



* Kako prepoznati eterična ulja aromaterapijske kvalitete...

Eterična ulja često se *patvore* sintetskim spojevima ili s jeftinijim uljima sličnog mirisa, dodaju im se kemijski aditivi ili se podvrgavaju nepotrebnim kemijskim procesima (deterpenizacija, peroksidacija...).

Osim toga, *nije isto proizvode li se eterična ulja za neku industriju ili za aromaterapiju*, jer sam proces destilacije se razlikuje kako bi se izvukle i ljekovite komponente a ne samo miris. Većina ulja se proizvodi upravo za industrijsku uporabu, a tek manji postotak striktno za aromaterapijsku primjenu. Na žalost, često se upravo ta "industrijska" ulja prodaju nedovoljno educiranim aromaterapeutima s kojima oni pokušavaju iscjeljivati svoje klijente, doživljavati mistična "energetska" iskustva, uspostavljati kontakt s "anđelima iz biljaka", dok su zapravo takva ulja davno izgubila bilo kakvo ljekovito i energetsko djelovanje neadekvatnim procesima u industrijskim kotlovima.

Natpis na etiketi "100% čisto eterično ulje" uopće ne garantira kvalitetu. Većina eteričnih ulja na hrvatskom tržištu sintetskog je porijekla ili je vrlo loše kvalitete, bez obzira što distributeri tvrde suprotno. Tek je vrlo mali broj brandova vrijedno spomena za primjenu u ozbiljnoj aromaterapiji.

Jedan od pouzdanih načina da utvrdite radi li se o kvalitetnom eteričnom ulju jest da provjerite koje sve podatke sadrži etiketa na bočici ili još bolje *zatražite dobavljač/distributera eteričnih ulja da vam predoči certifikat* kojeg bi morao imati, zajedno s grafom analize ulja plinskom kromatografijom (*GC analiza*). Kao kupcu vaše je pravo tražiti takve podatke, a ako vam ih distributer odbije dati na uvid slobodno zaboravite na kupnju tih ulja jer je vrlo vjerojatno da su patvorena ili jako loše kvalitete. Važno je znati da *vjerodostojnu GC analizu može napraviti samo neki od europskih laboratorija* jer u Hrvatskoj za sada ne postoji laboratorij koji posjeduje aparaturu toliko preciznu da bi se razlučila patvorina od kvalitetnog ulja, te da bi se točno odredili kemotipovi eteričnih ulja.

Ako je eterično ulje aromaterapijske kvalitete ono će biti botanički i kemijski definirano, odnosno na etiketi ili u certifikatu će imati napisano slijedeće:

1. LATINSKO IME RODA I VRSTE BILJKE

Važno je poznavati točnu vrstu iz koje je eterično ulje dobiveno jer, primjerice, postoji više vrsta lavandi različitog djelovanja zbog razlika u kemijskom sastavu eteričnih ulja (prava lavanda *Lavandula angustifolia*, širokolisna lavanda *L. latifolia*, španjolska lavanda *L. stoechas*, lavandini *L. hybrida*), zatim više vrsta eukaliptusa (*Eucalyptus globulus*, *E. radiata*, *E. citriodora*), više vrsta metvica, borova, jela, smreka, cedrova, tamjana i drugih biljaka.

2. DIO BILJKE

Iz različitih dijelova biljke iste botaničke vrste mogu se dobiti ulja različitog sastava i djelovanja. Primjerice ulje gorke naranče, petit grain gorke naranče i neroli dobivaju se iz iste vrste *Citrus aurantium var. amara* ali iz različitih organa (usplođa, listova i cvjetova).

3. NAČIN DOBIVANJA ULJA

O načinu dobivanja ovisi kakav će biti kemijski sastav eteričnog ulja, a time i njegovo djelovanje. Primjerice, eterična ulja citrusa mogu se dobiti iz usplođa (kore ploda) hladnim tještenjem ali i destilacijom vodenom parom, i ona nisu jednaka po sastavu i djelovanju.

4. GLAVNE KEMIJSKE SASTAVNICE (KEMOTIP ETERIČNOG ULJA)

Ulja dobivena iz iste vrste mogu imati različiti kemijski sastav ovisno o staništu, mikroklimi i sitnim genetskim modifikacijama. Takva ulja se nazivaju *kemotipovi*! Npr. ružmarin ima tri kemotipa različitog sastava i djelovanja, od kojih je kemotip kamfor štetan za jetru a kemotip verbenon je liječi, što zorno prikazuje *da se ne radi o bezazlenim i zanemarivim razlikama*. Timijan ima čak devet kemotipova različitog farmakološkog djelovanja. Kvalitetan aromaterapeut će itekako paziti koji kemotip upotrebljava za koju indikaciju. Ovaj kriterij kemotipiziranosti zadovoljavaju samo rijetki proizvođači i distributeri eteričnih ulja, a može vam ukazati i na stupanj stručnosti nekog aromaterapeuta.

5. ZEMLJA GDJE JE BILJKA RASLA

Znalcima može ukazivati na kemotip ulja i finoću njegovog mirisa. Primjerice, ružmarin koji je rastao na Korzici najvjerojatnije je kemotip verbenon, dok je onaj iz sjeverne Afrike kemotip cineol. Ruža iz Bugarske mirisom se razlikuje od one koja raste u Turskoj.

6. NAČIN UZGOJA

Ukazuje na kvalitetu same biljke te na moguću zagađenost pesticidima i organskim gnojivima. Tipovi uzgoja su: biodinamički, organski, konvencionalni, tradicionalni, divlji rast...

BILJNA (BAZNA) ULJA moraju biti *hladno prešana i nerafinirana* ako želimo postići njihovo ljekovito djelovanje na kožu i organizam u cjelini. Procesom "vrućeg prešanja" povećava se prinos ulja u proizvodnji a time i zarada, ali se oštećuju osjetljive nezasićene masne kiseline čime se povećava štetnost tako dobivenih biljnih ulja. Proces rafiniranja služi tome da produži vrijeme skladištenja, ali se njime uklanjaju ljekovite tvari iz biljnih ulja. Primjerice, biljno ulje lješnjaka korisno je za njegu masne kože zbog spojeva triterpena koji reguliraju masnoću kože, ali se procesom rafiniranja takvi spojevi u potpunosti unište pa rafinirano ulje lješnjaka neće djelovati povoljno na masnu kožu.

HIDROLATI *ne smiju imati primješan alkohol etanol* kojeg neki proizvođači dodaju kako bi stabilizirali proizvod i produžili mu rok trajnosti. Za aromaterapijsku upotrebu i njegu kože hidrolati moraju biti bez dodanog alkohola, bistri, čuvani na hladnom i tamnom mjestu i eventualno stabilizirani s ekstraktom sjemenki grejpa. Također provjerite rok trajanja i upotrijebite hidrolat do isteka tog roka.

Ulja kojima na etiketi ili u certifikatu izostaje takva preciznost sumnjive su kvalitete i najbolje je ne koristiti ih na tijelu, u masaži niti u aromaterapijske svrhe.

S obzirom na metež na tržištu uljima, aromaterapeutima i laicima preporučujemo botanički definirana i kemotipizirana Oshadhi eterična ulja, biljna ulja i hidrolate vrhunske aromaterapijske kvalitete.

(www.oshadhi.hr)