

# BASIS AROMATHERAPIE

## DOSERING

### 1%

5ml	1 dr
10ml	2 dr
15ml	3 dr
20ml	4 dr
25ml	5 dr
30ml	6 dr
40ml	8 dr
50ml	10 dr
60ml	12 dr
75ml	15 dr
100ml	20 dr

### 2%

5ml	2 dr
10ml	4 dr
15ml	6 dr
20ml	8 dr
25ml	10 dr
30ml	12 dr
40ml	16 dr
50ml	20 dr
60ml	24 dr
75ml	30 dr
100ml	40 dr

### 2,5%

5ml	2,5 dr
10ml	5 dr
15ml	7,5 dr
20ml	10 dr
25ml	12,5 dr
30ml	15 dr
40ml	20 dr
50ml	25 dr
60ml	30 dr
75ml	37,5 dr
100ml	50 dr

### 3%

5ml	3 dr
10ml	6 dr
15ml	9 dr
20ml	12 dr
25ml	15 dr
30ml	18 dr
40ml	24 dr
50ml	30 dr
60ml	36 dr
75ml	45 dr
100ml	60 dr

# BASIS AROMATHERAPIE

## DOSERING

### 4%

5ml	4 dr
10ml	8 dr
15ml	12 dr
20ml	16 dr
25ml	20 dr
30ml	24 dr
40ml	32 dr
50ml	40 dr
60ml	48 dr
75ml	60 dr
100ml	80 dr

### 5%

5ml	5 dr
10ml	10 dr
15ml	15 dr
20ml	20 dr
25ml	25 dr
30ml	30 dr
40ml	40 dr
50ml	50 dr
60ml	60 dr
75ml	75 dr
100ml	100dr

1 ml = 20 druppels essentiële olie  
afhankelijk van de dikte van de  
olie.

10% van 1 ml = 2 druppels

5% van 1 ml = 1 druppel

5% van 20 ml = 20 druppels

20 ml = 400 druppels

40 ml x 5% = 40 druppels = 2 ml

Vragen?

Stuur een mail naar  
[nicole@idunagezondgenieten.be](mailto:nicole@idunagezondgenieten.be)

# BASIS AROMATHERAPIE

## DOSERING

Gewicht kind	Aantal druppels essentiële olie voor bad, inhaleren, kompres etc.
Tot 12 kg	1
12 – 25 kg	2
25 – 38 kg	3
38 – 50 kg	4
Boven 50 kg	tot 8

Gewicht kind	Aantal druppels essentiële olie in 50 ml neutrale olie/lotion voor massage
Tot 12 kg	5
12 – 25 kg	8
25 – 38 kg	8
38 – 50 kg	8
Boven 50 kg	tot 15

Massage
Gelaatsmassage: ½ tot 1 % Lichaamsmassage: 1 tot 2 % verdunning.
Lichaamsmassage kinderen: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maximum 1 % voor kinderen ouder dan 1 jaar</li> <li>• Maximum ¼ % voor kinderen jonger dan 1 jaar</li> </ul>
Bij volwassenen die onder het gewicht van kinderen vallen moet je ook deze dosering gebruiken

Bad
Volwassenen: 10 tot 15 dr. Nooit meer dan 15 dr in een normaal ligbad. Als het een zitbad is 5 tot 10 dr. Voetbad: 5 tot 7 dr.
Maskers
Gelaatmasker: max 1 tot 2 dr. Lichaamspakking: max 5 tot 7dr. Verdelen over het volledige masker of pakking