

JOURNEY

走進 普羅旺斯香療世界

INTO THE
FRAGRANT WORLD OF
PROVENCE

目錄

Catalog

領會精油

單方精油與複方精油的奧秘

植物療癒力量

探索身體泉源

運用方式

使用須知

保存方式

相關資源



GETTING TO KNOW

領會精油



精油是一種濃縮的植物精華，
是從植物的花朵、葉片、莖、樹皮和樹根
等部位萃取而來，
屬於純天然的揮發性芳香物質。

每一種精油都擁有自己特有的氣味與效用，
每一滴都蘊含植物的活性成分與生命力。

它是植物的分泌細胞，
經光合作用及酵素轉化為初級代謝物，
進一步藉由酵素作用，
形成具有獨特氣味的二次代謝物。

芳香分子能直接作用於中樞神經系統，
能幫助療癒、平衡疲憊的身心。





萃取方式

除了我們常見的水蒸餾法外，
其實精油還可以透過各種萃取方式而得，
針對不同的植物及部位，
所使用的萃取方式也會不一樣。

- **冷壓法、壓榨法**

常見於柑橘類的精油，
並非低溫，而是沒有使用到任何熱源。

- **溶劑萃取法**

多用在不耐熱的脆弱細緻花朵，
先使用溶劑將植物的精華萃取出，
再經過多重過濾與低溫蒸餾分離出原精。

- **超臨界萃取法**

以超臨界流體作為溶劑萃取，
二氧化碳(CO₂)是目前最常被作為超臨界流體的一種，
常見的二氧化碳萃取精油有當歸、金盞花精油等。

- **真空低溫萃取**

新的萃取技術，可直接放入新鮮的植物，
利用植物本身的水分，
讓儲存精油的腺體釋放出精油，
大幅度縮短萃取時間，提升萃取效率。



PLANT HEALING



單方精油 與 複方精油的奧秘



如果說單方精油是植物靈魂，
那麼複方精油則是貫徹靈魂的精神，
常言「病由心生」，
疾病根源都有可能來自我們身心深處，
而大自然神奇的地方，
就在於這些植物將帶著自身能量，
從嗅覺、觸覺、皮膚順入我們心中，
照亮每一吋受傷的、焦躁的、快樂的身心。

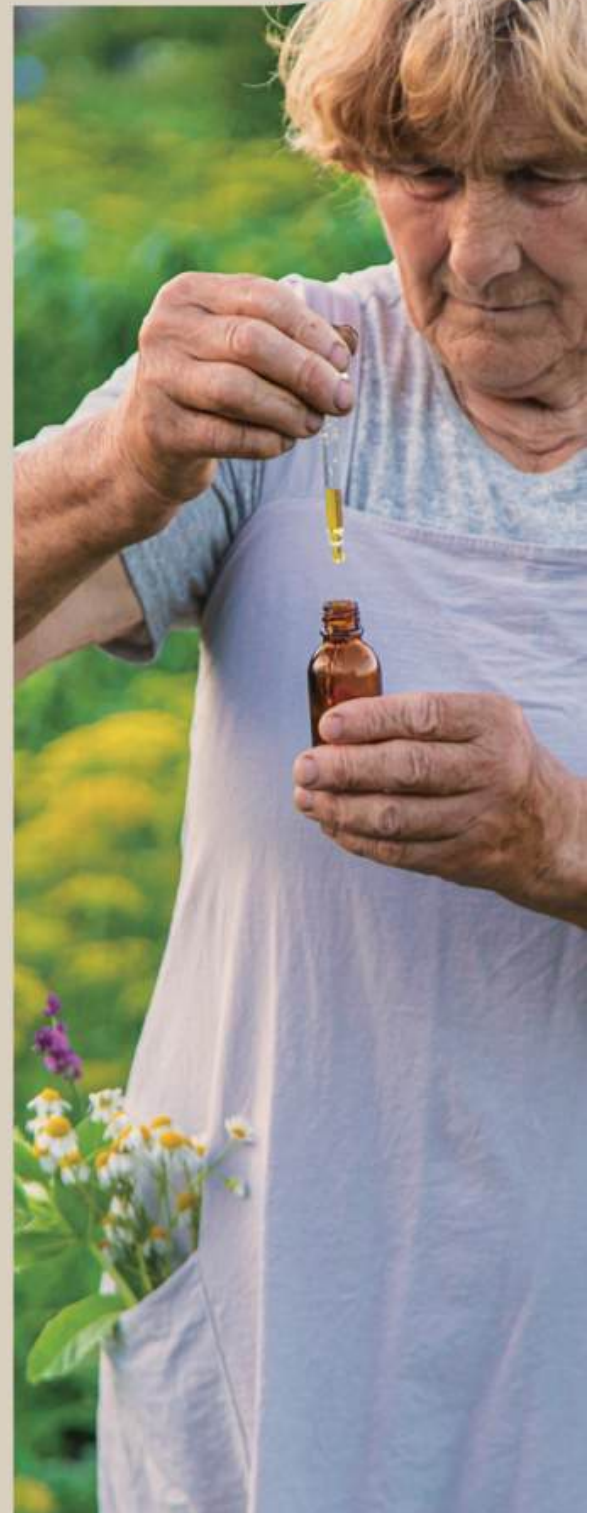
- **單方精油**

從單一植物的特定部位所萃取出來的純精油，
不做任何加工也未與其它精油混合，又稱為純精油。
每一種單方精油都有自己特有的分子結構，
可直接單獨作薰香使用，也可添加按摩油稀釋後塗抹身體。

