

RUNO KUU

ETEERISET ÖLJYT

ELÄMÄNVOIMAN LÄHTEENÄ

ATENA

Tekstin- ja tiedonlouhinta kielletty.

Text and data mining prohibited.

Tämä kirja on tarkoitettu tiedon välittämiseen eikä sitä ole tarkoitettu hoitamaan, parantamaan tai ehkäisemään sairauksia. Se ei ota vastuuta virallisista julkaisuista tai tutkimuksista, joihin kirjan lopussa viitataan. Tässä kirjassa annetut tiedot eivät korvaa lääkärin diagnoosia tai hänen antamaansa taudinmäärittystä. Vakavissa sairauksissa ja muissa epävarmoissa tilanteissa on käännäyttävä aina lääkärin puoleen.

© Runo Kuu ja Atena / Kustannusosakeyhtiö Otava 2026

Kustannusosakeyhtiö Otava / Atena
Asemakatu 6, 40100 Jyväskylä
tuoteturvallisuus@otava.fi

Tekstin- ja tiedonlouhinta kielletty.

ISBN 978-951-1-53760-1

OTAVA
KIRJAPAINO
Keuruu 2026



Sisällys

Lukijalle	11
Mitä eteeriset öljyt ovat ja miten ne vaikuttavat?	13
Eteeristen öljyjen valmistus ja kemiallinen koostumus	15
Monoterpeenit	15
Seskviterpeenit	16
Diterpeenit	16
Monoterpenolit	16
Seskviterpenolit	16
Diterpenolit	16
Fenolit	17
Aldehydit	17
Ketonit	17
Hapot ja esterit	17
Laktonit	17
Eteeristen öljyjen käyttömenetelmät	
ja luonnolliset emulgointiaineet	19
Diffuuseri ja keraaminen lyhty	19
Haude	20
Hieronta	21
Hiushuuhde	21
Inhalaatio	21
Kylpy	21
Voide	21
Öljyn käyttö suoraan iholle	22
Eteeriset öljyt kosmeettisesti	23
Juurituoksut	23
Latvatuoksut	23
Sydäntuoksut	24
Hajuvedet	25

Keltaisen kuun tuoksuöljy	26
Sinisen kuun tuoksuöljy	26
Vihreän kuun tuoksuöljy	27
Oranssin kuun tuoksu	27
Punaisten kuun tuoksuöljy	27
Violetin kuun tuoksu	27
Hiusvedet	28
Rakkauden ensi kosketus	28
Suoja täitä vastaan	28
Kasvovedet, kasvonaamiot ja hoitoöljyt	29
Nerolivesi	29
Ruusuvesi	29
Minttuvesi	29
Kasvonaamio savesta	29
Silmänypärysiljy atoopikolle	30
Silmänypärysiljy sekaiholle	30
Silmänypärysiljy pirstämään	30
Luonnonmukainen deodorantti	30
Silmänypärysiljy arville	30
Huulivoide karitevoista	30
Eteeristen öljyjen annostelu ja säilytys	31
Öljyjen prosentit	32
Katsaus chakroiin	33
Eteeriset öljyt historiassa	35
Kuuluisimmat henkilöt eteeristen öljyjen historiassa	36
<i>Hippokrates (n. 460–370 eaa.)</i>	36
<i>Avicenna (n. 980–1037)</i>	36
<i>Nicholas Culpeper (1616–1654)</i>	37
<i>René-Maurice Gattefossé (1881–1950)</i>	37
<i>Marguerite Maury (1895–1968)</i>	37
<i>Jean Valnet (1920–1995)</i>	38
101 eteeristä öljyä	39
Amyris	39
Anis ja tähtianis	42

Appelsiini, makea- ja karvasappelsiini	46
Basilika	49
Bentsoe	52
Bergamotti	55
Blue tansy	58
Cade	61
Copaiba	64
Davana	67
Elemi	70
Eukalyptus	72
Fenkoli	76
Frankinsensi	79
Galbanum	82
Greippi	85
Hinoki	88
Iisoppi	90
Inkivääri	93
Jasmiinit	96
Kajeput	99
Kamferi	102
Kamomilla ja jalosauramo	106
Kanelinlehti- ja kanelinkuoriöljy	110
Kataja ja katajanmarja	113
Kardemumma	116
Korianteri	120
Kumina ja roomankumina	123
Kunzea	127
Kurkuma	130
Laventeli	133
Laakeri	137
Ledum	139
Lehtikuusi	142
Limetti	144
Litsea	146
Mandariini ja tangeriini	149
Manuka	152
Maustepippuri	155

