

生活雜誌

本期還將刊登

醫者言:

與Brannick Riggs以及Greg Woodfill 兩位醫生深談新陳代謝健康

dōTERRA Healing Hands Foundation® 療癒之手基金會的集合影響力: 一步一腳印,帶來無遠弗屆的改變

生活廚房: 56

dōTERRA產品目錄

dōTERRA 2022 年秋冬版













本期其他內容

106 精油背後的故事: 大放異彩的保加利亞

24 幕後故事: 從dōTERRA到您的手中

dōTERRA®健康倡導者
Brandi Young:
愛與包容的倡導者

46 男性專欄: 擇其所需,用之安心 40 擴香配方: 寂靜的力量

59 家庭專欄: 海宮漸進。其

循序漸進,打造溫暖家園

56 年店厨房: 滿腔愛意,瀰漫你我的廚房

66 健康與保健: 揮別新年新希望

71 dōTERRA 產品目錄

為健康奠下良好基礎

dōTERRA Lifelong Vitality Pack®終生保健套裝是營養保健品 套裝中的暢銷產品。它包含以下產品:

- Alpha CRS+® 賦活植物精華
- Microplex VMz® 全方位綜合維生素
- xEO Mega® 精萃能量魚油

套裝中的每一款營養保健品皆可以幫助您實現活出年輕、長壽的目標。賦活植物精華透過減少氧化應激以支持健康的細胞功能。*全方位綜合維生素提供22種必需的維生素和礦物質,以支持正常的細胞生長、功能和修復。*精萃能量魚油含有歐米茄脂肪酸,有助促進關節和心血管健康。*

"我每天都會使用dōTERRA Lifelong Vitality Pack® 終生保健套裝。當我開始使用時,我迅速感受到生活上的變化而大為驚訝。我向我的病患,甚至是職場同儕推薦這款不可多得的營養保健品!LLV是您實現健康目標的堅實基礎。"—Greg Woodfill醫生。







回饋社區

除了帶來珍貴的經濟機會,dōTERRA亦回饋當地社區造 福鄰里。透過Cō-Impact Sourcing®互相效力合作計畫以及dōTERRA Healing Hands Foundation®療癒之手基金 會,Esseterre為寄養機構中的青少年導師計畫提供協助。

近日,Esseterre蒸餾廠參與了「Wonder Garden 神奇 花園」的特別計劃。「Wonder Garden 神奇花園」是一 個創立於2018年的組織,該組織專門雇用身心障礙者-當 中許多人透過傳統管道求職無門。「Wonder Garden 神 奇花園」藉由販售員工種植的農產品和花卉的收入自力 更生。Esseterre蒸餾廠以多種方式支持著該計畫,包括 捐贈一輛卡車將農產品運送到市場,並接待一群提供土地 種植和安裝滴水灌溉的健康倡導者。為了提高產量和利 潤,dōTERRA療癒之手基金會亦捐款購買一台現正用於花 園的拖拉機。

重現榮景

現在,當您拿起一瓶薰衣草精油時,您會想起它背後無與 倫比的故事。儘管處境艱難,保加利亞的國土再次妝點上 一片片的薰衣草田。榮景正在重現,而世界各地的人們也 沉醉於迷人的薰衣草精油所帶來的益處。

保加利亞再度大放異彩。





萃取方式:蒸汽蒸餾

精油香氛:粉香、花香、清淨

萃取部位:花朵

用,其精油亦是如此。薰衣草因其實用性和受歡迎程度而 經常被認為是精油中的瑞士刀。事實上,薰衣草一直是

薰衣草一直是精油界的寵兒,它能為肌膚帶來強大的效 益、內服時有助減少偶發性的焦慮情緒*、營造一覺好眠 的靜謐氛圍一它的好處不勝枚舉。

趣味小知識

薰衣草由種子成長至完全成熟的植物需時兩年。

如何使用:

外用

- + 塗抹於肌膚,有助舒緩輕微的肌膚敏感
- + 與無香味保濕乳液或基底油搭配使用,就寢前按摩於後頸處和足

內服

- + 白天或晚上內服時,有助減少偶發性的焦慮情緒。*
- + 與野橘精油混合並添加於熱茶或開水中,以享獨特的花卉風味和

擴香

- + 當孩童準備就寢前,於房間內擴香使用有助營造鎮靜的氛圍。
- + 在洗淨床單、枕頭套和棉被後,於噴霧瓶中添加數滴精油與清 水,噴灑於乾淨的寢具以享迷人、清新香氣。

*以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止疾病。

與Brannick Riggs以及 Greg Woodfill 兩位醫 生深談新陳代謝健康

Brannick Riggs 是一位具有醫生專科認證的家庭醫師,同時也是dōTERRA 精油教育部門的副總裁。閒暇時,Riggs醫生和他的妻子Juli喜歡置身於瓦薩其前線(Wasatch Front)的戶外環境,並與他們的五個孩子共享天倫時光。

Greg Woodfill 是一位具有醫生專科認證的婦產科醫生,目前與他的妻子 Ashley 和他們的四個孩子住在北卡羅來納州威爾明頓。Woodfill醫生和Ashley共同創立了East Coast Oils (ECO),該機構致力於研究安全有效的精油使用方式。

什麼是新陳代謝健康?

我們的身體每天皆會暴露於各種物質-通常是透過飲食、呼吸或藉由肌膚吸收。這些物質會被代謝進入您的身體裡。

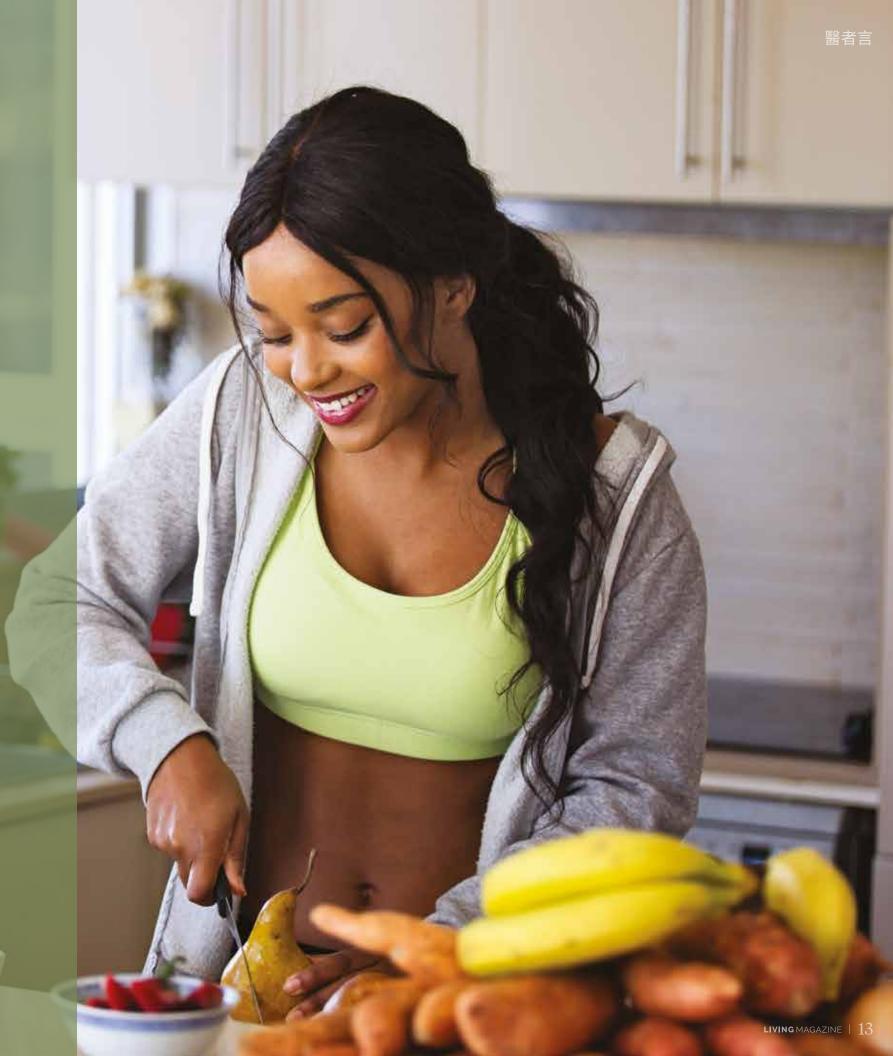
"人如其食"這句名言實際上應表達為"人如其所代謝"。強大的新陳代謝健康對身體每一項生命運轉的功能皆有著正向的影響。疲弱的新陳代謝將導致健康狀況不佳,甚至提早衰老。

一些身體現象可以讓您大致了解自己的代謝健康狀況,例如能量水平、呼吸急促、肌膚問題、消化問題和腦霧。您亦可前往醫療院所進行特定的檢測,以確保您的脈搏、血糖、膽固醇、甘油三酯、血壓和 C 反應性蛋白都在健康範圍內。

Riggs醫生建議大家可以根據體重評估自身的新陳代謝健康。 他說:"若您的BMI大於25,您將可能面臨新陳代謝健康方面 的挑戰。"

為什麼新陳代謝健康如此重要?