- **複方精油**

為了因應「特定用途目的」的加強處方，
當複方精油與單方精油相結合時，就形成了獨特的配方精油。

精油有 $1+1>2$ 的「協同作用」，
使用兩種同樣效果的單方精油調配成的複方，
具有全新結構與成份，使植物與植物協同作用，
在功能上就有更全面更強的效果。





植物 療癒力量

大自然擁有不可思議的平衡力量，
看到種籽發芽、小樹成長、花朵綻放，
總會促使幸福感萌生。

透過植物豐富的質地氣味、色彩與成長，
激發喚醒皮膚對外對內的覺察，
使其自然而然地湧現健康意識。

素淨的臉龐、沉靜的身心、細膩的療癒能量，
照見我們成年人內在的孩童，
完全的包覆，完全的理解，完全的撫慰。



探索 身體 泉源

PLANT HEALING

當植物的芳香與我們的感官交織，
便喚醒了身心深處的共鳴，
成就了一種獨特且深具力量的療癒體驗。

芳香分子不僅僅是一種氣味的存在，
更是一種無聲的語言，能觸動記憶、情感與靈魂。
然而，
我們常常忽視感官的細膩與敏感，
未能察覺它們擁有解讀世界的能力。

每一種氣味，透過精油的探索，
能幫助我們重新審視內心的需求，
理解每一股芳香所蘊含的力量，
感受到植物生命力的流動與大自然的無聲祝福。

在忙碌的日常中，
這些香氣如同一座橋梁，連結我們與自然的和諧，
並為我們提供一方心靈的淨土，
找回內心深處的寧靜與平衡。





ESSENTIAL
OIL

運用方式

生活芳香

- 適量加入擴香台、精油燈、水氧機等
- 適量加入護膚品、洗髮精、身體乳液等

舒壓按摩

將複方精油與單方精油混合後按摩，
由於精油為濃縮型，
在調配時須特別注意使用的比例。
(依體質、部位大小及膚質做適量的調整)

Application Method



HOW TO
USE

運用方式

沐浴使用

- 適量加入2至3滴精油到一小份沐浴乳中，輕輕混合均勻

冷熱敷療

- 將毛巾浸泡在加入適量精油的水中，稍微擰乾後，讓精油的舒緩效果滲透肌膚

芳香吸入

- 將適量的精油滴在紙巾或枕巾上，靠近鼻子自然地揮發吸入，讓香氣進入呼吸道。

家居清潔

- 將毛巾浸泡在加入適量精油的水中，稍微擰乾後，具消毒、殺菌、清潔效果。



使用須知

避免在肌膚上直接使用未稀釋的精油，
務必與SPA身體補給系列或按摩油搭配使用。

建議先將少量精油，
塗抹在手臂內側進行皮膚敏感測試。

孕婦、嬰幼兒、或特殊疾病者，
建議在專業芳療師的指導下使用且避免過量。

建議在使用含有光敏性成分的精油後，
避免陽光直射，以防止紫外線與精油中的活性物質作用，
可能引起皮膚刺激、紅腫或色素沉著等不良反應。

避免接觸眼睛、黏膜及敏感部位。



保存方式

RECOMMENDATIONS FOR
OPTIMAL STORAGE PRACTICES



避光保存

將精油存放在深色玻璃瓶中，可以有效阻擋紫外線減少光線對精油成分的破壞。選擇玻璃瓶而非塑膠容器，因塑膠可能與精油中的化學成分發生反應。

STORAGE METHODS →



保持陰涼

將精油存放於乾燥、陰涼且通風良好處，遠離陽光直射和熱源，以避免高溫加速氧化影響其化學結構和香氣穩定性，並確保瓶蓋密封防止揮發。

STORAGE METHODS →



儘早使用

精油開封後，建議在6至12個月內使用完畢，因與空氣接觸後，揮發性成分可能會逐漸散失且不同種類的精油穩定性皆不相同，望在其最佳狀態下充分發揮功效。

STORAGE METHODS →



• 芳香療法大百科 •



• 芳療使用手冊 •

相關資源

RELATED RESOURCES



小檔案

杜松 | TF01

萃取方法：蒸氣蒸餾法

萃取部位：果實（有時會包括少量的葉子和木材）

植物科屬：柏科 (*Cupressaceae*)