Meirami ja oregano	158
Mirhami	161
Mustakuusi	164
Mustapippuri	167
Muskottipähkinä	170
Myrtti	174
Mänty	177
Nardusjuuri	181
Neilikka	184
Neroli	187
Niaouli	191
Okakuusi	194
Olkikukka	197
Orvokki	200
Palmarosa	203
Palosanto	206
Patsuli	209
Pelargoni	213
Petitgrain	217
Piparminttu	220
Porkkanansiemen	225
Rakuuna	228
Ravensara ja ravintsara	230
Rosmariini	234
Ruusu	238
Ruusupuu	242
Saksanpihta, siperianpihta ja palsamipihta	244
Salvia ja muskatellisalvia	247
Santelipuu	252
Saro	255
Seetri	258
Sembramänty	261
Siankärsämö	263
Sitronella	266
Sitruuna	269
Sitruunaeukalyptus	272

Sitruunamelissa	275
Sitruunamyrtti	278
Sitruunaruoho	281
Sitruunaverbena	284
Sypressi	286
Teepuu	289
Tillinsiemen	292
Timjami	295
Vanilja	299
Vetiveria	302
Viherminttu	305
Väinönputki	309
Wintergreen	312
Ylang-ylang	316
Eteerisistä öljyistä iloa koko perheelle	320
Koti- ja matka-apteekki	320
Kodin siivous	321
Oireluettelo ja käyttömahdollisuudet	323
Kirjallisuutta	329
Verkkolähteet	331

Lukijalle

Tämä kirja syntyi tarpeesta tuoda tietoa aikaan, jolloin voimme ottaa vastuuta terveydestämme itse ja voida paremmin muuttuvassa maailmassa. Kirja on kirjoitettu sinulle, joka olet kiinnostunut vaihtoehtoisista hyvinvointimenetelmistä, niin tuoksujen, hauteiden, hieronnan kuin ekologisen kosmetiikankin osalta. Kirja on tarkoitettu niin arki- kuin opetuskäyttöön, sillä luonto on hoitanut meille harmonian jo aikojen alussa. Ihmiskunnalla on vain kestänyt tuhansia vuosia huomata tuo kaikki hyvinvointi ja kauneus ympärillään.

Muistatko jonkun tuoksun lapsuudestasi, joka tavoittaa sinut tänäkin päivänä? Toiselle se on laventelin tuoksu mummulassa, toiselle appelsiinin tuoksu arki-aamussa. Mikä tahansa se onkin, aivot muistavat nuo tuoksut mahdollisesti jo geeniperimästä asti.

Oma tarinani eteeristen öljyjen kanssa alkaa juuri tuosta hetkestä, muistosta, joka helli sisimpääni. Aina kun tunsin olevani alakuloinen, laitoin öljylampun palamaan ja hetken päästä olinkin jo iloisena työn touhussa. Se sai minut kiinnostumaan eteerisistä öljyistä, miten ne toimivat ihmisen limbisessä järjestelmässä, ja mihin muuhun ne voisivat olla avuksi? Minkälaista näytelmää kemialliset ainesosat voivat keskenään näytellä?

Eteerisiä öljyjä käytetään monin eri tavoin, mutta parhaimpia hoitotuloksia on saatu stressin ja lievän masennuksen hoidossa.

Olen koonnut kirjaan selkeät raamit eteeristen öljyjen turvallisuudelle käytölle. Lisäksi olen paljastanut ne kasvit, joiden myrkyllisyys on voimakkaampaa, ja joiden hyödyntäminen ei ole turvallista kotikäytössä, jotta myös koulutetut terapeutit saavat uutta ulottuvuutta

työhönsä. Kirja sopii laajuutensa vuoksi myös opetuskäyttöön eri oppilaitoksiin.

