

冬青

Wintergreen



Wintergreen

analgesic
muscle pain
joint pain
arthritis
gall stones
kidney stones
ulcers
bladder infections



性能 鎮痛、抗炎、防腐、收斂劑。

常用於 肌腱炎、肌肉痛、關節炎、關節痛、皮膚炎或疾病。

也常用於 一般疼痛、骨痛、手腕炎、風濕、痙攣、呼吸疾病。

由葉子以蒸餾方式萃取而成，我們使用生長於中國的冬青。由於高含量的甲基水楊酸 *methyl salicylate*，因此功效類似可體松 *Cortisone*。甲基水楊酸的味道常見於 Ben-Gay、撒隆巴斯、麥根沙士、麥根啤酒、口香糖、牙膏等，不過大多是人工合成的。

此精油也有助於 青春痘、潰瘍、感染、膀胱感染、膀胱炎、泌尿道疾病、骨刺、腎結石、膽結石、濕疹、痛風、退燒、淋巴系統排水和淨化、水腫、肥胖症、骨質酥鬆。

適合與羅勒、佛手柑、絲柏、天竺葵、薰衣草、檸檬草、馬鬱你蘭或薄荷等精油調和。

香氛療效：擴香能讓頭腦清楚、思緒清晰，是天然的興奮劑。

應用方式

會反胃噁心，不適合內服。可直接或 1：1 稀釋(兒童或皮膚敏感者)後，塗抹於[手腳反射點](#)和患部。也可擴香。

注意事項

有可能造成肌膚敏感，置於兒童接觸不到的地方。孕婦和患者請在使用前諮詢醫生。癲癇患者不可使用。有些人很容易對甲基水楊酸過敏，應先做局部的皮膚敏感測試。不要接觸眼睛、內耳和敏感(粘膜)部位；如不慎接觸，不可水洗，應使用稀釋基底油，例如：小分子分餾可可油。

不要長期使用，以免甲基水楊酸累積體內。

請注意：以上大部分資訊是由精油使用者提供的建議，並沒有醫學專家或科學驗證審核過的臨床試驗，應將它視為個人的經驗。對於嚴重的健康或醫藥問題，請尋求專業的醫療照顧。