主要產地：法國、印度

植物概述

杜松屬於柏科 (*Cupressaceae*) 的常綠灌木或小喬木，廣泛分布於北半球的寒冷和溫帶地區。

杜松植物可以生長在多種環境中，包括山地、森林邊緣和貧瘠的土壤中，因此適應性很強。

從數千年前的記載中我們可以知道歐洲各國早已將杜松使用在各種淨化、殺菌與排毒的場合中。

例如：古埃及時期，將杜松用在祭神、驅魔的焚香上，以及在木乃伊上塗滿杜松精油，來達到防腐與驅逐惡靈的效果。

古希臘人以燃燒杜松來防止流行病傳染；羅馬人以它為抗菌劑，甚至烹飪時使用。

法國的醫療院所更是利用杜松果來淨化醫療場所；西藏也是以焚燒杜松來防止傳染病蔓延。

植萃力

- 協助久站、久坐者
- 支持順睡及呼吸順暢
- 協助空間及身心淨化
- 身心放鬆，解除武裝
- 支持排水、水腫、體態健康
- 舒緩泌尿道、膀胱等，走進香氛之鑰
- 在中醫芳療中，杜松精油對應甘與盛
- 幫助身心及情緒上負面累積太多時，重新找回生命力量，感受美好的一天



小 檔 案	天竺葵 TF02 萃取方法：蒸氣蒸餾法 萃取部位：花 植物科屬：牻牛兒苗科天竺葵屬 主要產地：法國、埃及
植 物 概 述	天竺葵幼株為肉質草本，老株半木質化；其葉對生，葉片為圓形，腎形或扇形；花色有白、紅、紫、粉紅、橙等多種，為傘形花序，四季都能開花，以春季最盛。天竺葵是一種帶有香味、長年生的多毛植物，帶有鋸齒狀的葉子與花。 天竺葵開著粉色的小花，密集地一簇簇聚攏，不張揚的外表帶給人柔軟的感受。 精油帶著透亮的綠色，給人清新的印象。氣味卻是香甜濃郁又略帶一分青澀，甜蜜的氣息適合在結婚紀念日、約會等時候使用，可以增添感情的熱度。 因為氣味和玫瑰相像，價格卻比玫瑰精油平易近人許多。所以天竺葵精油又有「窮人的玫瑰」之稱。
植 萃 力	◦ 協同頭暈 ◦ 協同淋巴 ◦ 輔助胸挺 ◦ 常站立者的愛用者 ◦ 喉嚨、口腔幫助者 ◦ 神經緊張，溫和舒緩的力量 ◦ 持守糖尿、殺菌、感染、疼痛 ◦ 女性生理保養油（更年期、婦科） ◦ 優質的膚質調理（油性、乾性、混和性） ◦ 支持憂鬱，使你解除武裝，保持心情愉悅



小檔案

史密斯尤加利 | TF03

萃取方法：蒸氣蒸餾法

萃取部位：葉

植物科屬：桃金娘科 桉屬

主要產地：澳大利亞、南非

植物概述

一種來自尤加利樹 (*Eucalyptus*) 的精油，通常透過蒸餾過程從尤加利樹的葉子、樹枝或根部提取而來。尤加利樹是一種常見的植物，主要分佈在澳大利亞和其他一些地區。

尤加利樹的葉子含有豐富的揮發性化合物，這些化合物通過蒸餾可以提煉成尤加利精油。

尤加利精油有多種品種，其中最常見的是尤加利大葉樹 (*Eucalyptus globulus*) 和尤加利澳洲藍葉 (*Eucalyptus citriodora*)。不同品種的尤加利精油在成分和香氣上可能有所不同，但它們通常都具有清新、澄澈、帶有草本氛圍的香味。

製造過程中，葉子首先被收集並加以乾燥，以去除多餘的水分。然後！使用水蒸氣蒸餾的方法，將乾燥後的葉子進行提取。這種方法能夠將尤加利樹葉中的精華和香味轉化為蒸餾水，再經過冷卻就能得到。

植萃力

- 痘痘肌調理者
- 舒緩肌肉和關節
- 天然的防蚊產品
- 家庭清潔消毒的美善成分
- 安神、放鬆、抗焦慮，讓你卸下重擔
- 緩解鼻塞、喉嚨、感冒狀況，呼吸道保養
- 營造清新舒適的氛圍，幫助提升精神，為日常生活帶來更多正能量

小
檔
案

乳香 | TF04

萃取方法：溶劑萃取、溶解法

萃取部位：樹脂

植物科屬：橄欖科乳香屬

主要產地：印度、阿拉伯

植
物
概
述

乳香樹 (*Boswellia carterii*) 源自於百年古老的龐大植物王國，它是由乳香樹脂所提取的，是一種生長在沙漠地區的小型常綠樹木，並經過蒸餾或冷壓過程製成。

這個天然奇蹟來自於中東和非洲地區的特有樹木，有著令人驚豔的香氣和療效。

主要分佈在摩洛哥、埃及和索馬里等地。乳香樹的特殊生長環境使其提供了質量出眾的精油。

乳香精油被譽為精油之王，在古代文明中備受推崇，由於其在基督教的耶穌降生故事中所起的作用，乳香在聖經中，被認為是真正的王者之物。

化學組成賦予其卓越的肌膚舒緩特性，用來局部塗抹時具有舒緩肌膚並使其恢復健康，能給人踏實安定、寧靜、放鬆的感覺，是理想的按摩或冥想用油。

植
萃
力

- 增加皮膚彈性和光澤
- 提升靈性、激發創造力
- 深化冥想狀態，身心鬆弛
- 協同呼吸系統、喉嚨、咳嗽
- 緩解焦慮、緊張，帶來平靜與放鬆
- 提升整體身心和諧，是您值得信賴的夥伴
- 抗炎和抗菌特性，成為處理皮膚問題、傷口癒合的理想選擇
- 乳香樹樹幹內的樹脂含有胰島素物質、三萜類化合物、酮類和醇類等物質，經科學研究證實具有抗氧化、抗菌和抗炎等特性

