

# 健康與福利

有機精油

## 有機檸檬香茅

FDS N° FLE50

### 1. 屬性

- 擴血管，促進血液流動；
- 鎮靜；
- 抗炎；
- 刺激消化；
- 組織調節；
- 陰性的。

### 2. 適應症

- 植物神經肌張力障礙（身體自然機能異常僵硬），肌肉無力；
- 消化問題：消化不良，氣漲，瀉；
- 肝功能不足；
- 舒適結締組織炎；
- 動脈炎；
- 疥瘡，蟎病，疥癬，傳染性疾病（霍亂）；
- 消毒滅菌，滅虱；
- 多汗；
- 精神緊張。

### 3. 用法用量

- 外用：
  - 用植物油稀釋後局部塗抹按摩，配合其他精油使用（真正薰衣草，馬郁蘭）以消除精神緊張；
  - 配合羅馬洋甘菊使用，局部按摩塗抹，對鼻竇炎有效；
  - 氣霧吸入：沸騰的水中加入 2 滴該精油、羅馬洋甘菊、薰衣草，或是 3 至 5 滴該精油、松、薰衣草、尤加利；
  - 稀釋後局部塗抹；
  - 用該精油加薄荷胡椒薰香可除味。

### 4. 注意事項

- 外用可能致敏或刺激皮膚；
- 癲癇病患者忌用；
- 6 歲以下兒童禁用；
- 懷孕婦女禁用；
- 哺乳期婦女禁用。

### 5. 過敏源

- 橙花醛（香葉醛+檸檬醛）；
- 香茅醇；
- 牻牛儿醇，香叶醇；
- 檸檬烯；
- 里哪醇。

**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。以上信息僅供參考，並非醫學建議。我們不就上述信息承擔責任，使用精油如有治療目的，請諮詢醫生。