



CPTG 專業純正檢測認證

用法：A T I S

植物部位：根部

萃取方式：蒸餾法

精油香氛：辛辣、香料、大地、清甜

主要化學成分：α-姜烯, 倍半水芹烯

Ginger | 生薑精油 15 毫升

60215186

## 產品介紹

dōTERRA生薑精油來自馬達加斯加，萃取自生薑的新鮮根莖一發芽於根系的植物的地下莖。生薑是許多亞洲菜餚中的香料，具有溫熱，提味的作用。在西方傳統中，生薑最常用於糖果中一薑餅和生薑餅乾就是兩個例子。生薑精油也可以局部塗抹或吸入以享舒緩香氣。

### 建議用法

#### 保養用

- + 塗抹於下腹部進行舒緩按摩。
- + 乘車時於手心滴入一滴生薑精油深吸香氣。
- + 泡澡時滴入一滴精油營造舒緩芳香的體驗。

#### 食用

- + 於熱水滴入精油再加入檸檬與蜂蜜享受舒緩熱飲。
- + 糖醋料理中以一滴精油取代生薑配料。

#### 居家用

- + 午後擴香生薑精油帶來能量香氣。
- + 冬季時以三滴生薑精油搭配野橘精油擴香散發溫暖香氣。

## 使用方式

擴香：在所選的擴散器中使用三到四滴。

內服：在120 毫升液體中稀釋四滴。

外用：塗抹時以5至10滴基底油稀釋1滴精油以降低過敏可能。

## 注意事項

可能會引起肌膚過敏。置於孩童伸手不及處。懷孕、哺乳或接受治療者，請先諮詢醫師再使用。避免接觸眼睛、內耳等敏感部位。