小
檔
案

馬鬱蘭 | TF05

萃取方法：蒸氣蒸餾法

萃取部位：花朵頂部

植物科屬：脣形科牛至屬

主要產地：西班牙、埃及

植
物
概
述

馬鬱蘭(Marjoram)亦稱為馬嬌蘭，馬喬蘭，都是同一個植物只是不同的翻譯而已。

主調是香草香味，類似迷迭香，但卻又更強烈些，帶了些藥草香味所以更有個性，這使得它的氣味更明亮更具有穿透性，你還可以在其中找到一絲絲類似尤加利的氣味，所以它也給人安全感。給人麻麻的香味，這是一種親切的植物，如果你想找一種能充分表達細緻草香的精油，馬鬱蘭就是很好的選擇。如果你希望在她的味道中加點甜味，可以用果系的如甜橙、檸檬、葡萄柚等，都可以變成一種有特色的味道，又如果你想增加些輕靈與特殊，跟其他的草類精油搭配如迷迭香、薄荷、都能有各自不同的氣味屬性。

植
萃
力

- 安眠好順睡
- 肌肉、關節保養
- 舒緩焦慮與壓力
- 免疫力保養 (流感季節加強)
- 舒緩消化力、胃腸道、便秘
- 協同呼吸平衡、咳嗽、支氣管
- 強化身心，溫暖情緒，享受植萃力的恩典
- 久站族、外勤族、服務業、靜脈曲張、血液循環的幸運保護



小檔案	真正薰衣草 TF06 萃取方法：蒸氣蒸餾法 萃取部位：花的全株藥草 植物科屬：唇形科 Lamiaceae 主要產地：法國普羅旺斯
植物概述	真正薰衣草每年 5 月開花，平均生長海拔約 800 公尺以上。耐旱，開紫色花穗。名稱則是由拉丁文「Lavare」演變而來，代表「洗滌」之意。古羅馬時代，人們以薰衣草沐浴，相信能潔淨靈魂與身體。直至今日，人們依然廣泛運用著薰衣草在生活之中。目前發現的薰衣草品種逾 20 種，且有超過上百種的品項，但是在芳療應用中，最通用的仍是真正薰衣草精油。 真正薰衣草 (true lavender) 又稱為狹葉薰衣草，銀灰至銅綠的絨質厚葉、藍紫或粉白的穗狀花序，全株具清甜柔美的香氣，具舒緩心緒、護膚保養等功效，是廣泛栽於法國薰衣草的品種之一，如普羅旺斯高地區域即為著名的盛產地。出油品質好且香味溫和廣受大眾喜愛與使用，主要芳香成分為萜烯酯 (terpene ester) 與單萜醇 (monoterpenol)，其中薰衣草醇 (lavandulol)、芳樟醇 (linalool) 及乙酸薰衣草酯 (lavandulyl acetate) 等芳香分子構築真正薰衣草多層次的香氣，由於氣味安穩不具刺激性，因此適用於各年齡層的使用者。
植萃力	◦ 婦科呵護 ◦ 蚊蟲的天敵 ◦ 發炎、痛等舒緩 ◦ 肌膚修復、抗老保養 ◦ 運動後肌肉放鬆與舒緩 ◦ 舒眠、放鬆身心，如花般燦爛光澤 ◦ 焦慮、憂鬱、壓力，安定紛擾難解的心緒，日日迎向陽光



小 檔 案	迷迭香 TF07 萃取方法：蒸餾法 萃取部位：莖、葉、花 植物科屬：鱗形科迷迭香屬 (Cupressaceae) 主要產地：西班牙
植 物 概 述	迷迭香原產自地中海，它的名字來自於拉丁文，意思是“海中之露”，迷迭香的香味濃郁，據說古代匈牙利女王喜歡用迷迭香泡澡，古埃及豔后用迷迭香水保持一生的美麗。傳說迷迭香的花本來是白色的，在聖母瑪莉亞帶著聖嬰耶穌逃往埃及的途中，聖母曾將她的罩袍掛在迷迭香樹上，從此以後，迷迭香的花就轉為藍色了。 迷迭香是最早用於醫藥的植物之一，也是廚房和宗教儀式中常出現的植物。古希臘的鄉下人沒有足夠的錢購買薰香，於是就燃燒迷迭香，並稱它為“薰香灌木”。在埃及及希臘羅馬時代，人們認為它代表一種希望及安詳，對於惡魔有驅逐作用，因此獻給愛人可代表為愛的關懷，歐洲在爆發流行性感冒時，常在醫院焚燒以殺菌，因為迷迭香也具有很好的防腐效果。
植 萃 力	◦ 調理體型 ◦ 協同油性及不潔肌膚 ◦ 頭皮養護、毛髮保養 ◦ 腦部守護、增強記憶力 ◦ 守護芯、低雪壓、貧血 ◦ 協同消化、結腸炎、脹氣 ◦ 輔助血液循環、充血、腫脹 ◦ 女性生理期用油，享受美力 ◦ 舒筋、活血（手腳冰冷、肩背僵硬） ◦ 暢通呼吸力（感冒、氣喘、支氣管、痰） ◦ 緊張、滯悶、嗜睡、使你活力充沛，心靈提振和興奮作用



