

# 健康與福利

有機精油

## 有機道格拉斯杉

FDS N° FLE29

1. 屬性
<ul style="list-style-type: none"><li>— 抗菌防腐；</li><li>— 抗卡他性炎症；</li><li>— 祛痰；</li><li>— 空氣清新淨化；</li><li>— 淨味除臭。</li></ul>
2. 使用症
<ul style="list-style-type: none"><li>— 呼吸道感染；</li><li>— 房間消毒。</li></ul>
3. 用法用量
<ul style="list-style-type: none"><li>— 外用：<ul style="list-style-type: none"><li>— 簡單使用：滴一滴在指尖上，塗抹與頸窩上或肘關節處（洋甘菊，熏衣草，松，檸檬，薄荷. . . . .）；</li><li>— 局部塗抹：滴一滴精油塗抹患處。或是用芝麻油、橄欖油稀釋幾滴該精油，塗抹按摩患處. . . . .</li></ul></li><li>— 內服：<ul style="list-style-type: none"><li>— 滴一滴在杏仁上，麵包屑上，半塊糖上，一湯匙蜂蜜裡，一湯匙杏仁油裡。</li></ul></li></ul>
4. 注意事項
<ul style="list-style-type: none"><li>— 6 歲以下兒童禁用；</li><li>— 懷孕期婦女禁用；</li><li>— 哺乳期婦女禁用；</li><li>— 口服不宜多（丙酮的神經性毒性）。</li></ul>
5. 過敏源
<ul style="list-style-type: none"><li>— 香茅醇；</li><li>— 牻牛兒醇，香葉醇；</li><li>— 檸檬烯；</li><li>— 裡哪醇。</li></ul>

**警告**：以上所述該精油屬性、適用症和用法用量援引芳香療法的書本和網頁。我們認為其具有普遍性且經眾多科學觀察所印證。以上資訊僅供參考，並非醫學建議。我們不就上述資訊承擔責任，使用精油如有治療目的，請諮詢醫生。