Kirja on elänyt matkassani kauan ja haluan jakaa sen tiedon kaikille, sillä luonto sisältää kaikessa viisaudessaan kaiken sen mitä ihmisskunta lopulta tarvitsee. Meidän kuuluu vain löytää tuo tieto. Toivonkin tämän kirjan raottavan tuota oivallusta edes vähän, sillä *Eteeriset öljyt elämänvoiman lähteenä* on vain pieni ylistys tämän kirjan päähenkilöille, joita olen koonnut tiedoksi sinulle siinä määrin, että selviät viimein yhdellä ainoalla kirjalla öljyjen sinfoniasta.

Matka eteeristen öljyjen kanssa on ollut huikea, ja olen oppinut niistä paljon näiden vuosien aikana. Toivon, että voin antaa kirjan muodossa sinulle keinot löytää oma matkasi eteeristen öljyjen kanssa, luontoa kuunnellen.

Runo Kuu

Mitä eteeriset öljyt ovat ja miten ne vaikuttavat?

Eteeriset öljyt ovat pihkoista, kukista, puista, pensaista ja niiden juurista valmistettuja tiivistettyjä kasviöljyjä, joita käytetään mitä erilaisimpiin vaikeuksiin. Öljyjä käytetään kolmella eri tavalla: kosmeettisessa, lääkinnällisessä ja hoitavassa muodossa, joista viimeisimpänä mainittu on Suomessa käytetyin muoto. Siinä eteerisiä öljyjä imeytetään ulkoisesti ihon läpi verenkiertoon, jolloin niiden pienet molekyylit läpäisevät ihon orvaskeden päätyen lopulta verenkiertoon. Hoitotapa tunnetaan ”aromaterapiana”, joka on itse käsitteenä nuori siitä huolimatta, että sen juuret ulottuvat ihmiskunnan alkuvaiheisiin.

Aromaterapeuttinen käyttö on eteeristen öljyjen vahvuutta ajatellen turvallisin käyttötapa, sillä öljyt imeytyvät verenkiertoon pienten molekyylien ansiosta varsin nopeasti, mutta ennen kaikkea turvallisesti. Öljyt vaikuttavat myös nenäonteloiden kautta, jolloin aivojen limbinen järjestelmä tunnistaa hajumolekyylin, joka vaikuttaa aivojen välittäjäaineiden avulla suoraan muuhun hermostoon halutulla tavalla. Vaikutus on yleensä joko piristävä, rauhoittava, unettava tai kipua ja kutinaa lievittävä.

Eteeristen öljyjen käyttötavat lajitellaan eri maissa eri tavoin lääkäreiden koulutuksen mukaan. Ranskassa lääkinnällinen aromaterapia (sisäinen käyttö) on yleisempää, koska siellä eteeriset öljyt kuuluvat luonnollisena osana lääkärin koulutukseen. Maallikkokäytössä eteeriset öljyt imeytetään usein perusvoiteen seasta ihon kautta verenkiertoon. Näin taataan niiden turvallinen käyttö.

Kehon kunnosta riippuen öljyt poistuvat kehosta muutamissa tunneissa hien ja virtsan mukana. Sairaallakin ihmisellä öljyt poistuvat kehosta viimeistään vuorokauden kuluessa. Eteeriset öljyt eivät siis jää samalla tavalla elimistöön kuin synteettiset lääkkeet.

Eteeristen öljyjen valmistus ja kemiallinen koostumus

Nykyisistä eteeristen öljyjen valmistustavoista yleisin on höyrytislata öljyt tiivistemuotoisiksi höyrytislauslaitteella. Muita tapoja ovat uutaminen kemiallisten liuottimien avulla (tämän tyyppistä öljyä ei tule käyttää koskaan suoraan iholle), maserointi (öljyn imeyttäminen öljyyn tai rasvaan) ja puserdaminen, joka on tunnetuin tapa heti höyrytislauksen jälkeen.

Useimmat sitrustuoksut puserdetaan hedelmien kuorista kylmäpuristamalla, mutta niitäkin voi höyrytislata. Molemmat tavat ovat käytössä, koska niillä on omat hyvät puolensa. Sitrusöljyjen kohdalla puserdaminen tuottaa parempilaatuisen öljyn, mutta silloin se on useimmiten valotoksista. Höyrytislauksella sitrusöljyjen valotoksisuus häviää, mikä helpottaa tuotteiden käyttöä. Kun tuote on valotoksinen, se voi aiheuttaa ihottumaa käyttäjälle, mikäli oleskelee auringonvalossa samanaikaisesti.