小檔案	赤松 TF08 萃取方法：蒸餾法 萃取部位：針葉 植物科屬：松科 主要產地：奧地利、法國
植物概述	赤松是藍綠色的松針成對生長，長度約 3~5 公分，樹幹能長到 36 公尺高，耐寒的特性，因此能在歐美北部與西伯利亞等嚴寒又環境貧瘠之處。 帶著淡淡的鐵鏽味，並略帶草藥氣味。與環境生態緊密結合，增加它吸收土壤中微量元素與養分的能力，讓自己在艱困的環境中也能長大茁壯的樹種，所以總能為飽受壓力困頓的心靈與身體重新注入能量與勇氣。赤松是由葉子和枝條中提煉而成，經過蒸餾提取而得，保留了大自然中清新、清爽，讓您仿佛置身於大自然的懷抱中，感受大自然的療癒之力。 被譽為自然界的芳療寶石，由於其濃縮度較高，使用時需要謹慎，以避免過度使用。 具有獨特的味道，其香味深受人們喜愛，帶來心靈的寧靜和放鬆。無論是在您的家中、辦公室還是任何您喜愛的場所，赤松精油都能為您營造一個舒適、清新、充滿綠意的環境。
植萃力	◦ 支持呼吸健康 ◦ 免疫力守護 (氣虛) ◦ 支持排水、肌肉舒緩 ◦ 抗氧化，擁有風華再現 ◦ 熱能、精神、動力恢復 ◦ 皮膚健康 (油性、不潔) ◦ 協同荷爾蒙、神經、憂鬱之平衡 ◦ 抗菌-支氣管、咽喉、鼻竇、流鼻水、鼻塞、咳嗽、氣喘、風濕、皮膚炎、香港腳、灰指甲



小檔案

檸檬草 | TF09

萃取方法：水蒸氣蒸餾法

萃取部位：葉

植物科屬：禾本科

主要產地：印度

植物概述

從檸檬香茅這種草本植物的葉片中提煉出的精油。檸檬香茅原產於印度，因該地區的高降雨量。

大量的降雨量能使檸檬草植物產生較高含量的檸檬酸，並進一步益於精油的使用。

在收成期間，需沿著陡峭的山路步行，約莫七天以收成 100 英畝的檸檬草植物。確保獲取最高品質的檸檬草精油並與世界分享。這種精油因其清新的檸檬香氣而受到喜愛，常用於香薰、按摩和皮膚護理中。檸檬草精油不僅香氣令人振奮，還具有清潔和舒緩的特性。

植萃力

- 除臭、淨化空氣
- 支持消化，腸運動
- 運動後的按摩良伴
- 緩解肌肉、舒緩痛感
- 美好香氛之氣，不知不覺地入睡
- 放鬆身心，讓你容易沉浸在舒暢之樂
- 卸下傷痛，撫慰受傷的心靈，帶來勝利的信號
- 肌膚護理（幫助面部光澤，讓肌膚更加富有活力）
- 天然的驅蟲劑，帶有檸檬香的氣息，感到舒適與快樂
- 刺激多巴胺分泌，帶來快樂的情緒，讓疲勞感一掃而去

小
檔
案

甜茴香 | TF10

萃取方法：蒸餾

萃取部位：種子

植物科屬：繖形科茴香屬

主要產地：西班牙

植
物
概
述

是從甜茴香植物的種子透過蒸餾法提取得到的精油。甜茴香是一種高度約 1.5 公尺的多年生草本植物，開黃花，極能吸引蜂群，並具有綠色羽狀葉。其屬名 *Foeniculum* 源自拉丁文的 *Foenum*，意為「乾草」，象徵其濃郁的草本香氣。

被古埃及人用作食物和藥物，在古代中國則被認為是蛇咬傷的解毒劑。在中世紀，茴香被懸掛在門口以驅除邪靈。古人相信食用茴香草和種子可以賦予勇氣、力量，並帶來長壽。在古羅馬時期，茴香因其藥用價值而受到醫生的高度重視。古希臘人和盎格魯-撒克遜人則在禁食日偷偷吃一些茴香，以減少食慾。古人還相信近視的爬行動物會吃茴香來改善視力，因此他們自己也用茴香來達到這個目的。至今，茴香仍被用作眼藥水。此外，為了治療視力衰退，人們還會用茴香葉泡茶，並將其作為敷在腫脹眼睛上的濕敷料。

植
萃
力

- 中醫芳療對應盛
- 更年期（激素平衡）
- 平衡食慾、體型健康
- 抗氧化劑，馥活青春
- 豐胸、月經調理，自信的女人
- 舒緩消化、腸胃、腹脹達健康
- 支持支氣管、咳嗽，擁抱一份溫暖
- 舒緩焦慮，賦予勇氣、力量，享受長壽之本



