

超值精油保健法—取得健康新契機

文 | 美國理療精油協會
Eugene Ko 尤津

現在的人，會定期保養愛車，卻忽略定期保養自己的身體。有人統計：一隻眼角膜移植要 \$24,400 美元、心臟 \$997,700 美元、肝臟 \$557,100 美元、腎 \$262,900 美元，我們的身體可是價值不菲啊！美國理療精油協會希望提供您簡單而又不昂貴的自我保養的方法。

丁香精油 解除牙疼警報

常聽人說：世界第二痛就是牙疼。我們的一位會員，下午 6 點牙疼的不得了，吃了顆止痛藥；到晚上 11 點還是疼，又吃了一顆。在疼痛中熬到了半夜 2 點，想起精油，邊看精油說明書邊試用，結果不到 5 分鐘牙疼居然消失了。來自馬達加斯加的丁香 (Clove, Eugenia

caryophyllat) 就是最佳的去牙疼精油，長牙的小嬰兒也適用。

丁香也常用來消除皮膚感染、消化不良、腹瀉、嘴巴的傷口疼痛、嘔吐、黃斑退化、消化不良等許多問題。丁香是酚類精油，所以使用方法要正確。

以下是陳醫師的精油傷口調理的過程及經驗分享。病人顏面左側臉頰挫傷，第一天：使用茶樹、薰衣草及乳香，目的止血、消炎、促進傷口癒合！使用 30 分鐘後，傷口明顯收斂。第二天：已無滲出液，傷口開始收斂，接下來幾天就使用茶樹、薰衣草、乳香及永久花，第三天開始產生結痂、第四天結痂更明顯、第五天部分結痂開始剝落、第六天結痂僅剩傷口較深的部分。第七天結痂整個脫落，看到新

長的肌膚後，更換精油，開始使用乳香、薰衣草，到第八天幾乎就未見疤痕，之後持續使用薰衣草及乳香調理肌膚。最後意外的發現，不僅疤痕幾不可見，原本眉尾處的兩個痣 (斑) 也因為這次密集使用乳香意外變淡許多！

現代理療精油每周教學

每週三上午 10 時 30 分 ~12 時和週六上午 10 時 ~ 11 時 30 分，我們將針對不同主題在 Fremont 小台北附近舉行精油教學，今後兩週專題為平衡自律神經和精油體驗，歡迎攜帶您擁有的精油與我們分享。請到我們的網站 aaoroma.org 點擊『活動 Events』或致電 408-601-0906 報名。◇

