



# 喉韻養生療程

甲狀腺位於氣管前方，是連結呼吸之氣與生命之水的橋樑。它屬於內分泌系統的中樞節點之一，負責新陳代謝、能量轉換、體溫與生長調節。





## 甲狀腺核心功能

- 調節新陳代謝
- 影響蛋白質、脂肪與碳水化合物代謝
- 影響神經系統發展與免疫功能的穩定性
- 影響全身能量消耗，包括心臟、肌肉、腦部活動



## 甲狀腺是腦部的能量調控器

- 若甲狀腺功能低下 → 腦部能量不足，出現思考遲緩、健忘、憂鬱、注意力不集中。
- 若功能過高 → 腦部過度興奮，可能出現焦慮、失眠、情緒起伏、心悸。



## 甲狀腺是身體「節奏中樞」太快會耗損，太慢會停滯



免疫系統是身體的防衛機制，負責：

- 分辨「自我」與「非我」
- 清除異常細胞（包括病毒、細菌、突變細胞）
- 維持全身整體平衡



---

當免疫系統失衡時，可能出現：

- 過度反應（如過敏、發炎、自體攻擊）
- 反應不足（如容易感染、慢性疲勞）





## 甲狀腺激素會調節免疫系統的節奏

- 甲狀腺像指揮官，決定免疫細胞活動的速度與能量代謝
- 當甲狀腺功能失衡（不論太強或太弱）時，免疫易太敏感或遲鈍
- 有時身體會自己攻擊自己（像自體免疫）
- 有時則是抵抗力下降、容易疲倦或感冒



- 
- 身體裡有兩條主要的壓力軸線
    - HPA軸：下視丘 - 腦垂腺 - 腎上腺（與壓力荷爾蒙有關）
    - HPT軸：下視丘 - 腦垂腺 - 甲狀腺（與能量代謝有關）
  - 慢性壓力會讓這兩條軸線都失衡，導致甲狀腺與免疫系統都混亂  
長期下來，會覺得疲倦、情緒低落、代謝變慢、體重改變





## 情緒與能量層面



甲狀腺位於喉輪（Vishuddha Chakra）位置，  
象徵表達、真實、信任與內在節奏。



- 當人長期壓抑、不敢說、不被聽見時，  
喉輪能量會阻塞，反映到身體上即為代謝與免疫失衡。

**身體的語言：當我無法說出真實的自己，身體會替我發聲**





# 壓力到節奏：芳香療法與甲狀腺的平衡之道

透過芳香分子與神經內分泌系統的連結，間接協助平衡

甲狀腺軸 ( HPT axis ) 與壓力軸 ( HPA axis )

- 調節節奏
- 賦於免疫力美好應許
- 強化自我界限與免疫支持
- 舒緩神經與壓力支持內分泌
- 讓情緒、代謝、疲倦、身體不適有調整機會





## 適合對象

- 需要守護甲狀腺代謝者
- 頸肩緊繃、疲倦感明顯者
- 長期緊張、焦慮或壓力大者
- 希望透過天然芳香維持身心平衡者





# 榮獲國際唯一認證健康醫學藥學化妝品金牌獎

## ◦ RHF顧原精油

成分 | 當歸 羅勒 檸檬 佛手柑 檸檬草 啤酒花 歐百里香

## ◦ 乳香精油

成分 | 乳香

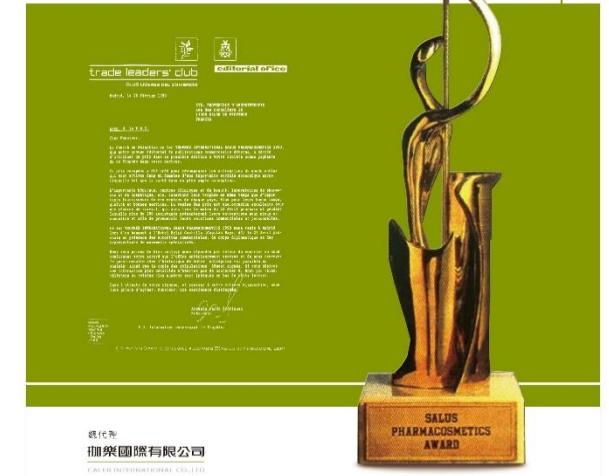
## ◦ 依蘭精油

成分 | 依蘭



1990年榮獲國際唯一認證  
健康醫學藥學化妝品金牌獎

醫學藥學的真諦 / 實踐一個沒有疾病、沒有病人的世界





# 芳香處方

## RH.F顧原 | TT45



- 支持神經系統、免疫防禦與腎上腺功能，適合長期疲勞、焦慮、失眠、免疫低落者
- 在情緒層面幫助回歸內在核心、增強穩定感與安全感
- 對自體免疫平衡有輔助作用



## 乳香精油 | TF04

- 有助深呼吸、平穩思緒、免疫力
- 對呼吸系統與免疫系統調理尤佳，支持自體修復力
- 在身心層面上，帶來信任、釋放控制的能量，助人穩定信念與內在安全感



## 依蘭精油 | TF11

- 調節自律神經與賀爾蒙平衡，常用於甲狀腺、女性內分泌、焦慮相關芳療配方
- 舒緩心悸、緊張、憂慮