Riggs 醫生繼續說道:"新陳代謝健康是一大重要議題。在美國,將近75%的人口超重或肥胖。不幸的是,這個數值在近期發生全球流行病期間有所上升。當感到壓力時,我們經常尋求碳水化合物的幫助,並減少運動的時間。這種情形進而導致我們的新陳代謝健康欠佳。"





飲食

Riggs醫生指出:"不健康的食物難以透過運動代謝。"正確 飲食是新陳代謝健康的另一個基本準則。若您需要做出改 變,可以從微小且可控的飲食改變著手。

"有些人從80/20法則開始,這意味著他們一天之中80%的時間被營養豐富的食物填滿。在剩餘的20%中,他們放縱享受。"Woodfill 醫生補充道:"關鍵是一點一點的進步。將營養食品融入飲食中的方法不可勝舉。我個人偏好地中海飲食,因為它具有諸多的健康效益。"

假期和節日往往使維持健康的飲食習慣步履維艱。然而,您也無需完全剝奪自己享受"欺騙餐"的權利。當與家人歡度節日或度假時,Riggs醫生建議您盡情享受平日無法攝取的食物,只要確保在回家或假期結束後恢復健康的飲食習慣即可。

Woodfill醫生認為,準備食物在健康飲食中亦扮演重要的角色。"食物是人生中最大樂趣之一。正確的食譜加上一點事前準備,欲打造健康的食物易如反掌。舉例來說,我學會在烹飪時添加更多的香料。最近,我開始用薑黃入菜,我從來不知道它在調味和配色方面有多出眾。而且,它具有諸多益處。"

也別忘了纖維!美國農業部建議女性纖維攝入量為25克,男性為38克。 Riggs醫生說:"將纖維作為您飲食的一部份,有助支持良好的新陳代謝健康。它將使得纖維食物中的葡萄糖難以分解。這會讓糖分釋放變慢,避免我們的血糖大幅飆升。"除了均衡、富含纖維的飲食,服用 dōTERRA® 健康纖維粉以吸收適當的營養素並攝入足夠的建議用量。*

儘管您翼望藉由健康食品補充您的飲食,您所需的營養仍然可能不足。除了dōTERRA健康纖維粉外,您亦可使用dōTERRA 乳清蛋白粉和dōTERRA青新蔬果粉以確保獲取所需的營養。*

遵循健康飲食並吸收正確的營養將對健康的生活大有助益。 您將會愛上精力充沛的自己,身體更有效地運作,以及因為 健康的飲食而自信滿滿。

人上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止病。

dōTERRA

Serenity

Restful Comp

60 Softgels/Gélü NPN: 80083318

睡眠

一般來說,成人每晚的建議睡眠時間為7-9小時。睡 前儀式對睡眠有所助益,而精油亦可成為睡前儀式中 關鍵的一環。

Woodfill 醫生說道:"我經常向眾人推薦薰衣草精 油,但最近我對dōTERRA Serenity®神氣複方精油印 象深刻。我有些病患會在睡前使用按摩槍或按摩器以 及Deep Blue®舒緩複方乳霜來放鬆他們的肌肉。我 喜歡將薰衣草、乳香、生薑、黑胡椒和分餾椰子油調 和,並塗抹於後頸處和肩膀。"

您可以嘗試洗個熱水澡或冷水澡一根據您所在地的溫 度一或是進行冥想。任何有助於您從忙碌的一天中褪 下疲憊並放鬆的有效方法。

除了就寢時間外,將睡眠空間與日常活動空間分開也 相當重要。這意味著避免在床上滑手機和工作。相反 的,讓那個空間成為休息和放鬆的避風港。

天然的支持力

天然保健方案是新陳代謝健康的另一可靠支持。全新 的MetaPWR™新瑞活力複方系列產品將為您提供充 足支援。

Riggs醫生指出該系列產品可以"幫助您更恰當地消化 您所攝入的食物"。此系列產品包含新瑞活力複方精 油、新瑞活力複方口香、新瑞活力複方晶球、新瑞活 力軟膠囊、新瑞活力精華粉與新瑞活力多元膠囊。

新瑞活力複方精油擁有優化比例的葡萄柚、檸檬、薄 荷、生薑和肉桂精油。藉由擴香使用,其鎮靜香氛有 助營造靜謐的氛圍。根據臨床前研究表明,這款獨特 的複方精油在內服使用時,有助減少脂肪細胞。*有 待更多的臨床研究證實。

新瑞活力複方口香糖結合了新瑞活力複方精油和 無糖甜味劑木糖醇和山梨糖醇一這兩種皆為天然物 質。Riggs醫生指出口香糖因為讓您口中有咀嚼的東 西,而有助於控制食慾,使之成為改善新陳代謝健康 的寶貴利器。*新瑞活力複方晶球予您一個便捷的方 式隨時隨地獲取新瑞活力複方精油的功效一無論是度 假或出差。

新瑞活力多元膠囊包含新瑞活力複方精油,以及天然 萃取物、複合物和藥草粉末。該產品應於飯前服用, 以支持健康的血糖水平,並減少糖和複合碳水化合物 的消化與吸收。*

新瑞活力優益能量粉包含九種不同三肽類型的海洋 膠原蛋白,並含有 β-菸醯胺單核苷酸(NMN)、菸 鹼醯胺腺嘌呤二核苷酸(NADH)、玻尿酸和其他幾種 營養素,它們有助於促進健康的生活品質。基因組 成、DNA、飲食、運動和其他因素都在我們的衰老 過程中發揮關鍵作用。然而,根據最新的醫學研究證 實,煙酰胺腺嘌呤二核苷酸(NAD+)和膠原蛋白這兩種 關鍵成分對健康壽命至關重要。除了這些化合物,充 足的睡眠、補充足夠的水分和避免暴露於太陽的紫外 線亦相當重要。新瑞活力優益能量粉粉是支持健康壽 命的首選營養保健品。

新瑞活力複方系列產品利用自然與科學的力量打造安 全有效的產品。這款全新的天然保健方案可以幫助您 實現新陳代謝健康的目標。

各就各位,預備,出發!

我們在前面已經詳加探討關於新陳代謝健康及達成的 方法。但請謹記,您必須馬上落實運動、飲食、睡眠 及天然支持力等基礎準則,透過微小的步驟,便可迎 來可觀的改變。Woodfill醫生說:"我有信心若您一 點一滴的改善,便能為您的新陳代謝健康帶來巨大的

翻閱第36頁的兒童專欄"晚安,一覺好眠",深入了解 有關全家人的健康睡眠儀式。

*以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止

提高您的新陳代謝能力

新陳代謝是身體儲存、分解以及生產能量的方式。若您希望支持並加強您的新陳代謝健康,全新MetaPWR™新瑞盈活力複方系列產品是擁有持久、健康身體的理想解決方案。*將此強大的系列產品與健康的生活方式、攝取營養豐富的食物以及運動相結合,將助您在新陳代謝的旅途上大獲全勝。*

新瑞活力複方

這款完美的複方精油集結了CPTG®專業純正檢測認證的葡萄柚、檸檬、薄荷、生薑和肉桂精油,內服時有助促進健康的新陳代謝健康、幫助抑制食慾並鼓勵正念飲食。*根據臨床前研究顯示,當內服使用時,這款擁有獨家比例的複方精油有助減少脂肪細胞。*有待更多的臨床研究證實。

新瑞活力軟膠囊

此款膳食營養保健品由dōTERRA臨床科學家開發,旨在幫助支持您的新陳代謝健康,並提供您新瑞活力複方精油的功效。軟膠囊中亦包含生酮友好的MCT(中鏈三酸甘油脂)油。

新瑞活力複方晶球

該款產品注入完美比例的新瑞活力複方精油,當飢餓感來襲時,一顆晶球便可為您抑制食慾並產生飽腹感。*

新瑞活力複方口香糖

這款無糖的新陳代謝口香糖採用絕佳比例的專業純正檢測認證精 油調配製成,每次的咀嚼皆能為您提供飽腹感和新陳代謝健康。*

新瑞活力多元膠囊

臨床前和臨床研究表明,桑葉萃取物-新瑞活力多元膠囊的關鍵成分-有助維持穩定的血糖水平和胰島素反應。*維持穩定的血糖水平和胰島素反應是保持年輕與活力充沛的關鍵因素。*

新瑞活力優益能量粉

隨著年齡增長,體內的煙酰胺腺嘌呤二核苷酸(NAD+)和膠原蛋白會隨之減少。這兩種關鍵成分對健康壽命至關重要。*新瑞活力優益能量粉的配方旨在透過維持健康水平的煙酰胺腺嘌呤二核苷酸(NAD+)和膠原蛋白,以促進新陳代謝健康,進而支持認知功能、瘦肌肉、結締組織和肌膚健康。*

*以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止疾病。







Lindon訂單處理中心 (LFC)是我們最大且最忙碌的全球訂單處理中心。訂單中心充斥著機器的嗡嗡聲、傳送帶移動的聲音,以及員工的交談聲,生機盎然。天花板還飄揚著LFC員工的母國旗幟。

來來去去的貨物

當大型的捲門敞開時,您將會注意到員工正由數十輛的貨櫃車上卸載貨物,而這些貨櫃車隨時都可能抵達LFC。無論是來自dōTERRA 普萊森特格羅夫製造廠、值得信賴的廠商,亦或是採購地區,它們都將進入大宗收貨區。

每個貨板上的產品皆須經過查驗、登記並給予獨有的認證或 條碼以便持續追蹤。數以千計的貨板放置於倉庫的貨架上, 其高度直逼天花板,並隨時準備拉出以用於各式目的。

您可能會看到貨板上滿載著dōTERRA On Guard®保衛複方 精油或薰衣草精油,正準備由林登訂單處理中心運送至一墨 西哥、歐洲或加拿大。

產品如何組裝成您鍾愛的套裝

某些產品套裝——如入會套裝,或者dōTERRA Lifelong Vitality Pack®終身保健套裝——在為您的訂單進行準備的時候,是將單個產品進行組合(或稱為'匹配成套')而成的。在您訪問的時候,您將可以到此配套區域看到產品線上都在準備哪些產品。倉庫中的這一開放區域,根據所需匹配的套裝配備了組裝生產線式的活動桌子。

集貨箱的旅程開始

您跟隨著產品貨板前往"Frank"以及"Rose",它們是以兩種最喜歡精油命名的A型物料搬運設備。

在下訂單後,訂單將被發送至訂單處理中心的相應地區處理 部門。隨著訂單的到來,員工將根據訂單的先後順序,優先 處理最先接收到的訂單。

LFC 接收訂單後,會發送至Frank 或 Rose 物料搬運設備,該處有超過350種產品庫存(每個產品皆有獨特的代碼)並有待處理成訂單。當您的訂單訊息被接收後,產品將會自傳送帶落下。傳送帶將運送產品至生產線的末端,並將它們放入帶有訂單條碼的集貨箱。令人驚訝的是,Frank 和 Rose 每天可以完成多達30,000 個訂單!