小 檔 案	依蘭 TF11 萃取方法：蒸餾法 萃取部位：花朵 植物科屬：番荔枝科依蘭屬 主要產地：馬達加斯加、爪哇、西塞爾
植 物 概 述	從依蘭依蘭樹 (<i>Cananga odorata</i>) 的花朵中蒸餾出來，主要生長在熱帶地區，包括印度尼西亞、馬來西亞、菲律賓和澳大利亞等地，是當地重要的木材。 依蘭依蘭樹的最引人注目的特點之一是開出大型、香甜且美麗的花朵。這些花朵呈黃綠至深黃色通常擁有六片花瓣，並排列成特殊的星形。 依蘭依蘭樹的花朵散發出強烈的花香，在夜間特別香濃。具有花香和水果的香調，味道柔和馥郁但不刺激，且帶有飽滿的甜香和異國情調，在使用後的氣息有淡淡的香蕉甜，通常被認為是非常愉悅和舒適的，不會過於濃烈或刺激，有時被形容為溫暖、迷人和富有層次感，讓人感到放鬆。如果你想提升個人魅力，依蘭精油功效可以觸動內心的熱情，帶給不同的異國風味。
植 萃 力	◦ 愛情力量的轉化 ◦ 抗自由基，抗老化 ◦ 胸部彈性和光澤調理 ◦ 安眠，讓自己好好順睡 ◦ 平衡、調理生理期，擁抱愛 ◦ 放鬆、安撫、壓力、焦慮感舒緩 ◦ 加入洗髮水或護髮素中，強健髮絲、頭皮養護 ◦ 平衡油脂分泌、舒緩敏感肌、滋潤表皮，享受植萃力的支持 ◦ 幫助情緒低落、沮喪、疲勞，讓自己卸下一切的重擔，恩典滿滿



小 檔 案	薄荷 TF12 萃取方法：蒸餾或亞臨界低溫提取 萃取部位：葉子 植物科屬：唇形科薄荷屬 主要產地：西班牙、意大利、法國、亞洲也有分布種植
植 物 概 述	薄荷屬（學名：Mentha）是唇形科植物中的一個屬，包括 25 個不同的物種。其中，歐薄荷和綠薄荷是最常見的品種。最早期這些植物生長在歐洲地中海地區和西亞一帶。現在，它們的主要產地包括美國、西班牙、意大利、法國、英國、巴爾幹半島等地，亞洲也有分布種植。野薄荷精油是用蒸餾或亞臨界低溫提取的成分。它的花期在 8 至 10 月，果期在 9 至 11 月，其氣味強烈而清涼。通常而言，在陽光充足、溫暖和濕潤的氣候條件下生長最好。具有較強的耐受性，但不耐旱，葉子呈橢圓形，帶有清涼的香味。
植 萃 力	◦ 集中力 up ◦ 對癢感有益處 ◦ 支持血液循環 ◦ 舒緩暈車跟噁心感 ◦ 放鬆身體，身清氣爽 ◦ 口腔健康、清新口氣 ◦ 緩解頭痛和身體疲勞 ◦ 緩解感冒、咳嗽、哮喘 ◦ 油性肌膚平衡（痘痘，油脂） ◦ 清涼解暑、緩解緊張，生氣勃勃



小檔案	丁香 TF13 萃取方法：蒸氣蒸餾法 萃取部位：花苞 植物科屬：桃金娘科 蒲桃屬 主要產地：法國
植物概述	丁香原產地是印度尼西亞，現在在馬達加斯加、西印度群島、菲律賓以及其他氣候相近的地方都有種植。希臘、羅馬和中國人都很看重丁香的醫療價值，中國人懂得咀嚼丁香葉來緩解牙痛，並使口氣芬芳。法國人將其作為治療疼痛、牙痛、鼠疫、傷口感染、腸道寄生蟲和陽痿的藥物使用。它被用為抗菌劑的歷史非常久遠，特別是用來預防傳染性的疾病如瘟疫等。 無論處於任何季節，您都可以享受丁香精油的暖和辛香。主要用途是在烹飪中，但是透過蒸餾的方式，演變成一種廚房以外都能使用的強大芬芳。您可以使用丁香精油在食譜內添加更深層次的味道，按摩時給肌膚帶來溫暖的感覺，令您的口氣更清新等。丁香精油是一種隨時隨地都能用到的產品，是一年四季必備的一份子。
植萃力	◦ 強化記憶 ◦ 愛情的力量 ◦ 持守疼痛、炎現象 ◦ 舒暢消化力、免疫力 ◦ 抗自由基，出水芙蓉 ◦ 淨化空氣、調理上呼吸道 ◦ 提振精神、激勵熱情與勇氣 ◦ 為身心帶來正面激勵的作用 ◦ 協同血液循環、支持血管健康 ◦ 舒緩酸痛不適（肌肉、代謝、皰疹、雞眼、煙癮） ◦ 舒緩牙齒及牙齦，讓自己口腔健康，祈自信與勇氣