Kemiallisesti eteeriset öljyt koostuvat atomeista, kuten kaikki muutkin alkuaineet. Kun atomit yhdistyvät keskenään, syntyy molekyylejä. Eteeriset öljyt jaetaan kemiallisiin ryhmiin, joista kerrotaan tarkemmin seuraavaksi. Tärkeimmät ryhmät ovat terpeenit, alkoholit, fenolit, aldehydit, ketonit, hapot, esterit ja laktonit.

Monoterpeenit

Monoterpeeneillä on antiseptisiä, limaa irrottavia, kipua estäviä, sappikiviä hajottavia sekä viruksia ja bakteereja tuhoavia vaikutuksia.

Monoterpeeneillä on myös ihoa ärsyttäviä ominaisuuksia, joka on syytä muistaa, kun käytetään tämän tyyppisiä öljyjä iholla.

Seskviterpeenit

Seskviterpeeneillä on bakteereja tappavia, rauhoittavia ja tulehduksia estäviä vaikutuksia. Ne laskevat osittain myös kuumetta, kipuja ja kouristuksia, minkä vuoksi ne ovat lääketieteellisesti yksi tutkituimmista ryhmistä eteristen öljyjen saralla.

Diterpeenit

Diterpeeneillä on terpeenijoukon raskaimmat molekyyliarakenteet. Ne irrottavat limaa, eliminoivat lievästi bakteereja ja edistävät suoliston peristaltiikkaa. Osa diterpeeneistä vaikuttaa myös hormonitoimintaan ja kuumetta laskevasti.

Monoterpenolit

Monoterpenoleilla on bakteereja ja viruksia tappavia vaikutuksia, minkä vuoksi ne ovat hyviä tartuntatautien ehkäisemiseen. Tuoksulampussa ne lämmittävät ja piristävät sekä puhdistavat ilmaa infektioiden aikana. Koska ne eivät ärsytä ihoa, niitä sisältävät öljyt ovat hyviä kohentamaan lasten ja iäkkäiden kuntoa.

Seskviterpenolit

Seskviterpenolit ovat molekyylijä, jotka puhdistavat verta eivätkä ärsytä ihoa. Toisinaan ne myös vaikuttavat suotuisasti sydämeen, maksaan sekä yleisvointiin ja elämänvoiman vahvistamiseen.

Diterpenolit

Diterpenolit eivät haihdu kovin nopeasti ja ne muistuttavatkin lähinnä rakenteeltaan hormoneja. Tällaisia molekyyliä käytetään, kun halutaan parantaa hormonierityksestä johtuvia muutoksia.

Fenolit

Fenolit ovat voimakkaita antisepteja. Vaikka ne ärsyttävät ihoa voimakkaasti, toimivat ne immuunivasteen alueella positiivisesti stimuloiden. Punainen timjami on tästä hyvä esimerkki.

Aldehydit

Aldehydit tuoksuvat voimakkaasti ja niillä on samantyyppisiä ominaisuuksia kuin fenoleilla ja ketoneilla. Samasta syystä ne myös ärsyttävät herkästi ihoa. Aldehydit muodostuvat alkoholin hapettuuessa ja ne lievittävät tulehduksia, ehkäisevät tartuntoja sekä laskevat ruumiinlämpöä ja rauhoittavat mieltä. Osa aldehydeistä vaikuttaa verenpaineeseen laskevasti. Useat sitrusöljyt sisältävät aldehydejä.

Ketonit

Tunnetuin ketoni on asetoni, mutta sitä ei valmisteta eeterisenä öljynä. Ketonit ovat yksi myrkyllisimmistä kemiallisista molekyyleistä. Eeterisissä öljyissä esiintyy ketoneita, mutta mainittavissa määrissä niitä on vain harvoissa öljyissä. Ketonit ovat eräänlaisia hermomyrkkijä, mutta kotikäyttöön soveltuviissa öljyissä niitä ei ole juuri ole. Ketonien positiivisia puolia ovat rauhoittava ja piristävä vaikutus, ruoansulatuksen edistäminen ja kivun lievittäminen paikallisesti.

