

身体状况与不同精油搭配表

1	哮喘	赤松针; 薰衣草; 甘菊; 桉树; 茂草花	23	手脚冰凉	杜松; 迷迭香; 茂草花; 赤松针; 桉树
2	感冒	赤松针; 迷迭香; 香蜂草; 桉树; 茂草花	24	肠胃改善	迷迭香; 杜松; 茂草花; 薰衣草
3	干咳	赤松针; 迷迭香; 桉树;	25	助消化	迷迭香; 甘菊; 赤松针; 薰衣草
4	支气管炎	赤松针; 迷迭香; 甘菊; 桉树;	26	改善睡眠	薰衣草; 甘菊; 赤松针
5	改善记忆力	薰衣草; 迷迭香; 桉树;	27	经常抽筋	茂草花; 甘菊; 桉树
6	血糖高	杜松; 迷迭香; 干草花; 尤加利(桉树)	28	骨骼疼痛	茂草花; 迷迭香; 杜松
7	缓解头疼	赤松针; 迷迭香; 薰衣草;	29	肌肉酸痛	桉树; 赤松针; 杜松
8	伤口愈合	赤松针; 桉树; 薰衣草; 甘菊	30	体臭	桉树; 赤松针; 迷迭香
9	湿疹	杜松; 桉树; 香蜂草; 迷迭香	31	腹泻	桉树; 甘菊;
10	干癣	杜松; 迷迭香; 桉树; 甘菊; 茶树	32	痔疮便秘	杜松; 赤松针; 迷迭香
11	解肝毒	赤松针; 杜松; 迷迭香; 甘菊	33	痛经	杜松; 薰衣草; 迷迭香; 桉树
12	皮肤过敏	杜松; 迷迭香; 薰衣草 香蜂草	34	舒缓压力	薰衣草; 甘菊; 赤松针
13	高血压	杜松; 薰衣草; 香蜂草	35	蚊虫叮咬	薰衣草; 甘菊; 桉树
14	低血压	杜松; 迷迭香; 薰衣草	36	烧伤烫伤	薰衣草; 甘菊; 桉树
15	风湿关节炎	杜松; 迷迭香; 桉树	37	晒伤	迷迭香; 甘菊; 桉树
16	痛风骨刺	杜松; 赤松针; 茂草花	38	焦虑	赤松针; 甘菊; 杜松
17	浮肿	杜松; 迷迭香; 桉树	39	沮丧	迷迭香; 香蜂草; 杜松
18	瘦身	杜松; 迷迭香; 赤松针	40	更年期	薰衣草; 甘菊; 桉树
19	产后塑身	杜松; 迷迭香; 桉树	41	香港脚	薰衣草; 赤松针; 桉树
20	尿酸偏高	赤松针; 迷迭香; 杜松	42	产后忧郁	薰衣草; 香蜂草; 桉树
21	肾炎膀胱炎	赤松针; 杜松	43	子宫保养	薰衣草; 香蜂草; 杜松
22	坐骨神经痛	杜松; 赤松针; 茂草花	44	过敏体质	甘菊; 香蜂草;

备注:

- 1.每次使用量10毫升左右(可根据实际调整剂量)可以选配2-3种精油.
- 2.高血压癫痫患者最好避免使用桉树精油.禁止使用迷迭香.
- 3.女性怀孕期间禁止使用香蜂草和迷迭香