



令人驚奇的理療精油

消化複方：

胃酸逆流、口臭、暈車(暈機、暈船)、便秘、腹瀉、胃灼熱、消化不良、噁心、胃痛。

——美國理療精油協會(華語區)副會長Ruenn Li

「消化複方精油」是10種家庭必備精油之一，(10種家庭必備理療級精油與成藥的對照表，可在我們的網站aaoAROMA.org下載，或電408.601.0906。)它可塗抹在肚臍四周、腳底反射點和腳踝，也可與束腹帶一起使用。擴香或吸入也可以緩和症狀。想嘔吐時，塗抹於咽喉的下方。內服時，用一滴稀釋於4盎司的水中飲用，或滴入天然植物膠囊中，或直接滴於舌下。內服「消化複方精油」可幫助益菌在結腸和消化系統中生存，同時抵抗念珠菌。與薄荷精油一起使

用，更加強效果。

這複方讓人感到溫暖、振奮及充滿能量，含有生薑(安定消化系統，減少噁心和暈車、暈機、暈船等症狀)，薄荷(減輕炎症，許多消化問題與炎症有關)、龍艾(調節消化系統，減少痙攣，減輕厭食症和尿道感染)，茴香(平衡雌激素和護肝，改善消化功能)，藏茴香(減少脹氣、絞痛、消化不良，抗寄生真菌)，胡荽(改善消化不良、脹氣、腹瀉和消化道痙攣)、大茴香(加強和安定消化系統)。

我們有一位媽媽擔心她兒子因口臭而找不到對象，就使用此複方消除口臭。口臭可能由口腔、牙齦或消化系統引起，本複方則雙管齊下。另一位先生連續打隔八小時，用了各種方法也無法停止，下班回家後滴幾滴本複方在舌下，立即止隔。

塗抹在動物的爪子，可驅除寄生蟲。嬰幼兒的皮膚較敏感，混合小分子椰子油，再塗抹在肚臍四周。此複方和薰衣草各一滴加入1茶匙椰子油，可緩解尿布疹。膽囊疼痛，則用本複方2~3滴和檸檬1滴加入1

茶匙橄欖油，每隔1小時內服，每天不超過8次。孕婦作嘔時，要謹慎，只用一滴塗抹在外耳。但癲癇症者不要使用。

產地、品種和萃取方法決定了療效，所以這複方只採用特定的單方精油，例如：斯里蘭卡的Zingiberaceae生薑、美墨邊界的Sativum胡荽、埃及的Vulgare茴香等。另外，只有逐瓶的多重嚴格檢驗，才能確保其純度與正確的成分比例。市面上，僅有不到2%的精油符合我們的要求。歡迎讀者也能提供您的複方或精油的特殊用法，與我們分享。◇