Hapot ja esterit

Kun orgaaniset happomolekyylit reagoivat alkoholien kanssa, syntyy estereitä. Esterit vaikuttavat tulehduksiin ja hiivasieniin. Ne tasoittavat sympaattista hermostoa niin rauhoittavasti kuin piristävästikin. Eteeriset öljyt, jotka sisältävät estereitä, vaikuttavat tulehduksia estävästi.

Laktonit

Laktoneita tavataan lähinnä vain kylmäpuristuksella tehdyissä eeterisissä öljyissä. Niiden molekyylit ovat liian suuria, jotta ne läpäisisivät höyrytislusmenetelmän. Laktonit laskevat ruumiinlämpöä ja estävät

liman muodostusta. Laktoneita esiintyy jasmiiniöljyssä ja tietyissä sitrusöljyissä, jotka muodostavat laktonin ansiosta valotoksisen ilmiön auringonvalossa.

Eteeristen öljyjen käyttömenetelmät ja luonnolliset emulgointiaineet

Eteerisiä öljyjä käytetään perusvoiteiden tai öljyjen seassa. Tuoksu-lampuissa öljy sekoitetaan suoraan veteen. Itse eteerinen öljy ei sekoitu veteen, joten sen sekoittamiseen tarvitaan emulgoiva aine. Eteeristä öljyä ei tule käyttää iholle raakana, sillä ne voivat polttaa ja ärsyttää ihoa. Sopivia emulgointiaineita iholle ovat alkoholi, kasvisglyseroli, maito, öljy tai öljypohjainen voide. Kasviöljyjä käytetään hieronnassa, uutteissa ja erilaisissa kauneudenhoitotuotteissa.

Eteeristen öljyjen perusemulgaattoreiksi löytyy öljyistä lukuisia. Tällaisia ovat esimerkiksi aprikoosinsiemen-, argan-, auringonkukka-, avokado-, greipinsiemen-, hamppu-, hasselpähkinä-, jojoba-, kookos-, oliivi-, manteli-, persikka-, risiini-, seesaminsiemen-, soija-, vehnän-alkio- ja viinirypäleensiemensöljy sekä karitevoi.

Diffuuseri ja keraaminen lyhty

Diffuuserin käyttö huoneilmassa oli vielä hetki sitten normaali tapa ehkäistä sairauksia Ranskan sairaaloissa. Tapa loppui synteettisten lääkkeiden yleistyessä. Eteeristen öljyjen käyttöä on alettu tutkia uudestaan SARS-CoV-2:n tultua maailmaan. Tiede ymmärsi jo aiemmin eukalyptusöljyn desinfioivan ilmasta niin bakteereja kuin viruksiakin. Nytemmin tutkimuksia on tehty uudestaan ja on vakuututtu siitä, että tietyt eteeriset öljyt desinfioivat ja sterilisoivat huoneilmaa ehkäisten sairauksia.

Vaikka diffuuserin käytöstä on tullut erittäin suosittua, edelleen on saatavilla myös keraamisia niin sanottuja vanhanaikaisia tuoksupolttimia,

jotka toimivat samankaltaisesti kuin diffuuserit. Diffuusereita löytyy niin kuuma- kuin kylmäkäyttöisiäkin. Kylmäkäyttö ei sinällään ole flunssaiselle hyväksi, mutta kun lisää siihen eteerisiä öljyjä, se desinfioi huoneilman. Diffuuserit yksistään eivät desinfioi vaan levittävät bakteereja ilmassa, joten kuumahöyrystin on siinä suhteessa sisäilman kannalta pitkäaikaisessa käytössä parempi. Huom! Kuumadiffuuserissa voi olla mahdollisesti leimahdusvaara, joten ota selvää valmistajalta, voiko eteeristä öljyä käyttää diffuuserissa.

Perinteinen öljylamppu taas toimii kynttilän ja keraamisen (joskus myös lasisen) vesiastian varassa, joten on tärkeää valita astia, jossa on mahdollisimman syvä vesiastia. Saatavilla on malleja, joissa vesi kestää tarvittaessa lyhdyssä koko päivän. Tällöin ei tarvitse huolehtia veden loppumisesta.

