

# 健康与福利

有机精油

## 有机高地杜松

FDS N° FLE111

### 1. 属性

- 止痛镇痛；
- 镇痉解痉；
- 消炎，抗炎；
- 抗菌抗腐；
- 调节神经系统；
- 抗风湿；
- 愈合药；
- 净化用；
- 肠胃、消化系统；
- 发汗；
- 调节、调剂身体。

### 2. 适应症

- 植物神经失调症；
- 焦虑，不安；
- 压力；
- 神经炎；
- 风湿；
- 坐骨神经痛；
- 关节炎；
- 肠道发酵；
- 小肠结肠炎；
- 痉挛性结肠炎；
- 膀胱炎；
- 肾结石；
- 肾功能不足；
- 湿疹；
- 皮肤病；
- 月经失调；
- 空气灭菌消毒。

### 3. 用法用量

- 稀释后在患处（风湿疼痛）涂抹、按摩；
- 熏香、扩香，能净化消毒空气；
- 护肤（面部桑拿）：一滴该精油滴入热水中能清理毛孔（倾向于油性皮肤）；
- 稀释后涂抹按摩组织疏松处，高地杜松用于淋巴排毒和消除水肿与浮肿。

### 4. 注意事项

- 6岁以下儿童禁用；
- 怀孕妇女禁用；
- 哺乳期妇女禁用。

### 5. 过敏源

- 柠檬烯；
- 里哪醇；
- 环状醇。

**警告**：以上所述该精油属性、适用症和用法用量援引芳香疗法的书本和网页。我们认为其具有普遍性且经众多科学观察所印证。以上信息仅供参考，并非医学建议。我们不就上述信息承担责任，使用精油如有治疗目的，请咨询医生。