若系統顯示出現潛在問題,您的訂單將被擱置一旁,品管專 員會檢查其中是否有出入,然後繼續訂單流程。對於某些訂 單來說,下一站將抵達包裝中心。對於其他訂單來說,旅程 尚未結束。

若您的訂單包含Frank 與 Rose不經手處理的大型或特殊產 品-例如生活雜誌、芳香噴霧器、套裝和季節性產品-您的集 貨箱將會隨傳送帶前往我們稱之為"電子標籤揀貨"區域。

現在,這段旅程將您引領至兩側滿是產品的通道。該處的員 工親切的向您打招呼。集貨箱沿著傳送系統行進,停在伸手 可及、系統記錄產品所在位置處。一名員工負責監督每個環 節,若您的集貨箱到達所需產品的位置,該處的警示燈將會 自綠色變為紅色。員工進行撿貨並放入集貨箱,接著按下紅 燈以確認物品已完成撿貨,其後警示燈將變回綠色。這個過 程將一直持續至您訂單中的大型物品和特殊產品完成撿貨。

若系統顯示您的訂單出現問題,在集貨箱透過傳送帶運往包 裝中心前,可能會再次進行品質檢驗。

一趟各司其職的旅程

在訂單通過傳送帶後,您將進入一排排的包裝中心一所有員 工皆列隊於包裝的隊伍中準備投入工作。包裝箱和我們全新 的環保袋皆放置於推車上,供員工依照訂單大小立即取用。







Brandi Young: 愛與包容的倡導者

選擇"健康倡導者"一詞來形容打造dōTERRA®事業者是特別甄選的。倡導 者們為理想奮鬥。他們勇於發聲。他們追尋自己所相信的理念。

dōTERRA 健康倡導者為健康理念而奮鬥一為家人、鄰 里以及全世界的人。他們熱衷於環境保護、改善社區等 等。Brandi Young 就是這樣一位健康倡導者,她體現了倡 導重要事物的意義。

2003年,Brandi和她的丈夫喜迎兒子的到來。當小孩出生 後,Brandi遇到了預料之外的挑戰:成為一名患有唐氏綜合

當他們竭盡全力照顧他們的新生兒—Clay—Brandi和她的丈 夫彷彿置身於一個未知的世界中。Brandi回憶道:"我只知 道我們需要盡可能地了解唐氏綜合症,如此才能幫助Clay。 我們對寶寶的愛驅使我們有更有動力去做我們需要做的事, 並在這個情緒有如雲霄飛車的過程中握緊彼此的手。"

踏進新領域

當Clay準備去上幼兒園時,Brandi的腦中存在著無數的 疑問,他的學校生活會是如何以及他將有什麼樣的學習選 項。Brandi 在努力學習如何更好地照顧 Clay的過程中,她 發現了一個由科羅拉多州教育部舉辦的當地會議。

該會議名額已額滿,但Brandi沒有因此而打退堂鼓。她知道 自己有責任為了小孩堅持到底並獲取問題的答案。經過一番 堅持後,Brandi被允許參與會議一這件事將對她的家人產生

在會議上,Brandi結識了當地其他殘疾兒童的母親。Brandi "雖然我們的孩子有著不同方面的殘疾狀況,但作為母 ,我們都經歷了相同的掙扎,甚至經歷了同樣的喜悅。我

在與這些母親交流後,Brandi受邀前往一場晚餐聚會,在這 場聚會中,她們聊天、同理彼此的狀況、給予建議、分享故 事並感到被傾聽。Brandi喜歡擁有這樣的依靠和傾訴管道。 當 Brandi聽聞下一次的晚餐聚會要待數個月後方舉行,她

决定自己籌備一場晚餐聚會。從那刻起,Brandi 說她基本上" 接手了整個團隊"。

最初僅有八位母親的簡單聚會,其後發展成為三十人以上的支持 小組。每週,Brandi都會在電子郵件群組中加入更多的母親。當 Facebook出現時,該群組已擴大到數百人。該群組名為「推廣 包容與接納的母親倡導者 (Mothers Advocating for Inclusion and Acceptance)」,其中包含普韋布洛地區數百名照顧殘疾兒

Brandi清楚知道作為一個找尋答案的 新手媽媽是什麼感覺。她說:"誰都不 應該獨自經歷這一切。我們的代辦事 項早已堆積如山。我們不需要浪費每 次的時間做無用功並獨自解決。"

dōTERRA 健康倡導者 dōTERRA 健康倡導者

幫助無助之人

推廣包容與接納的母親倡導者 (Mothers Advocating for Inclusion and Acceptance)」如今已邁入第十五年,她們持續 為母親賦能以支持自己的孩子。Brandi確保該組織與當地教育 工作者、醫療人員、治療師和其他專業人士密切合作,為這些 母親提供答案,並為她們的孩子提供更多選擇。

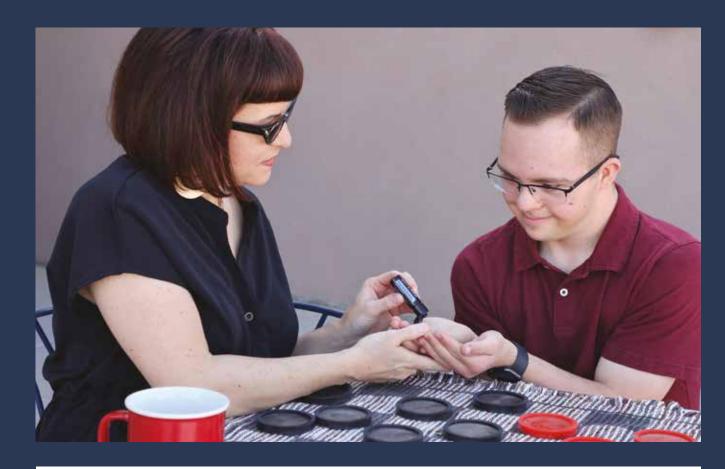
她說:"我知道走進學校或診間的那種無助感。但我告訴小組中 的母親'你比你想像中的更強大'。了解殘疾兒童也可以擁有不同 的選擇、自主權和選擇權。當您給予孩子選擇權時,他們將產 生參與感。當他們產生參與感時,他們的生命將更具意義。"

如今,Clay已經18歲,並在今年初從高 中畢業。由於Brandi的理念推廣,Clay 的生活比她想像中更具意義。

Brandi的建議

"若您所在的地方沒有這樣 的團體,那就自己打造。尋 找在這段旅程中比您更有經 驗的父母。不要覺得此舉是 白費功夫。我們的小組一開 始也是從寥寥無幾的電子郵 件聯絡人和每月一次的晚餐 開始,所以不要想得過於複 雜。"





Clay 最喜歡的精油



Tamer® 悠活寶貝複方: Clay心中首 選和口袋必備品,悠活寶貝複方是他經 常使用的dōTERRA產品,在感到壓力 時,能提供鎮靜的香氛。



薄荷:Clay十分喜愛薄荷精油的氣味。 他每天將薄荷晶球隨身攜帶於口袋中。



綠薄荷:綠薄荷是Clay的"快樂精油"。 他喜歡在淋浴時滴一滴精油,作為揭開 美好早晨序幕的有效方法。

Brandi 最喜歡的精油



木蘭花:木蘭花香甜的氣息讓Brandi感 到愉悅。這是一款她每日使用的精油。



Citrus Bloom® 柑橘綻放複方:Brandi 表示這是她最喜歡用於擴香的複方精 油,特別是當她想營造雀躍的氛圍。





探究AromaTouch Technique® 芳香 調理技術之美

真正的健康包含身心靈元素,而芳香調理技術一應俱全。該技術結合了撫觸的功效和精油的神奇力量,打造獨特的健康體驗。透過這種技術,任何人皆能充分發揮精油的益處。

芳香調理技術的想法於十幾年前誕生。科學與醫療保健計畫的 創始執行官大衛希爾博士自忖:"若有一種能適用於任何情況且 安全有效的精油使用方式,那會如何呢?"為此,他開始開發一 種應用方式。芳香調理技術花了一年多的時間以臻完美,希爾 博士希望開發簡單易學的技術,可供所有人使用,同時依舊能

該技術的核心是愛的流動。這是一種愛和關懷的表達——個幫助他人感覺更加良好並有效使用精油的機會。按摩者和被按摩者皆可受益!這種技術能為每個人創造別具意義的體驗。



撫觸的力量

我們對歸屬感的需求強大,而芳香調理技術超越了語言、文化 和其他差異,直達連結到源頭:撫觸。撫觸在人際關係中尤為 重要。觸覺交流是我們最先習得的形式。我們在子宮內就開始 接收觸覺信號,在建立起語言溝通橋樑前,撫觸在親子關係中 扮演至關重要的角色。它是我們獲得的第一種感覺。

在最近的研究中,研究人員發現了撫觸在情感交流中的強大作用。發現它幾乎與語言和面部表情一樣有效。撫觸可以傳達多種情感一愛、感激、同情、恐懼、憤怒等等一而且精準度令人難以置信。 此外,撫觸可以傳達情緒的語氣:正面或負面,強烈或微妙。它還可以精準區分情緒類型。

除了情感成分,輕柔地撫觸還可以影響生理反應,是其他交流 方式無法仿效的。與一般涉及強而有力的手部動作,注重於分 解肌肉沾黏、刺激中樞神經系統、有助復原過程的傳統按摩 不同一芳香調理技術以溫和的方式提供不同的效益。

溫柔的撫觸可以為身體提供舒緩壓力的功效,幾乎可以立即釋 放催產素,催產素也被稱為愛情或擁抱荷爾蒙。更令人難以置 信的是,撫觸者可以與被撫觸者獲得同樣的感受。

AromaTouch Technique® 芳香調理技術在您 生活中發揮的力量

為什麼您應學習AromaTouch Technique®芳香調理技術?該技術的核心有助於滿足我們的基本需求:感受被愛和被關心。同時幫助我們主動愛人和關心他人。身處於一個自我主義的社會中,芳香調理技術促進了按摩者和被按摩者之間深刻而有意義的連結。對於每個參與者而言,這意味需要暴露一些自己的脆弱之處,但此舉將最終有助加強技術的力量和益處。

欲向希爾博士學習如何正確使用該技術、其背後的科學為何以及如何選擇精油,請購買芳香調理技術培訓課程並完成線 上培訓課程。



撫觸,用於芳香調理技術中旨在釋放無與倫比的身心效益。從它幫助建立的情感連結到催產素的釋放,該技術中輕柔且一致的撫觸為施予芳香調理技術者以及接受者帶來強大的體驗。



擁抱 人與人的連結

使用芳香調理培訓套裝掌握AromaTouch Technique®芳香調理技術!