Käytätpä mitä tahansa laitetta, älä jätä sitä vartioimatta kokonaan. Eteerisen öljyn voi sekoittaa diffuuseriin tai keraamiseen lyhtyyn ilman emulgointiainetta, sillä pelkkä vesi riittää. Sopiva määrä öljyä diffuuseriin tai tuoksulyhtyyn on 2–8 tippaa päivässä, riippuen öljyn vahvuudesta. Lapsiperheissä on syytä käyttää normaalia pienempiä annostuksia.

Haude

Hauteiden käyttö on suositeltavaa ruuhjeissa ja kivuissa. Hauteen teossa tulee olla tarkkana, ettei raakaa öljyä pääse suoraan ihokosketukseen. Onnistut hauteen teossa parhaiten, kun tiputat eteeristä öljyä muuttaman tipan suoraan joko kylmään tai kuumaan veteen, kastelet pyyhkeen toisen puolen vedessä ja rutistat sen kuivaksi. Kun laskostat pyyhettä ruuhje- tai kipukohtaan, älä aseta päällimmäiseksi vedessä käynyttä kohtaa, sillä kastuessaan öljy imeytyy joka tapauksessa pyyhkeen läpi. Haudetta pidetään kipeällä kohdalla noin viisi minuuttia. Hauteessa voit tarvittaessa käyttää perusöljyä eteerisen öljyn seassa, etenkin jos kyseessä on lapsi.

Hieronta

Hieronnessa eri perusöljyjen avulla eteeriset öljyt imeytyvät elimistöön suoraan ihon läpi, mutta myös hajuaistin välityksellä. Eteeriset öljyt imeytyvät ihon läpi huomattavasti nopeammin kuin perusöljyt, joiden molekyylit ovat eteerisiä öljyjä suurempia. Tämän vuoksi on tärkeää panostaa luonnonmukaisiin öljyihin. Hieronnan välityksellä eteeriset öljyt imeytyvät laajalle elimistöön, minkä vuoksi tehokkain tapa öljyjen käyttöön on aina ensisijaisesti kokovartalohieronta. Hieronnan vaikutuksesta öljyt imeytyvät kehoon muutamissa minuuteissa.

Hiushuuhde

Lisää eteerisiä öljyjä muutama tippa viimeiseen huuhteluveteen tai omenaviinietikkaan, jolloin saat öljyistä luonnollisen hoitavan huuhteen.

Inhalaatio

Käytä inhalaationa ämpäriä tai laakeaa vattia, johon on sekoitettu kuumaa vettä. Höyryhengitys on tehokas hoitotapa influenssalle ja kurkkukivulle. Inhalaation käytössä tärkeintä on annostella öljy oikein, muutama tippa riittää. Aseta tämän jälkeen pyyhe pääsi päälle, jotta höyry ei häviäisi ilmaan.

Kylpy

Jos omistat kylpyammeen, on eteeristen öljyjen käyttö todella helppoa. Kylpyammeelliseen voi käyttää päivittäiskäytössä 3–6 tippaa aikuista henkilöä kohden. Mikäli käytössä ei ole isoa ammetta, pienempi käy mainiosti. Vauvojen vanhoja myydään kirpputoreilla ja alan kaupoissa muutamien eurojen hintaan, ne käyvät loistavasti istumakylpyihin. Myös pienet saavit sopivat jalkakylpyihin, lapsille myös istumakylvyiksi.

Voide

Eteerinen öljy sekoitetaan joko hajustamattomaan kaupan voiteeseen tai öljyyn, jota käytetään eri valmisteissa ja kauneudenhoitotuotteissa.

Hoitovoiteiden teosta voit lukea enemmän ”Eteeriset öljyt kosmeettisesti” -osiosta. Sopiva määrä kertakäyttöön on 1–3 tippaa.

Öljyn käyttö suoraan iholle

On olemassa muutama öljy, joiden käyttöä voi suositella hätätapauksissa suoraan iholle. Näitä ovat laventeli, ruusu, ravintsara, ravensara ja saro. Esimerkiksi ravintsaraa voit käyttää tipan suoraan herpesksen tai vyöruusun päälle tai laventelia suoraan palovamman päälle, jotta säästytään kiusalliselta rakolta.

