

# 現代理療精油小故事

狗與烏龜、男士的精油生活、曬後保養乳  
DIY、地中海型貧血、刺激腦細胞增生



美國理療精油協會  
Eugene Ko 尤津

## \$14元 解救奄奄一息的狗

慶分享他家狗的故事。他說：「醫生用抗生素、類固醇，4個月醫藥費花了超過US\$1,300，但是沒用，狗狗仍然奄奄一息。最後他嘗試使用精油，3天後狗就活起來了，當中只花了不到US\$14，僅醫藥費百分之一的價錢」。

慶使用了乳香、免疫力複方（含：丁香、肉桂、尤加利樹和迷迭香），茶樹和沒藥，他附了兩張照片，第一張是使用精油前奄奄一息的小狗，站都站不起來，第二張是使用後眼睛炯炯有神！另有人問「烏龜脖子受感染怎麼辦？」慶也推薦他的配方。

## 最 Man 男士的精油生活

誰說精油只有女人能用？即使是最 Man 的男人，也能在生活中體驗精油的力量。檸檬可以移除黏膠，消除異味、油漬、髒污、黏黏的殘渣，預防生鏽或卸下已生鏽的螺絲。用精油清潔口腔，清新呼吸，散發令人愉悅

的男人味。刮鬍、蓄鬚、護髮都可使用精油。舒壓、消除腸胃不適、肌肉重生、增加體能等工作有關的都有相對應的精油。有人出版了男士精油刊物就叫 Dudes Welcome，詳列了為男人調配的精油。

## 曬後保養乳 DIY 恢復滋潤

當您的肌膚處於陽光下而受傷時，可以透過精油來幫助您的肌膚回復涼爽、滋潤及健康。將 1/2 匙磨碎蜂蠟、1/2 匙乳木油果、1/2 匙椰子油、1/2 匙蘆薈凝膠、10 滴薰衣草、10 滴薄荷、5 滴羅馬洋甘菊混合在一起，曬後保養乳就完成了。

## 調理地中海型貧血有方法

美國理療大師 Boyd 分享如何調理地中海型貧血，使用幫助血循環的芳香調理複方（含：羅勒、葡萄柚、絲柏、馬鬱蘭、薄荷和薰衣草）及安定情緒複方（含：雲杉、花梨木、乳香和藍艾菊）擦腳底，兩種複方輪流交替使用。

調理貧血，使低血壓恢復正常，則可使用迷迭香擦脊椎和腳底，迷迭香是珍貴的強心劑與心臟

的刺激劑。內服羅勒 + 茶樹 + 佛手柑，大人約 3 ~ 4 滴，小孩 2 ~ 3 滴，每天 1 至 2 次，連續兩星期；如有進步可先暫停，等下個月再內服兩星期。

## 刺激腦細胞增生 活力一整天

精油專家 Elisa 說用腦過度的人，薄荷 + 廣藿香絕對是最佳選擇，每日兩滴擦在後腦風池穴附近，瞬間活絡大腦氣血，刺激腦細胞增生，令您思路清晰、判斷力增加，精神超飽滿，活力一整天。

## 精油教學

以上所提的理療級精油都經過多重認證，從地溝油事件，我們認為多重認證是確保品質功效的惟一方法。每週三上午 10 時 30 分 ~ 12 時和週六上午 10 時 ~ 11 時 30 分，我們將針對不同主題在 Fremont 小台北附近舉行精油教學，今後兩週專題為提升免疫力及減輕發炎，因為只有 8 個座位，民眾必須到我們的網站 [aoAROMA.org](http://aoAROMA.org) 點擊『活動 Events』或電話報名。◇