芳香調理培訓套裝

dōTERRA Balance® 安定情緒複方 15毫升

薰衣草 15毫升

茶樹 15毫升

dōTERRA On Guard® 保衛複方15毫升

AromaTouch® 芳香調理複方 15毫升

Deep Blue® 舒緩複方 15毫升

野橘 15毫升

薄荷 15毫升

分餾椰子油 115毫升 (附按壓頭)

終身免費的官方芳香調理技術認證課程訪問權限和獨家電子書

芳香調理技術是一種獨特的精油外用塗抹方式。它不僅效果顯 著且有效率,能提供深遠的整體健康體驗。

芳香調理技術的核心是一種受益於按摩者和被按摩者的連結服 務。透過芳香調理培訓套裝,將該技術的神奇

力量帶入您與家人的生活中。



晚安,一覺好眠



忙碌奔波了一天,沒有什麼比鑽 進被窩更令人心滿意足。每個人 終於進入夢鄉,家中一片寧靜一 除了Roam®隨身芳香噴霧器的輕 柔嗡嗡聲,您在Hygge®安恬複 方精油的香氛中漸漸入睡。

冒險進取的生活方式

您是否知道美國疾病控制中心建議18歲以上的成人,每晚需要至 少七小時的睡眠時間呢?年齡越小,所需的睡眠時間越多。

薰衣草、羅馬洋甘菊或dōTERRA Serenity® 神氣複方等受人喜 愛的鎮靜產品是否能幫助您入睡呢?或者,您時常凝視著黑暗, 數著羊直到太陽升起呢?

對於許多人來說,獲取最佳睡眠難如登天。當您看著時鐘的指 針不斷逼近您所設的鬧鐘,您可能會感到沮喪。長期因睡眠問題 而困擾亦可為您帶來非同小可的後果。除了第二天昏昏欲睡或感 到遲鈍外,睡眠不足還會產生嚴重的長期影響。根據研究表明, 睡眠不足會使幼兒和青少年更容易出現情緒低落、衝動和憤怒等 情緒-更不用說發育問題和成績退步。

的元素之一。這適用於每個人一從蹣跚學步的幼童和青少年,以 致於父母和祖父母。



忙碌小蜜蜂

根據美國疾病控制中心指出,美國三分之一的成年人睡眠時 間少於建議時間。緊迫的日程、緊急的任務、恐懼、壓力以 及生活中不斷跳出的各種事情,可能成為最佳睡眠狀態的絆腳 石。Woodfill醫生,整骨醫生學位,美國婦產科學院院士,強 調了營造寧靜環境的重要性。 他說:"將您的睡眠空間與生活 的其他部分分開,讓您生活中的所有活動遠離您的睡眠空間一這 必須是一個休息的避風港。"

隨著科技在生活中越發的便捷,您必須與您的電子設備設立一 個界限。這樣的老生常談不斷地宣導著:睡眠空間中不要擺放 任何科技產品。

然而,關掉螢幕可能不足以讓心靈平靜下來。研究表明,寫日記 有諸多好處,包括改善健康、幸福感和睡眠。其他研究也顯示, 睡前花五分鐘寫下一天或一週的代辦事項有助入眠。在您寫日 無論您是早起的鳥兒或夜貓子,良好的睡眠是健康生活中最重要 記時,擴香使用佛手柑精油有助營造平靜的氛圍。效仿路易斯卡 羅、安妮弗蘭克和托馬斯愛迪生等偉人的撰寫習慣,讓您的思緒

小小夢想家

對於孩子來說,白天生動有趣的活動或乏味的睡覺時間可能致使 他們不願入睡—這使得睡覺這件事一點也不平和。希望頑固的孩 子能漸漸擺脫不良的睡眠模式可能還不夠。一項研究表明,那些 在孩提時期難以入睡的人,在青春期出現相同問題的可能性是其 兩倍。另一項研究更是表明,睡眠品質差的青少年比睡眠品質好 的同齡人感到更大的壓力。

若您覺得您的孩子未獲取足夠的睡眠,那麼是時候特意建立一個持續的就寢模式。

睡前儀式的每一個步驟皆向您的孩子發出即將睡覺的信號,讓他們的身心靈做好準備。專注於打造一個有利於睡眠的環境。除了洗個熱水澡、讀他們最喜歡的故事、把他們裹在柔軟的毯子裡以外,亦可擴香使用薰衣草或Adaptiv®樂釋複方等精油產品。

起床迎接美好早晨

沒有什麼比美味的早餐更能趕跑您的貪睡蟲。在經過一夜安眠後, 保持健康的習慣並享用豐盛的早餐。動手製作第54頁的全麥香蕉麵包,享用一頓完美的早餐。

您有沒有聽過這樣的說法,"你怎麼吃大象?一次咬一口?"根據個人需求調整您的睡眠儀式。自微小處著手,試想哪些改變對您的日常生活有益,並由此開始。很快的,當您的頭一碰到枕頭便可以入睡,接著在鬧鐘響起前神清氣爽地醒來。





獸醫專欄: 療癒的紐帶 人類與動物的連結

簡單來說,動物真的無與倫比!或許因 為我已經當了20年的獸醫,並從我有 印象以來便喜愛動物,我的想法可能有 失公允。但對於養寵物或經常置身動物 周圍的人來說,無可否認的,寵物讓我 們感到快樂。最近有一項科學研究表 明,寵物對我們的健康有直接的影響。 而如此說法直接來源於醫院、學校以及 拘留所中所進行的難以置信的計畫。動 物在其中發揮了關鍵作用。

在過去的 50 年裡,醫學研究表明動物可以改善我們的身心健 康。事實上,1980年代的一項研究顯示,養寵物的心臟病患者 比沒有養寵物的人更有可能活得更長。最近,密蘇里大學獸醫學 院的一項研究針對如何藉由與動物互動提高催產素水平。這種激 素具有生理和心理的影響,包含對社會行為和情緒的正面影響。





擇其所需 用之安心

儘管大街上的普羅男性不一定能苟同,但精油不單適用於女性。它們所提供的不僅 止於悅人香氣(儘管它們的香氣確實令人驚嘆)。任何人皆能體驗其令人讚嘆的用途 和功效。這些源自大地的饋禮能為您、您所愛之人、您的居家環境以及您的所有物 帶來無數的益處。

正以安全、天然的方式呵 護自己。 >> FALL / WINTER 2022

予您和您所愛之人

我們時不時都需要一點支持,無論是在運動後的生理支持,處理壓 力情況時的情緒支持,還是無精打采時的心靈支持。以下部分的精 油產品將可針對您的具體狀況、目標和努力進行協助。

Deep Blue® 舒緩複方:您想要擁有健康的身體,但運動後身體的不 適可能令人感到沮喪。舒緩複方一搭配基底油稀釋或以乳霜、香膏形 式使用一在按摩僵硬、疼痛的肌肉時,能提供舒緩感受。透過使用該 產品,不斷突破您的極限。

InTune® 全神貫注複方:長時間保持高度專注力著實不易。透過使 用全神貫注複方,在聚精會神工作時,為您營造一個平靜且振奮人 心的氛圍。

薄荷:薄荷精油是一款具有經典香氛的經典產品,它有助促進健康 的呼吸功能和通暢的呼吸感,內服時亦可支持消化健康。*它甚至可 以驅趕蚊蟲-之後會詳加介紹。

dōTERRA Lifelong Vitality® 終生保健套裝 (LLV):無論您的年齡 大小,投資在自身健康永遠是個正確的決定。LLV是邁向終生活力 的重要一步,其益處從心血管和骨骼,以至於能量新陳代謝和肝功

呵護系列-茶樹:許多男性皆在鬚後感到肌膚敏感不適,這款精油將 是最佳解決之道。透過將呵護系列一茶樹精油滾珠塗抹於灼熱敏感 處,以享潔淨、清涼之效。

dōTERRA On Guard®保衛複方:保衛複方名符其實。沒有什麼比感 覺良好更重要。透過保衛複方為您帶來持續性的強健感受,根據臨 床前研究表明,該配方有助支持健康的免疫功能和身體的天然抗氧 化防禦。*無論是複方精油、錠片、漱口水、噴霧、晶球一諸多選擇 一應俱全。

Adaptiv® 樂釋複方:壓力無所不在,以至於您認為牙一咬忍著便沒 事。但事實並非如此。當置身新環境或情況時,樂釋複方有助營造 一個提升情緒並帶來安寧的氛圍。

DigestZen® 樂活複方:若您在享用大餐或沒嘗試過的料理後感到不 適,樂活複方能為您提供援助。於開水中滴幾滴精油服用,亦或是 服用軟膠囊或膠囊型式以助消化。

精油使人心安,因為您知道自己正以安全、天然的方式呵護自己。 不僅是您-您的家人、朋友和鄰居皆可以享受純淨、有益健康並根據 個人需求量身打造的解決方案。



予您的空間和物品

您與身邊的親朋好友可以很明顯地感受來自精油益處。但它們的 效用甚至能遍及您的環境和所有物:居家環境、汽車、食物、衣 服等等!

- •害蟲入侵居家環境可能是大家的夢魘。使用薄荷精油來減少害 蟲(香茅和檸檬草精油同為可靠的解決方案)。
- •淨化清新複方能為小空間和車內空間展現淨化空氣之效,而茶 樹、檸檬與野橘精油能有效去除衣服和鞋子的殘留異味。
- •當論及為您喜愛的食物賦予嶄新的風味時,您的選擇無窮無 盡:黑胡椒、馬鬱蘭、萊姆、薑黃、牛至-數之不盡。
- ●薰衣草、雪松和dōTERRA Serenity®神氣複方精油予您置身放 鬆、優質的睡眠氛圍,並在隔天擺脫昏沉或焦躁不安的狀態。