小
檔
案

粉紅葡萄柚 | TF14

萃取方法：冷壓法

萃取部位：果皮

植物科屬：芸香科柑橘屬

主要產地：義大利、澳洲、巴西

植
物
概
述

起源於亞洲，葡萄柚樹是人工種植的樹種，早期歐洲人拿來當裝飾、布置庭院用，約於 1750 年在拉丁美洲巴貝多群島的加勒比海島上被發現，之後才開始慢慢商業化種植，主要在美國、巴西和以色列栽種。葡萄柚果實是從一種葉片光滑的樹上採摘的，樹高 10m，白色花，果實巨大、淡黃色精油腺埋入在果皮深處，只能產少量的精油。

植
萃
力

- 全身體型健康
- 油性皮膚平衡
- 提神、激勵情緒
- 壓力、沮喪緩解
- 協同感冒和流感
- 抗憂鬱，使人恢復精神
- 幫助頭髮養護，給予髮絲秀麗
- 性涼、味甘酸、具有清熱、止渴
- 協同支氣管、利尿、水腫、淋巴
- 含有高濃度的維生素 C，對免疫力有益

小
檔
案

絲柏 | TF15

萃取方法：水蒸氣蒸餾法

萃取部位：枝、葉、果實

植物科屬：柏木科

主要產地：西班牙

植
物
概
述

絲柏以蒸餾的方式萃取柏樹的葉片和細枝部位製作而成，聞起來帶有木質香氣讓人通體舒暢，在清爽的松脂香味中混合著古樸的純淨，富含單萜烯類化合物，例如 α -蒎烯、 β -蒎烯和檸檬烯，這些成分能夠作用於人體的嗅覺系統，刺激大腦釋放出具有鎮靜作用的化學物質，例如伽瑪氨基丁酸 (GABA)。

GABA 是一種重要的神經遞質，能抑制神經興奮，達到放鬆神經的效果，有助於舒緩焦慮、緊張和不安等情緒，讓人愛不釋手的大自然鮮甜氣味，擷獲一票粉絲的心。

植
萃
力

- 調理體味
- 穩定生理期
- 皮膚乾爽潔淨
- 平衡生殖力量
- 持守呼吸力量
- 舒緩肌肉不適
- 抗自由基，告別老型
- 舒緩焦躁、撫平易怒情緒
- 強化生命橋樑，傳遞美善分子
- 調節婦科、內分泌，連結美好體質
- 支持血管壁、靜脈曲張現象，使身體更新



小檔案

廣藿香 | TF16

萃取方法：蒸氣蒸餾法

萃取部位：葉

植物科屬：唇形科刺蕊草屬

主要產地：印尼

植物概述

廣藿香是一種開花植物，屬於唇形科。它可以長到 1 米高，周圍是粉白色的小花。它的橢圓形葉子因其油而備受追捧。

這種濃密的草本植物原產於東南亞，但在印度北部也有發現。它們在熱帶氣候條件下生長良好，能夠在乾旱中生存。廣藿香在世界各地廣泛種植，印度尼西亞在全球市場上佔據了 90% 的植物油產量。廣藿香精油散發出獨特、強烈的木香，略帶甜味和辛辣味。也有人說，廣藿香聞起來像來自潮濕土壤的香氣。它的名字被認為源自印地語單詞 “pacholi”，意思是“散發氣味”。這就是這種油被用作許多香水和化妝品成分的原因。

把乾燥的葉子和樹枝通過蒸餾後提取，主要化學成分是廣藿香酚、 α -廣藿香烯、 β -廣藿香烯、 α -布烯烯、 α -愈創甘油醚、石竹烯、去甲廣藿香酚、塞舌爾烯和廣藿香酚。

植萃力

- 利尿
- 居家消毒產品
- 驅除飛蛾、小蟲
- 頭髮、頭皮養護
- 體態健康，S 再現
- 抗細菌，如香港腳
- 緩解關節和肌肉不適，具有鎮靜作用
- 緩解緊張、調理失眠，讓芬多精陪你好眠
- 幫助嗜睡者提振精神、刺激多巴胺和血清素，被稱為快樂荷爾蒙



小 檔 案	茶樹 TF17 萃取方法：蒸氣蒸餾法 萃取部位：枝、葉 植物科屬：桃金娘科 (Myrtaceae)，白千層屬/又稱千層樹屬 (Melaleuca) 的灌木和樹木的集合 主要產地：澳洲
植 物 概 述	茶樹原產於澳大利亞新南威爾士州，被當地原住民定義為“自然界最萬能的治療者”一次世界大戰期間，曾作為澳洲軍隊的第一線急救物品，用於治療感染、燒傷及蚊蟲叮咬，它的應用範圍不斷擴大，目前它在各個行業的受歡迎程度急劇上升，被用作防腐劑、殺菌劑，天然殺生物劑。 茶樹精油呈透明至微黃色，具有類似於薄荷的冷卻效果，並具有類似於樟腦的強烈氣味。由大約 100 種不同的化學物質組成，主要是單萜類物質（萜品醇、α-蒎烯、1,8-蒎烯、對傘花烴、γ-萜品烯和萜品烯-4-醇）和倍半萜類物質...等
植 萃 力	◦ 私密處清潔 ◦ 舒緩感冒不適 ◦ 居家清潔髒污處理 ◦ 深呼吸，迎接清新好空氣 ◦ 彷彿置身森林中，徹底放鬆身心 ◦ 修護、控油、痘痘肌，維持肌膚健康 ◦ 芬多精會中和臭味因子，用來淨化環境、稀釋泡腳或洗衣服 ◦ 舒緩頭皮，加入洗髮精、頭皮水，可以滅菌、控油，用起來涼涼還能舒緩乾癢 ◦ 抗菌-加水或加酒精後使用，時時刻刻保護好自己及家人（除臭、抑菌、淨化、清潔）



