosom](#) (*Cymbopogon martinii*) ili [timijanom kt. geraniol](#) (*Thymus vulgaris* ct. geraniol). Međutim, kod dugotrajnijih infekcija uputno je koristiti i eterično ulje [mažurana](#) (*Origanum majorana*), a kod posebno tvrdokornih i [primorski vrisak](#) (*Satureja montana*) ili [cimet list](#) (*Cinnamomum verum*), koje, s obzirom na količinu fenola treba koristiti s oprezom i u minimalnoj koncentraciji.

Receptura, kao i kod hpv-a, ovisi o individualnim faktorima, a jedna općenita bi bila:

20 ml bu kantarion
10 ml bu tamanu
30 kapi eu čajevac
18 kapi eu palmarosa
18 kapi eu mažuran

Iako čajevac nema štetnih nuspojava, ponekad, zbog dugotrajnosti infekcije i iritiranosti i/ili oštećenosti vaginalnog tkiva, njegova upotreba može biti neugodna. U takvim slučajevima se upotrebljava [lavanda](#) (*Lavandula angustifolia*), dok oštećeno područje ne zacijeli.

Bakterijski vaginitis nastaje kada iz nekog razloga dolazi do poremećaja kiselosti rodnice, i slijedom toga do narušavanja omjera uobičajeno prisutnih bakterija. Smanjuje se broj aerobnih bakterija, a povećava broj anaerobnih, i to najčešće *Gardanella vaginalis*.

Aromaterapijski pristup bakterijskim vaginitisima su eterična ulja čajevca i ravnosare u baznim uljima kantariona i tamanua.



Sugestija recepture:

20 ml bu kantarion
10 ml bu tamanu
30 kapi eu čajevac
30 kapi eu ravensara

Kod **klamidijskih** infekcija koristimo [timijan kt. tujanol](#), a za **trihomonas vaginalis** marokansku kamilicu (Omenis mixta), koja u kombinaciji s čajevcem pokazuje odlične rezultate.

NAPOMENA: Ukoliko ćete se sami upustiti u izradu mješavina, upozoravamo vas na nužnost korištenja [kvalitetnih eteričnih ulja](#), obzirom na prezasićenost tržišta uljima sumnjive kvalitete. Ne odgovaramo za eventualne štetne posljedice nastale korištenjem ulja loše kvalitete.

Ukoliko se želite posavjetovati oko izrade individualne mješavine ulja, obratite se na e-mail nina@aromaterra.hr.

Prije primjene mješavina posavjetujte se sa svojim ginekologom.

Kvalitetna, kemotipizirana [eterična ulja](#), kao i hladno prešana [biljna ulja](#) možete kupiti u našem [web shopu](#).

[Nikolina Karin](#), fitoaromaterapeut

© Sva prava pridržana – [AROMATERRA CENTAR](#)