



aaorAROMA

令人驚奇的理療精油



植物生化專家 Spencer Chao 趙會長

炎症、痛症、灰甲、濕疹、青春痘、香港腳、流感、病毒及細菌性感染

澳洲的 *Alternifolia* 茶樹 (*Melaleuca*) 和土耳其的 *Vulgare* 牛至 (*Oregano*) 是 10 種家庭必備的理療級精油的其中二種，這 10 種精油與成藥對照表可自我們的網站下載。

天然精油是由植物的種子、花、葉、根、莖、果、樹皮、樹幹等所提煉的萃取物，而市面上只有 2% 以下的精油屬於理療等級的。精油的理療效度 (Potency) 是由種植地點、採收季節與時間、萃取的方法決定的；任何環節出錯，都會改變化學成分，進而降低理療效度。另外，純度 (Purity) 也同等重要，不該有任何外

物。

茶樹和牛至都有相似的作用，但茶樹是非常溫和的精油，可直接塗抹在皮膚上，如濕疹，青春痘，尿布疹，牙痛，去頭皮等。當皮膚燙傷或燒傷時，先用茶樹塗抹來消炎殺菌。在二戰期間，每個士兵和水手都配給一些精油，隨身帶著，用於治療熱帶感染和發炎的傷口。茶樹因具有淨化和再生的能力，尤其對肌膚特別好。

牛至是非常強的油，是天然的抗生素和止痛消炎劑。對頑強的症狀如灰指甲，禽流感，

豬流感，SARS，香港腳等，尤其有用。不過使用時，必須用純天然植物油稀釋後方可塗抹在患部。通常在做脊椎理療時，都先塗抹牛至來達到止痛消炎和增強免疫力的效果。

我們使用的茶樹，牛至都可內服，但牛至必須先滴入在空膠囊才可內服。

美國理療精油協會的網站 aaorAROMA.org 有更多理療精油資訊，今後本會將陸續刊出理療精油的使用方法，也歡迎讀者與我們共同推廣，例如：精油食譜、天然洗髮精、沐浴乳製作、各種理療複方的調配。◇



化學燒傷



使用茶樹、
薰衣草15天
後

本會電話408.601.0906。