每個問題和願望都有其相應的天然且實用的解答。往後,當您為 自己、所愛之人或居住空間尋覓多用途、價格實惠且純淨的產品 時,擇其所需,用之安心。

寂靜的力量

"讓心靜下來,您會聽到靈魂在說話。"-佛陀 停止手邊的一切。將音樂調小聲。關掉您的手機。走進一個安靜、單獨的空 間。呼吸。靜坐數分鐘,讓您的身心恢復活力。

香氛具有徹底改變居家環境的力量:雜亂無章的房子變身為舒適的家、沈 悶的辦公空間搖身一變為個人成長的角落辦公室,或者將汽車駕駛座蛻變 為一個避風港。

當您需要片刻寂靜時,嘗試以下帶有靜謐氣息的擴香配方,為您尋尋覓覓 的安靜時分找到歸屬。





溫暖的擁抱

- 2 滴Hygge®安恬複方
- 2 滴夏威夷檀香
- 2 滴馬達加斯加香草



鎮靜與專注

- 5 滴薰衣草
- 3 滴西班牙鼠尾草
- 1 滴伊蘭伊蘭



寧靜的禪意

- 3 滴癒創木
- 2 滴佛手柑



舒緩空間

- 3 滴薰衣草
- 2 滴尤加利
- 3 滴薄荷
- 1 滴西班牙鼠尾草



寬慰之情

- 4 滴葡萄柚
- 3 滴薰衣草
- 3 滴茉莉
- 1滴夏威夷檀香



清新空氣

- 2 滴茉莉
- 2 滴尤加利
- 1 滴薄荷

FALL / WINTER 2022





循序漸進,打 造溫暖家園



若我的家是一個避風港,所有在家中的物品都將 被我視為神聖。—*Robyn Griggs Lawrence*

您的家是一座避風港

白頭海鵰的鳥巢令人歎為觀止。它們是最大型的築巢鳥類,其 鳥巢多數聳立於樹幹的最高枝頭。雄鷹和雌鷹一同收集築巢 材料,以確保巢穴的穩固和結構。交織在一起的樹枝形成了 巢穴的大致結構,草和苔蘚在巢穴中穿插著,以備孵蛋時安 穩舒適。

值得注意的是,白頭海鵰若孵育成功,它們將年復一年地回到 同一個築巢地。這些巢穴的建造是為了讓下一代能夠成長、療 癒和茁壯生長。

作為人類,我們對家,這個讓我們感到安全且舒適之處,也有強烈的本能。讓家成為您的避風港——個創造回憶、豐滿、休息、療癒和生活的地方。塑造如此環境的其中一個方法是重新整理與斷捨離,並將所有物品物歸原位。一步步將一間水泥房子變成溫暖的家園,循序漸進。

責任分享

"房子是由一磚一瓦砌成的,但家是由生活其中的人打造的。"—M. K. Soni

老鷹們共同築巢。無論您是與家人或室友同住,清楚表達您想分擔的家務。輪流購物、煮飯、準備食物和打掃等家務。每個人的行事方法各有不同,因此將共同目標設定為打造一個井井有條的家。與人分享期望和希望,以便每個人都能在家中找到

您或許是獨居,抑或是因為家人或室友的個人因素而無法平均分擔責任。若碰到如此的棘手狀況,建議您設定實際的目標以使生活步入正軌。思考一下什麼方法能帶來最大的益處。透過內服乳香精油以達身體舒緩之效,根據臨床前研究表明,乳香因其中的α-蒎烯成分而具有舒緩功效(有待更多臨床研究證實)。誠實的面對您可以改進的部分,並讓您腦中打造屬於自己的避風港之目標繼續茁壯發展。

激發行動力

在進行居家整理工程前,將數滴癒創木精油滴於舌下,以享 鎮靜、平和與寧靜的香氣。*選擇一個進行斷捨離和整理前後 會有明顯對比的區域或房間。從較小範圍和易掌控的部分開 始做起,將為您帶來些微成就感並激發前進的動力。

若您不知從何著手,請回想一下您的日常生活作息。若您固 定在一天結束後,前往書房放鬆休息,那便從該處開始著 手。若您每晚的睡前儀式包含一個舒緩的空間,請從臥室開 始。藉由在您長時間活動的範圍中做出明顯的改變,您將會 發現自己更有動力改變家中的其他空間。

在邁向更簡單、更有意識的生活方式時,每一步都要慎重其 事。每一根放在巢穴的樹枝和您所做的努力皆會打造出一個 無與倫比的結構,進而成為終生的避風港。

*以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止



與其改變您的習慣以順應居家環境,不如讓您的居家環境 適應您的個人習慣。為鞋子規劃一個合理的放置區域,而 非隨心所欲的擺放。在做出決定時,實際且誠實的面對家 中佈局。您的收納方式將更具持續性。

您可能會驚訝於日常生活中所需的物品居然可以如此簡 化。以您的辦公桌為例。將桌上所有東西(沒錯,所有東 西)放進一個箱子。僅在需要時才將物品自箱中取出。幾週 後,您將發現辦公桌上所有多餘的物品皆在盒子裡,並可 以準備捐贈出去。

當處理較大型的斷捨離物品時,請保持井井有條,以免不 知所措。當您準備好著手任務清單,擴香使用 dōTERRA Motivate[®]鼓舞複方精油。準備四個箱子並貼上標籤:保 留、丟棄、捐贈和搬遷。對於整理空間中的每樣物品進行 檢查並分類。



萃取方式:蒸汽蒸餾

精油香氛:大地氣息、木質調與香甜

萃取部位:心材

癒創木取自玉檀木的心材,並經蒸汽蒸餾製成。它散發著大地 氣息和鎮靜的香氣,同時亦帶有些微的甜味。癒創木精油中包 含分餾椰子油,可外用塗抹和芳香使用,它的木質香氣使您在 吐納之間感受和諧的氛圍。

趣味小知識

自16世紀以來,該種植物一直為美洲原住民用於保健 療法和宗教儀式用途。

如何使用癒創木

外用

- + 外用塗抹有助舒緩輕微的肌膚敏感,並強化肌膚的保水作用。 擴香
- + 全天候擴香使用,感受其極具支持力的香氣。

為未來而採購

dōTERRA CPTG®專業純正檢測認證癒創木精油採購自巴拉 圭,並遵循可持續性和道德的採購方式。我們與合作夥伴攜手 合作,致力於扭轉大廈谷岌岌可危的生態環境一該處是全球生 物多樣性最豐富的地區之一。

通常在木材產業中,當出口癒創木時,其中至少 25% 的木 材需來自可持續管理。當我們向當地土地所有人提出可持續 性採伐和幫助維護林地,並支付用於蒸餾精油的任何木材費 用等提議時,他們有了保留林地的動力,並開始珍視林地的 價值。

收成者保留癒創木樹的根部以供再生。僅有樹幹或樹枝的木 材用於蒸餾。此外,剩餘的鋸末為生物質鍋爐提供燃料,更 為環保盡一份心力。

我們正與採購合作夥伴攜手並進,樹立榜樣和標準,盡心盡 力打造這條供應鏈的可持續性並造福所有相關人員以及地

FALL / WINTER 2022

歡迎來到生活廚房

若家是心之所在, 廚房即是一個家的心臟。在這裡, 誘人的香氣 挑逗著您的感官,而孩子們等不及要大快朵頤。廚房是您的生活 願景板-您在此處創造、成長以及與親朋好友齊聚一堂。

我們希望您因生活廚房的文章而感到雀躍、啟發,並在每一個新 食譜中找到家的感覺。

滿腔愛意,瀰漫你我的廚房。

全麥香蕉麵包

準備材料:

1/4 杯蜂蜜或楓糖

½ 杯無糖蘋果醬

3 根熟透香蕉,壓成泥

1 顆蛋,打散

¾ 杯無糖香草杏仁奶

10 滴馬達加斯加香草精油

8 滴肉桂精油

1½ 杯全麥麵粉

1 杯燕麥片

1 茶匙泡打粉

1 茶匙小蘇打

1/4 茶匙鹽巴

½ 杯核桃,略微切碎

½ 杯巧克力碎片、葡萄乾或其他乾果

製作步驟:

- 1. 將烤箱預熱至 350°F。.
- 2. 準備一個9寸蛋糕模和不沾鍋烹飪 噴霧。.
- 3. 將蜂蜜、蘋果醬、香蕉泥、 雞蛋、杏仁奶以及馬達加斯 加香草與肉桂精油加入大 碗中。.
- 4. 取一個中型尺寸的碗,攪拌 麵粉、燕麥片、泡打粉、小蘇 打和鹽巴。.
- 5. 將濕性材料加入乾性材料中,攪拌 直至混合均匀。加入核桃和巧克力碎 片或乾果,持續攪拌直至均勻混合。請 勿過度攪拌。.
- 6. 將麵糊倒入準備好的蛋糕模中,烘烤約60分 鐘,或將牙籤插入麵包中心,沒有沾黏即代表
- 7. 將麵包自烤箱取出,並放置於金屬網架上待冷卻。.
- 8. 切片,並搭配奶油或您喜歡的果醬一起享用









集合影響力: 一步一腳印,帶來無遠弗屆的改變

每筆購買dōTERRA Hope®希望複方精油的金額,將 部份捐贈至dōTERRA Healing Hands Foundation® 療癒之手基金會,用於支持打擊全球人口販賣。

您的捐款如何幫助維護正義?想知道您的貢獻是如何產生影響 是很自然的。

Faith,一個身處墨西哥性交易之都Tecamachalco的13歲少 女,一貧如洗、飢腸轆轆且前未卜。Faith迷茫的處境引起了 潛在人口販運商Melendez-Perez的注意。他為她提供食物 感情和安全感。

在一年的時間裡,Melendez-Perez慢慢贏得了Faith的信 任。在愛和美國美好生活的承諾下,他將她帶往紐約。這個承 諾不過是個謊言。Faith被迫賣淫,每天要接幾十個客人。她

被毆打、威脅和虐待多年,而非過著當初承諾的美好生活。

集合影響力的背後

全世界正面臨著複雜、令人生畏的問題,例如貧困、迫害與人 口販賣。dōTERRA Healing Hands®療癒之手基金會致力於 帶來改變。我們都希望能夠快速且輕鬆地解決這些問題,但解 決方案唯有透過眾人且各機構的努力、資源投注和多方合作方 能實現一這當中包含了政府、公司行號以及您!這就是集合影 響力。這也是Faith得以脫困的原因。

doTERRA Healing Hands Foundation®療癒之手基金會

集合影響力是藉由我們共同的意志為世界帶來改變。它的重點在於大家通力完成,因為三個臭皮匠勝過一個諸葛亮。

集合影響力讓進步不再是遙不可及。當我們齊心協力,我們將有足夠的力量產生真正的改變。

集合影響力是盡您所能來擴大團隊的共同努力, 努力實現更多的善舉。每個人皆需付出一點心力,因為努力不應只有一個人全力付出。

集合影響力是從教育、倡議、捐款或募捐等方面著手。若我們皆盡守各自責任,我們便能扛起重擔。

除了支持dōTERRA Hope®希望複方精油以外

教育

人口奴役不再是歷史往事。現在,婦女、兒童和男人遭到人口販賣一被迫或被操控一充當勞工或賣淫。據估計,目前全世界有4030萬的人(大約是紐約人口的兩倍,超過加拿大總人口)被奴役。