小 檔 案	佛手柑 TF18 萃取方法：冷壓法 萃取部位：果皮 植物科屬：芸香科柑橘屬 主要產地：義大利
植 物 概 述	佛手柑主要原產至北意大利的柏加摩鎮，而佛手柑的英文名字便是其產地英文名-Bergamot。 只要輕壓或蒸餾它的果實，便能提取甜美芬芳的佛手柑精油。不過值得一提的是，佛手柑的正名其實是香檸檬，只是亞洲的普羅大眾都習慣叫它為佛手柑。 佛手柑精油屬柑橘類精油的一種，清新味道混合了水果香氣和甜美花香，能讓人有一種放鬆愉快的感覺，因此被廣泛應用於芳香療法、精油與香水之中。
植 萃 力	◦ 睡眠、放鬆減壓 ◦ 消除異味，淨化空氣 ◦ 身心提升有美善果效 ◦ 持守呼吸道、支氣管 ◦ 協同新陳代謝、脹氣、消化 ◦ 油性肌（炎症、粉刺、痘痘） ◦ 頭皮健康，讓你淨化滋養髮絲 ◦ 協同血液循環、荷爾蒙的平衡 ◦ 放鬆神經平衡力，壓力、緩解失眠好順睡 ◦ 安撫、提神，焦慮、沮喪、緊張的心情，讓你鎮靜放鬆



小 檔 案	錫蘭肉桂 TF19 萃取方法：蒸餾法 萃取部位：樹葉 植物科屬：樟科 主要產地：印度、法國
植 物 概 述	錫蘭肉桂是一種常綠灌木，新葉是鮮紅色，枝葉具有強烈但甜美的氣味，主根系入土極深，壽命可長達百年。肉桂花語：祈求平安、闔家幸福、萬事如意。目前市面上有兩種常見的肉桂精油，一種是萃取自樹皮、另一種萃取自葉片，肉桂精油目前主要栽種於斯里蘭卡、印度和東南亞等熱帶地區，肉桂的使用歷史非常悠久，千百年來在烹調食物中一直是相當受歡迎的香料，常運用於風味添加也被當作藥材處方及供寺廟焚香使用，多功能的用途集眾多優點於一身。 在芳香療法的運用上會較偏愛使用肉桂葉片所蒸餾出來的精油而不用樹皮所蒸餾出來的精油，因為肉桂樹皮精油中含有較高比例的肉桂醛等成分，對皮膚的刺激性較高。 肉桂葉 (Cinnamon leaf) 精油萃取自葉子，精油顏色呈淡黃色富含丁香酚成分，氣味有著丁香的香氣令人聯想到丁香精油，帶辛辣溫暖的香氣，是典型的肉桂氣味及有一絲香甜的水果般的清新氣息，而肉桂皮 (Cinnamon bark) 精油萃取自樹皮及嫩枝，帶有濃郁香甜溫暖的香料香氣、果香、及有一絲粉香、微花香和丁香般的氣味，咖啡與甜點中所使用的肉桂粉，就是肉桂皮的味道從葉片和從樹皮所蒸餾出來的肉桂精油香氣不太一樣，但都是屬於感覺溫暖的辛香調香氣。
植 萃 力	◦ 頭皮養護 ◦ 愛情力量的延展 ◦ 舒緩生理期，美力女人 ◦ 安神定心、安定神經、免疫力 ◦ 體型健康、循環、代謝、肌肉緊繃 ◦ 持守腸胃、消化、免疫力、胃寒、手腳冰冷 ◦ 壯大內在增強自信心，充滿動力與熱情，展開生命的旅程 ◦ 撫慰心靈的空虛與疲憊感，喚醒內在真實的熱忱，提振精神感受身心溫暖



補給平衡

複方精油 + 單方精油 = 配方精油

因應「特定用途目的」的加強處方，複方精油加單方精油經調配後具有全新結構與成份，使植物與植物協同作用，更具有加乘特定的功能及效用。

如果說單方精油是植物靈魂，那麼複方精油則是貫徹靈魂的精神，常言「病由心生」，疾病根源都有可能來自我們身心深處，而大自然神奇的地方，在於這些植物將帶著自身能量，從嗅覺、觸覺皮膚順入我們心中，照亮每一吋受傷的、焦躁的、快樂的身心。

鑰點與樂活

。以植萃力來對應身體上焦，讓每一滴精油蘊含的生命力，與身體連接

補給-芯動 (418) | 薰衣草 廣藿香 茶樹 天竺葵 丁香

。以植萃力來對應身體下焦，讓每一滴精油蘊含的生命力，與身體連接

補給-舒暢 (419) | 杜松 絲柏 檸檬 葡萄柚 依蘭

指示重點

調理 | 取 EFl 或體質系列適量互調輕柔助舒放

用法 | 依部位大小選取，早晚或數次使用