Eteeriset öljyt kosmeettisesti

Eteeristen öljyjen kanssa työskennellessä on hyvä olla selvillä öljyjen haihtumisnopeuksista, jotka vaihtelevat eri vuodenaikojen ja öljyjen mukaan. Perussääntönä tuotteiden teossa on näkemys kolmesta eri tasosta: juuri-, latva- ja sydäntuoksuista. Näiden tasojen ymmärtäminen helpottaa kosmeettisten tuotteiden tekoa, jolloin tuotteista tulee harmonisia ja tasapainoisia. Tasoja voi verrata myös nuottiasteikkoon, jokaisella öljyllä on oma paikkansa asteikossa.

Juurituoksut

Juurituoksulla on näistä kolmesta elementistä syvin ja raskain olemus. Ne voivat jäädä tuoksumaan huoneilmassakin useammaksi päiväksi ja niitä käytetään usein hajaveden kiinnitysaineena eli niin sanottuna ”pohja-aineena”.

Yleisesti juurituoksuina tuoksuvat amyris, bentsoe, jasmiini, inkivääri, kurkuma, nardusjuuri, patsuli, santelipuu, vanilja, vetiveria ja väinönputki.

Latvatuoksut

Latvatuoksut ovat nuottiasteikon ylänuotti ja ne ovat kevyimpiä koostumukseltaan. Niiden tuoksu ei kestä kauaa, mutta kevyenä ja raikkaana ne keventävät myös mielialaa. Latvatuoksut antavat hajavedelle sen viimeisen silauksen.

Latvatuoksuja ovat bergamotti, eukalyptukset, galbanum, greippi, iisoppi, kajeput, kamferi, kunzea, laakeri, laventeli, limetti, litsea, mandariini, mirhami, niaouli, orvokki, palmarosa, petitgrain, piparminttu,

rakuuna, ravintsara, salviat, saro, sitronella, sitruunamyrtti, sitruunaruoho, sitruunaverbena, teepuu ja wintergreen.

Sydäntuoksut

Sydäntuoksulla tarkoitetaan keskinuottia eli tuoksua, joka tuoksuu kauemmin kuin kevyimmät latvatuoksut, mutta juurituoksua huomattavasti vähemmän aikaa. Sydäntuoksut voivat myös sekoittua keskenään latva- ja juurituoksujen kanssa. Niillä voi siis olla kaksi ominaisuutta samaan aikaan.

Sydäntuoksuja ovat blue tansy, copaiba, davana, elemi, fenkoli, frankinsensi, hinoki, jasmiini, kamomilla, kaneli, kataja, kardemumma, korianteri, kumina, ledum, lehtikuusi, manuka, maustepippuri, muskottipähkinä, mustakuusi, mustapippuri, myrtti, mänty, neilikka, neroli, olkikukka, palosanto, pelargoni, pihdat, porkkanansiemen, rosmariini, ruusu, ruusupuu, seetri, sembramänty, siankärsämä, sitruunaruoho, sypressi, tilli, timjami ja ylang-ylang.

Hajuvedet

*"Kuka tietää reunan, jossa taivas on sininen ja
Pilvetön, kuin nuori onni,
Missä setri kahisee ja rypäleet kiertyvät,
Missä on tuoksu, joka tuoksun kantaa
Hukkuminen ilmaan kuorman alla,
Kaikessa loistossaan, missä ruusu kukkii
Missä oliivi ja sitruuna ovat makeita
Ja niitty on aina täynnä kukkia...
Tuo reuna on itä, se on auringon puoli."*

GEORGE BYRON (1788–1824)

Aikojen alusta olemme kuulleet tarinoita Arabian ruususta ja Persian monisävyisistä tuoksuista. Parfyymien synty on kiistelty. Useat runot kielivät kuitenkin niiden syntymisestä jo ennen tuhatlukua, jolloin syntetinen hajuvesiteollisuus ei ollut saanut vielä sijaa maailmalla. Aromattisia tuoksuja ja yrttejä on käytetty aina sekä lääketieteellisiin tarkoituksiin että hajuvesiin. Tuoksut ovat puhutelleet rakkauden saralla, jolloin ruusu ja ambra kuuluivat osana rituaalia miesten viettelemiseen, vaniljasta ja myskistä puhumattakaan. Oli aika, kun hajuvedet kuuluivat vain jumalille ja pappien huoneisiin. Ylimystö sai nauttia tuoksujen sinfoniasta, mutta tavallinen kansa koki eteerisen lumon usein vain kirkoissa jumalten saleissa, jolloin lattiat oli vuorattu piparmintulla, joka piti messukansan hereillä pitkien saarnojen välissä.