汲取關於人口販賣跡象的教育資訊,您也可以在事情發生前,來幫助防止現代人口販賣和剝削。欲開始您的學習旅程,請前往https://doterrahealinghands.org/hope。亦或是於家中接受以倖存者出發角度的相關教育培訓:Home | OnWatch™ (iamonwatch.org)。

倡議

藉由勇於發聲,您可以提高所在社區對人口販賣和迫害的認識。分享您自OnWatch培訓課程所學,或於社交媒體上分享關於人口販賣和迫害的影片(https://doterrahealinghands.org/hope/hopeimpact-videos),宣傳HOPE活動項目並鼓勵他人參與其中。

有越多雙眼睛掃視著可疑跡象,我們就越有機會 在販運和迫害發生之前杜絕憾事。

捐款

所有捐贈予dōTERRA療癒之手基金會的款項將 全數用於公益事業,而其中的行政和營運成本將 由dōTERRA承擔。這意味著您捐贈的每一分錢 都有助預防、拯救和重振倖存者的希望和自由。 從人口販賣中解救一名倖存者大約需要 5,000美元,但這僅是冰山一角。一名倖存者每日的事後照護費用為40美元。培訓一名教師指導學生如何保護自己免受販賣和剝削的費用為20美元。而5美元可以訓練孩子保護自己的安全。 不管您捐贈多少金額,每一分錢都有極大的貢獻。

蕮掲

您可以透過主持媒合計畫成為解決方案之一。 將您重視之項目的募款影響力加倍。無論是 自衛課程、預防培訓計畫、執法工作任務裝 備、倖存者的善後照護,或是其他您熱衷的 公益項目,dōTERRA 療癒之手基金會希望幫 助您有所作為。我們將與您發起且符合資格 的募款計畫配對,以擴大您的影響力。前往 doterrahealinghands.org 參閱媒合計畫的頁面 以獲取更多相關資訊,或展開您的計畫。

為集合影響力做出貢獻的方法有許多。無論您以 什麼樣的形式及何時捐贈-可能是時間、技能或 資金-您都能做出改變。



dōTERRA Healing Hands® 療癒之手對集 合影響力的貢獻

欲將個人力量集結起來形成集合影響力,我們需要透 過一個組織的輔助。這時便是dōTERRA療癒之手的 上場時刻了。

dōTERRA是一家提供純淨產品的可信公 司。dōTERRA 拒絕偷工減料,致力於在全球範圍 內以道德的方式運作,並僅提供最佳天然保健方 案。dōTERRA療癒之手以這種信任為基礎,在全球 範圍內實踐利他主義目標。

作為一個非營利組織,dōTERRA 療癒之手與企業、 政府機構和其他非營利組織合作,以實現更大規模的 改變。

Faith17歲時一經過四年的囚禁和虐待-她勇敢地反 抗人口販子的威脅和操控,並成功逃脫。在一個僅有 數面之緣的男人的幫助下,她來到了警察局。Faith 說:"那個男人救了我一命。"警察幫她找到一個安

全的住所、法律顧問和其他必要的支持。

Faith的療癒之旅既漫長又艱辛。但當眾人與組織攜手 合作時,他們的資源和專業知識得以完成更多的事。 今年初,Faith看到了正義得以伸張:販賣她的五名男 子被判處數十年監禁。而她也在加入dōTERRA®大家 庭成為員工後,獲得了重要的幫助。

她現在是Hope計畫的倡導者,透過Dahlia's Hope 事後照護機構幫助其他倖存者,該機構因為Faith 的故事以及她立志幫助其他倖存者的信念而創 立。dōTERRA 療癒之手很自豪並有幸能資助該機構 以及Faith的信念。

深遠的影響

透過貢獻我們所能給予的,我們能造福更多人。我們 的時間、努力和才能彼此相輔相成。仔細想想,集合 影響力是地球的另一份贈禮。這是我們每個人皆可給 予的禮物,以打造更美好的世界。





FALL / WINTER 2022

揮別新年新希望

您有多少次在12月31日坐下來,手裡拿著筆和紙,寫下你的新年新希望,但在數週後便忘記您的健康飲食計劃、更積極的生活方式以及良好的睡眠習慣呢?您並不孤單。在所有制定新年新希望的人中,80%的人未能堅持到1月份。而只有8%的人能堅持一整年。

FALL / WINTER 2022

是時候揮別毫無效果的新年希望,努力制定適用您的全年計畫!

設定具體目標

實現目標的第一步是將它們寫下來,並力求具體。儘管像"改善我的健康"或"更頻繁地使用精油"這樣模棱兩可的目標立意良善,但它們因缺乏足夠的細節實踐而不會有成效。因此,要設定具體的行動計劃、清晰的里程碑和明確的目標。

將一滴野橘、薄荷與乳香精油滴於您的手掌中,為改造計畫 揭開序幕。摩擦您的雙手並深深嗅吸其活力鼓舞的香氛。現 在,選擇一個大略的目標,並制定具體、可落實的子目標以 及期限。子目標需具有挑戰性但並非不可為,逐步擴展目標 以使您更趨靠近整體目標。

舉例來說:"改善我的健康"可以變成以下的子目標:

- "為期三個月,每日步行20分鐘。"
- "在午餐前,飲用45盎司的水。"
- "每日隨晚餐服用dōTERRA Lifelong Vitality Pack® 終生保健套裝。"
- "為期三個月,每日攝取一蔬菜。"

子目標的期限為您提供了增加挑戰並保持專注力的機會。 因此,"為期三個月,每日步行20分鐘"可以提升成為"每日步行15分鐘和慢跑 5分鐘,接續使用 Deep Blue[®] 舒緩複方乳霜按摩和伸展"。透過落實和遵守目標期限,您得以貫徹始終並能接受改變的可能性。

激發靈感

這可能是您第一次著手制定願景板,但人類的靈感發想最早可追溯至洞穴人時代。人類學家認為洞穴壁畫被用來形象化 即將發生的事件,例如狩獵。

讓我們來看看近代的相關研究。2016年的一項研究發現,五分之一的小型企業老闆使用願景板來創業。 其中,76%的人表示他們的事業正按著計劃進行。 更值得注意的是,82%的 受訪者指出,截至報告發佈時,他們已經完成了一半以上的 日標。

深思熟慮的目標準備就緒後,是時候揮灑您的洞穴壁畫!

願景板是一個供您具體表達願望並激發您實踐的空間。它可以 是辦公室牆上的軟木板、衣櫃內側的海報牆,或是以紙膠帶區 隔開牆壁的一部份。

一旦您選好位置,打造一個您專屬 的願景板。

讓您的每一個目標有著相對應的象徵。如此象徵可以是圖片、 雜誌剪報、小飾品或簡單的文字。以下為您提供一些想法!

- "在一年內買房子。"一夢想之家的圖片
- "改善我的睡眠習慣。"一床邊擴香使用茉莉精油的圖片
- "每天飲用64盎司的水"一水瓶的可愛圖片
- "於護虜程序中使用乳香精油。"—dōTERRA® Pinterest DIY 的列印資料
- "三個月內完成半程馬拉松。"一張印有跑者越過終點線的 照片,並將其替換成您的臉





萃取方式:蒸汽蒸餾

精油香氛: 花卉、溫暖與清新

萃取部位:花朵

茉莉精緻的白色花朵數千年以來一直與歡樂、幸福和愛 聯繫在一起。它經常用於新娘花束,甚至裝飾佛教和印 度教聖地。史無前例的,它將以精油形式供眾人使用,

dōTERRA® 茉莉精油採購自埃及。它具有奢華的香 氣。透過茉莉精油提升您的居家氛圍,亦或是作為您的 專屬香水。

將茉莉精油添加至您的精油收藏中,絕佳機會不容您 錯過。

趣味小知識

茉莉花的化學成分在一天之中可以產生顯著的變化。 我們產品所使用的花朵是於早晨採摘,此時的化學化 合物最為芬芳。

如何使用:

- + 與基底油稀釋並用於熱水浴中。
- + 與基底油混合,用於舒緩的按摩中。
- + 外用塗抹,亦或是用於肌膚或頭髮護理程序中。



目錄

74 dōTERRA的影響力

76 精油是什麼?

77 CPTG®專業純正檢測認證

78 精油使用

79 我該如何開始

80 入會套裝

82 單方精油

88 專利複方精油

92 dōTERRA AromaTouch Technique®芳香調理技術

92 dōTERRA Emotional Aromatherapy®芳香調理心情系列

93 家庭保健套裝

93 dōTERRA® 溫柔寶貝系列

93 dōTERRA® 瑜伽系列

96 dōTERRA On Guard®保衛複方系列

98 dōTERRA® abōde 居家複方系列

100 Deep Blue®舒緩複方系列

102 dōTERRA Adaptiv® 樂釋複方系列

102 doTERRA Serenity®神氣複方系列

103 dōTERRA Breathe®順暢呼吸複方系列

106 dōTERRA Lifelong Vitality Pack® 終生保健套裝

107 dōTERRA®營養保健品

108 MetaPWR™新瑞活力複方系列

110 dōTERRA®營養系列

111 消化健康系列

112 dōTERRA® 兒童營養保健品

116 dōTERRA® 精油肌膚保養系列

118 HD Clear®清肌調理系列

118 西洋蓍草|石榴籽系列

119 dōTERRA® Veráge®肌膚保養系列

120 dōTERRA® SPA個人護理系列

122 dōTERRA® 沙龍級護髮系列

124 dōTERRA® 女性阿護系列

124 天然體香膏

125 Correct-X®軟膏

125 dōTERRA® 嬰兒系列

126 dōTERRA® 芳香噴霧器

128 精油速查表





doTERRA的影響力

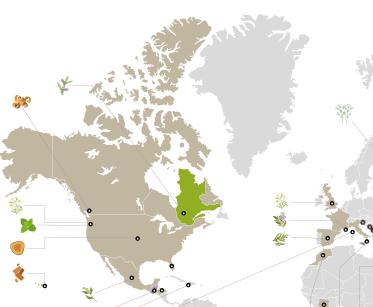
在dōTERRA,我們採購最好的,並提供最多的幫助。我們秉持著致力生 產世界上最優質精油的承諾,以真正在追本溯源的旅途中為一起合作的人 賦能。我們通過屢獲殊榮的 Co-Impact Sourcing®互相效力合作計畫的

每一款dōTERRA 精油皆經過精心採購,旨在為合作生產的人們和社區帶 來正向的變化。其中有26款精油對最多人產生了最深遠的影響。

掃描您喜愛的精油二 維碼,深入了解這些 dōTERRA 精油如何 幫助改變世界。



\$100:00 rtl





In addition to the regions noted, many oils are additionally sourced from various regions of the world.





改變世界是一項艱鉅的任務,但我們致力 於盡善盡美。

隨著dōTERRA孜孜不倦地以可持續和負責任的方式採購世界上最優質的精 油,dōTERRA Healing Hands® 療癒之手亦勇往直前提供最多的幫助。與我 們一起#EngageInGood (做善事),為世界各地的人們賦能,賦予他們健康、 安全且自力更生的能力。加入我們的行列。



玫瑰護手乳

doTERRA SPA玫瑰護手乳注入CPTG®專業純正檢測認證的玫瑰精油,質 地輕爽且香氣迷人,有助促進肌膚滑順動人。此款絲滑配方擁有天然的保 濕及滋潤成分能讓手部柔軟、滑順與水潤。美膚效用著稱的玫瑰精油透過 玫瑰花瓣經典且提振的香氣強化乳液功效。

- 保加利亞玫瑰精油以其促進滑順、明亮肌膚的功效著稱
- 葵花籽油和夏威夷果仁油以其絕佳的保濕特性和維持肌膚潤澤度的效用
- 清爽無油配方能迅速吸收並為肌膚帶來健康、柔嫩與滑順風貌

37520001 3.3液體盎司/100毫升 | 0 PV \$20.00 零售價 \$20.00 會員價



dōTERRA Hope® Touch 新上市

呵護系列一希望複方精油

呵護系列一希望複方精油全新配方注入茉莉精油,此款進化配方象徵著生 命、堅韌,最重要的是,希望我們能實現最好的自我和更美好的世界。每 筆購買該款精油的部分金額將會捐贈予曾經歷過創傷的人們。

- 當您需要集中專注力和鎮靜的氛圍時,塗抹於脈搏處
- 塗抹於手腕和太陽穴,為您提供全天候的士氣高昂感受
 根據個人需求,塗抹於雙手,摩擦並深深嗅吸
- 用於按摩顱底

ATN

60222109 10毫升滾珠瓶 | 0 PV \$33.33 零售價 \$25.00 會員價

稅收減免現金捐款 2003 \$10.00 2004 \$25.00

2001 \$1.00 2002 \$5.00 2005 \$100.00

佛羅里達州:可在[佛羅里達]州內通過撥 打免費電話 (800-435-7352)向消費者服 務部索取正式登記和則 務資訊的副本。註冊並不意味州政府支持、批准或推 薦。註冊號: CH48280。

伊利諾州:有關該慈善機構的合約和報告已提交給伊

馬里蘭州:若需獲取dōTERRA 療癒之手基金會的最 新財務報表,請寫信給389 S1300 W, Pleasant Grove UT 84062 或致電 (801) 437-7918。根據《馬里蘭州 募捐法》提交的檔案和資訊亦可向馬里蘭州州務卿索 取,僅需支付郵資和複印費用,地址為 Maryland Secretary of State, State House, Annapolis MD 21401, 電話 (410) 974-5534。

密歇根州:登記號:55179。

紐澤西州:可致電973-504-6215或登錄網站 HTTP://WWW.NJCONSUMERAFFAIRS.GOV/獲取在 總檢察長處,登記備案的有關該慈善募捐、及該慈善 機構在上一個報告期內,收到用於慈善目的捐款比例的資訊。在總檢察長處登記備案並不意味新澤西州政

北卡羅來納州 : 可致電 919-807-2214 向州募捐許可處索取該組織的財務資訊及其許可證副本。 該許 可並不代表州政府的支持。

維吉尼亞州:財政報表可向慈善和監管專案辦公室索 取,地址P.O. Box 1163, Richmond, Virginia 23218, 電話 804-786-1343。

華盛頓州:dōTERRA 療癒之手基金會是猶他州一家非營利性機構,已在華盛頓州州務卿下屬的公司及慈 善機構部登記註冊。 如需獲取更多資訊,請致電州務卿,電話360-725-0378,或登錄網站www.sos.

Co-Impact Sourced Oil: 🗼

Environmental Stewardship

Social Impact

Sourcing Country

精油是什麼?

集結整個地球的力量於瓶中

在地球表面196,900,000平方英里的土地上,科學家估計共有390,000株植物—加上定期發現新物種。即使肉眼看不到,精油隱藏在植物的種子、莖、根、樹皮、花朵、針葉和果實中。

精油通常存在於某些植物內的微觀特殊腺體中。從科學角度來看,精油在室溫下迅速從液體變為氣體的有機小分子。這也是瓶裝精油的強大之處。精油瓶中含有液態的微小分子。當您擰開瓶蓋打開時,分子迅速自液體轉變為氣體,您便可以立即聞到精油的氣味一即便您身處遠處。

現代社會問題的天然保健方案

精油在近年越趨普遍和流行。其實,它們的使用可以追溯至古埃及、希臘和羅馬等地。精油不僅是一時的狂熱或新趨勢。它們是可用於促進整體健康的強效植物萃取物一就如同幾個世紀以來一樣。今日,數以百萬的人將精油作為居家生活的一部份,因為這些大地的贈禮提供了一種讓生活越趨輕鬆的天然方式。

CPTG®專業純正檢測認證

CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢測認證

過往的精油世界中並未存在一套固定的質量標準,這使得許多公司在純淨度上偷工減料。我們因此制定了自己的標準:專業純 正檢測認證。

我們與全球精油化學家、栽種者和蒸餾師網絡密切合作,以選擇生長於理想環境的正確植物物種,並在正確的時間收成。一旦精油經過蒸餾程序後,它必須通過一系列嚴格的實驗室測試,經過一層一層的嚴格把關一包括氣相色譜一質譜分析 (GCMS)。這些步驟和過程使 dōTERRA 精油成為市場上最純淨的精油。

檢測的重要性

許多精油含有填充物、人工成分、污染物及化學殘留物。這些摻雜的成分會導致精油失去功效,在某些情況下甚至可能有害。 當您選擇購買精油時,代表著您欲尋求天然保健方案以支持您的居家環境和家人。CPTG®專業純正檢測認證確保當您從 dōTERRA訂購時,您會收到純淨、無摻假的精油,您與您所愛之人可以安全無虞地使用。用品的安全,絕不容妥協。





精油使用

任何人皆可自精油受益。全世界數百萬人熱衷於使用天然產品來保護他們的家人並踏上健康的生活方式。當您遵循產品標籤、說明和注意事項時,您可以放心地將精油帶入您的家中。

精油安全有效的使用方式歷史悠久。當您使用適量的純淨精油時,它們對您、您的家人以及您的居家環境來說絕對安全。就和 您所帶進家中的任何東西一樣,當您遵循精油的建議劑量和用法,精油是安全無虞的。

以下是安全使用須知:

- 標籤:請留意產品上的任何標籤,包含精油的外包裝。
- 避免使用部位:避免將精油用於鼻子內、內耳和 眼睛,或受傷肌膚或其他敏感部位。
- 稀釋:欲降低肌膚敏感,以基底油稀釋精油。建 議的稀釋比例為一滴精油搭配五滴基底油。
- 性質強勁的精油:外用塗抹特定帶有強勁化學成分的精油(例如桂皮、肉桂、丁香、牛至和百里香)前,請務必進行稀釋。
- 光敏性:在使用特定精油(例如柑橘類精油)於肌 膚後的至少12小時應避免陽光或紫外線照射,以 免暴露於光敏性的風險。
- 安全存放:將精油置於兒童伸手不及處。遠離強 烈光源或高溫處。
- 幼兒使用督導:請務必在幼兒使用精油時,從旁 督導。塗抹於幼兒肌膚前,請先稀釋後使用。

精油的基本用法有三種:芳香調理、外用塗抹和內 服。精油亦可用於居家呵護。

芳香調理使用精油意味著透過空氣傳遞感受精油的功效。芳香調理使用通常包含吐納或嗅吸精油,透過香 氛與您的感官互動。

外用塗抹精油為您提供一種安全、有效的方式來享受 受益於肌膚的功效。

內服精油可以透過直接將精油滴於舌下或嘴裡、滴入

素食膠囊中,抑或是加入食物和飲品中。

某些特定精油能針對家務和清潔發揮絕佳效用。若您相當 重視於居家環境使用天然無毒成分進行清潔,那麼 dōTERRA精油將可以為您提供一個簡單且有效的方式來讓 您的居家環境乾淨有致。

參閱本指引的以下符號以幫助您選擇最適合的方式來使用 精油。您亦可藉由肌膚敏感度符號,幫助您在外用塗抹精 油前安全地稀釋使用。

用法







日 可用於居家呵護

肌膚敏感度

N 可不經稀釋直接用於肌膚上(neat)

S 可先稀釋後用於敏感的肌膚(sensitive)

▶ 稀釋後再外用塗抹(dilute)

我該如何開始

使用精油是一件既簡單又愉快的樂事。然而,多樣化的用法以及健康功效卻常讓精油初學者不知所措。為了讓您輕鬆地踏出精油之旅的第一步,我們向您推薦薰衣草、檸檬和薄荷的三合一套裝。這三款最受歡迎的精油可以讓您和您的家人享受到無與倫比的美好體驗以及它們所帶來的健康效益。







薰衣草、檸檬、薄荷以及建議使用方法說明紙

60202952 3瓶5毫升瓶裝 | 15 PV \$26.67 零售價 \$20.00 會員價



入會套裝

在dōTERRA®,我們希望人們可以輕鬆獲得開創健康家庭生活方式的所有必需品。這就是為什麼我們打造了這些入會套裝。無 論您是精油初學者,抑或是想要擴展您的精油收藏,這些精心搭配的入會套裝將為您帶來大自然的強效保健方案。



每日健康之選入會套裝

5毫升瓶裝:薰衣草、乳香、dōTERRA Balance®安定情緒複方、dōTERRA On Guard®保

其他產品: DigestZen TerraZyme®輕暢複合酵 素、dōTERRA Lifelong Vitality Pack®終生保健 套裝、Deep Blue®舒緩複方乳霜、PB Assist®+益

60217321 125 PV \$260.00 零售價 \$195.00 會員價

60211452

100 PV \$213.33 零售價



輕鬆呵護入會套裝

15毫升瓶裝:檸檬、dōTERRA On Guard®保衛複方、dōTERRA Serenity® 神氣複方,

60221664 \$140.00 零售價 \$105.00 會員價

其他產品: Deep Blue®舒緩複方乳



健康精選入會套裝

5毫升瓶裝:dōTERRA Breathe® 順暢呼吸複 方、Deep Blue®舒緩複方、DigestZen®樂活複 方、乳香、薰衣草、檸檬、dōTERRA On Guard®保衛複方、牛至、薄荷、茶樹

其他產品:Pebble[™]鵝卵石紋芳香噴霧器



居家呵護入會套裝

5毫升瓶裝:Deep Blue®舒緩複方

15毫升瓶裝:dōTERRA Breathe® 順暢呼吸複 方、DigestZen®樂活複方、乳香、薰衣草、檸 檬、dōTERRA On Guard®保衛複方、牛至、薄荷、

其他產品: Laluz®迷你意馨芳香噴霧器

60221657 235 PV \$360.00 零 \$270.00 會 員價

AromaTouch®芳香調理培訓入會套裝

15毫升瓶裝:dōTERRA Balance®安定情緒複方、薰衣草、薄荷、野 橘、AromaTouch®芳香調理複方、Deep Blue®舒緩複方、dōTERRA On Guard®保衛複方

其他產品:分餾椰子油115毫升、分餾椰子油按壓頭、芳香調理培訓信息

60221309 250 PV | \$333.33 零售價 | \$250.00 會員價



.....