Vaikka historiasta muistetaan myös aika, jolloin peseytyminen oli sallittua vain kerran vuodessa, ovat tuoksut ja hajuvedet näytelleet

tuolloinkin suurta osaa ihmisten elämässä. Hajut saattoivat olla mitä kuvottavampia, ja tuoksupussit kulkivat herkästi taskun pohjalla tai kaulakukkarossa. Myös kävelykepeissä oli oma paikkansa hajusteelle, jota sitten haisteltiin sairastupaan mennessä. Olihan tuoksuissa tuoloin vielä antibakteeriset vaikutuksensa, ne olivat aitoja. Hajuvesiteollisuuden keksittyä synteettiset tuoksut, alkoi seksikkyys tuoksuista kaikota. Tuoksuilta hävisivät siivet, kun parfyyminhaistajat sukupolvineen lopettivat toimintansa ja kemistit valtasivat alaa. Hajuvedet ovat puhutelleet ihmisiä aina, mutta niiden synteettinen muoto on kadottanut alkuperäisen ja tunnusomaisen merkityksensä. Hajuvesi ei enää viettele, kuten silloin, kun tuoksut eivät tunteneet vielä synteettistä muotoaan. Moni on myös allergisoitunut synteettisille hajuvesille, jolloin eteerinen öljy luonnollisena muotona voi olla hyvä vaihtoehto.

Paluu menneeseen aikaan tuo ripauksen historiaa tuoksujen sinfoniaan. Kokeile rohkeasti omaa hajuvesireseptiäsi! Aloita ensin vain muutamalla tuoksulla, ja kokeile miten ne sekoittuvat. Tuoksuöljyt ovat hellävaraisimpia, kun taas hajuvedet itsessään hyvin voimakkaita, kun ne tehdään eteerisistä öljyistä. Tuoksuöljyt voit sekoittaa tarvittaessa mihin tahansa pitämääsi perusöljyyn, hajuvedet taas on hyvä sekoittaa lähdeveteen.

Edeltä löydät muutaman reseptin, joihin voit lisätä itse monimutkaisempia kokonaisuuksia. Reseptit on tarkoitettu pohjaksi aikuiselle käyttäjälle, mutta myös hajuvesiksi niille, joille yksinkertaisempi tuoksu on miellyttävämpi käyttää. Öljyjen määrää voit tarvittaessa laimentaa.

Keltaisen kuun tuoksuöljy

10 ml jojobaöljyä
20 ml viinirypäleöljyä
10 tippaa greippiöljyä
4 tippaa bergamottiöljyä
2 tippaa neroliöljyä
2 tippaa jasmiiniöljyä
2 tippaa sitruunaöljyä

Sinisen kuun tuoksuöljy

10 ml jojobaöljyä
20 ml viinirypäleöljyä
2 tippaa jasmiiniöljyä
12 tippaa makeaa appelsiiniöljyä

Vihreän kuun tuoksuöljy

10 ml jojobaöljyä
20 ml viinirypäleöljyä
4 tippaa frankinsensiöljyä
6 tippaa vaniljaöljyä
3 tippaa minttuöljyä
7 tippaa greippiöljyä

Oranssin kuun tuoksuöljy

10 ml jojobaöljyä
20 ml viinirypäleöljyä
2 tippaa ruusuöljyä
4 tippaa jasmiiniöljyä
4 tippaa vaniljaöljyä
2 tippaa pelargoniöljyä

Punaisen kuun tuoksu

45 ml lähdevettä
5 ml vodkaa
10 tippaa rosmariiniöljyä
5 tippaa sitruunaöljyä
1 tippa ruusuöljyä
4 tippaa neroliöljyä

Violetin kuun tuoksu

45 ml lähdevettä
5 ml vodkaa
5 tippaa jasmiiniöljyä
10 tippaa greippiöljyä
10 tippaa makeaa appelsiiniöljyä