芳香精選入會套裝

5毫升瓶裝:Adaptiv®樂釋複方、dōTERRA Balance®安定情緒複方、dōTERRA Breathe®順暢呼吸複方、dōTERRA Cheer®歡欣複 方、Citrus Bloom®柑橘綻放複方、Northern Escape®北國秘域複方、Citrus Bloom®柑橘綻放複方、Northern Escape®北國秘域複方、dōTERRA Serenity®神 氣複方、野橘

其他產品: Laluz®迷你意馨芳香噴霧器、儲物盒

115 PV | \$206.67 零售價 | \$155.00 會員價



天然保健入會套裝

5毫升瓶裝:dōTERRA Serenity®神氣複方、Adaptiv®樂釋複方、Deep Blue®舒緩複方

15毫升瓶裝:薰衣草、檸檬、薄荷、乳香、茶樹、牛至、dōTERRA On Guard® 保衛複方、DigestZen®樂活複 方、dōTERRA Breathe®順暢呼吸複方

其他產品:dōTERRA Lifelong Vitality Pack®終生保健套裝、分餾椰子油、PB Assist®+益生菌防護膠囊、dōTERRA On Guard®保衛複方淨白牙膏、dōTERRA On Guard+™ 保衛複方軟膠囊、dōTERRA On Guard®保衛噴霧、dōTERRA® Breathe順暢呼吸複方香膏、Deep Blue®舒緩複方香膏、DigestZen TerraZyme®輕暢複合酵素、Correct—X®軟膏、木 盒、Laluz®迷你意馨芳香噴霧器

60221656 345 PV \$600.00 零售價 \$450.00 會員價

LIVING MAGAZINE | 81

*以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止疾病。 CPTG Certified Pure Tested Grade® FALL / WINTER 2022

單方精油

doTERRA® 單方精油系列集結了當今世界上最優質的芳香萃取物。每款精油皆源自世界各地精心栽種和收成的植物,並經過 溫和的蒸餾程序以提供萃取植物的精華。每款精油皆通過嚴格的純淨度和效力檢驗。這些精油有如美麗的植物調色盤,它們可 以單獨或搭配使用,以彰顯各自的獨特效益。



Arborvitae

側柏

Thuja plicata

側柏外觀雄偉高大,被稱為"生命之樹"

- ,具有眾多的健康效益。
- 促進亮白健康的皮膚 • 具有強力清潔功效
- 温暖、大地氣息



49360001 \$29.33 零售價 \$22.00 會員價



Basil 羅勒

Ocimum basilicum

羅勒不僅因其修復功效而聞名,其安神 的香氣也為人們廣泛應用。

- 有助於保持皮膚潔淨、透亮與健康 • 擴香使用有助於營造鎮靜且放鬆的氛
- 內服可支持心血管系統健康*



30010001 15 毫升 | 30 PV \$30.00 會員價



佛手柑

Bergamot

萃取自佛手柑的果皮並以冷壓法製成精 油,佛手柑精油的香氛在柑橘類精油中

- 因其具有鎮定和舒緩的香味,經常用 於按摩療法中
- •沐浴時塗抹於肌膚,深深嗅吸感受其 鎮靜香味以及肌膚淨化之效



30790001 15 毫升 | 36 PV \$48 00 零售價 \$36.00 會員價



Black Pepper 黑胡椒

Piper nigrum

黑胡椒是著名的烹飪香料,可增強食物 的風味,但其內服和外用的效益同樣值 得關注。這款精油以內服時獲取的抗氧 化和消化支持著稱。

- 內服時可以幫助消化並支持健康的循
- 舒緩和帶有滿足感的香氣



41040001 5 毫升 | 22 PV \$29.33 零售價 \$22.00 會員價





Black Spruce 黑雲杉

Birch 即將上市

• 能帶來舒緩的按摩

樺木精油萃取自樺樹的樹皮,該樹種亦

被稱為黑樺樹、櫻桃樺樹或甜樺樹。

• 具有與冬青相似的強烈、清新香氣。

樺木

Betula lenta

ATS

60222580

5 毫升 | 45 PV

\$55.00 會員價

黑雲杉是強大的木質精油,它萃取自雲 杉(Picea Mariana)樹的針葉和樹枝並 經過蒸餾製成。黑雲杉精油具有放鬆、 鎮靜的香氣。

- 劇烈運動後,使用黑雲杉按摩肌膚為 肌膚帶來舒緩感受
- 促進輕鬆順暢的呼吸感受



60206220

5 毫升 | 20 PV \$26.67 零售價 \$20.00 會員價



Blue Tansy

藍艾菊

Tanacetum annuum

藍艾菊精油萃取自開有黃色花朵的地中 海一年生植物,富含母菊藍烯 (chamazulene)和檜烯(sabinene)。它 也是Deep Blue®舒緩複方的重要成

- 根據軼事證據指出,它有助改善乾燥 或受損肌膚的膚況
- 臨床前研究表明, 塗抹於肌膚時能提 供舒緩感受



60203383 5 毫升 | 80 PV \$113.33 零售價



Cardamom

豆蔻

Elettaria cardamomum

作為歷史悠久的烹飪香料,荳蔻在內服 時亦可為消化和呼吸系統帶來健康效

•舒緩胃部不適和保持整體腸胃健康* • 內服時有助保持順暢的呼吸及呼吸道 健康*



49350001





Cassia

桂皮

Cinnamomum cassia

桂皮與肉桂為近親,它具有迷人的香味 以及數千年的使用歷史。

- 內服以促進健康的心血管系統功能*
- 內服時可支持健康的消化功能*
- 內服時有助於支持健康的免疫系統功

CPTG Certified Pure Tested Grade®





60213537 \$28.00 零售價 \$21.00 會員價會員價

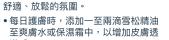


Cedarwood



Funiberus virginiana





• 可與鮮花類或柑橘類精油搭配調和



49300001 \$18.00 零售價 \$13.50 會員價



Celery Seed

芹菜籽



源自芹菜植物的芹菜籽精油具有溫暖、 甜美的香氣,根據臨床前研究指出,內 服可改善健康的消化系統*

- 內服有助支持健康的消化系統*
- 將數滴精油添加至您喜愛的飲品或奶 昔中飲用以獲得強大的淨化效益*



\$48.00 零售價

\$36.00 會員價

15 毫升 | 13.5 PV



Citronella

Cinnamon Bark 肉桂 Cinnamomum zeylanicum

肉桂是有名的調味香料,具有諸多健康 益處。

- 內服時有助支持健康的新陳代謝功
- •天然的驅蟲劑





30030001 5 毫升 | 29 P\ \$29.00 會員價

Clove

Eugenia caryophyllata

有多重效益與用途。

舒緩、溫暖的香氣

ATID

15 亭升 | 18 PV

\$24.00 零售價

\$18.00 會員價

30040001

• 促進健康的牙齒和牙齦



香茅

Cymbopogon winterianus

香茅葉是一種源自亞洲的細長葉子,具 有清脆、新鮮的氣息。經常作為天然的 驅蟲利器。

- 天然的驅蟲劑
- 可用於清潔檯面
- 為肌膚和頭皮帶來舒緩、改善之效

Copaiba 暢銷產品

Copaifera reticulata, officinalis, coriacea, and langsdorffii

• 內服時可提供抗氧化功效*

内服使用可以支持健康的消化和心血管

ATN

\$32.00 零售價

\$24.00 會員價

10毫升滾珠瓶 | 24 PV

60219176

• 內服時幫助舒緩並維護神經系統*



60209676 15 毫升 | 20 PV \$20.00 會員價

古巴香脂

系統。*

ATIS

\$49.33 零售價

\$37.00 會員價

60202178



Clary Sage

快樂鼠尾草

Cilantro

Coriandrum sativum

中以獲得內服支持*

ATUN

\$34.67 零售價 \$26.00 會員價

41850001 15 毫升 | 26 PV

和獨特的風味使之廣泛使用。

• 可用於肥皂中以達到清潔功效

胡荽葉

Salvia sclarea

快樂鼠尾草以其舒緩與安撫功效著稱。

- 塗抹於腹部以享舒緩按摩
- 搭配羅馬洋甘菊精油使用,添加至浴
- 水中以享放鬆的泡澡時光 • 促進健康的頭髮和頭皮



30420001 15 毫升 | 39 PV \$52.00 零售價

\$39.00 whl

Coriander

胡荽

胡荽在不同的文化中各具用途,其精油

- 能提供諸多的健康效益。
- 與薰衣草精油的化學成分相似 • 塗抹於油性肌膚有助保持誘亮的膚色
- 運動後,將胡荽精油塗抹於腿部以享 舒緩按摩



30780001 15 毫升 | 25 PV \$33.33 零售價 \$25.00 會員價



丁香不僅是廣受歡迎的烹飪香料,還具

• 內服時可獲得強大的抗氧化效益*



Cupressus sempervirens and lusitanica

絲柏精油萃取柏樹的針葉和細枝部分並 以蒸餾方式製成,絲柏精油因具有充滿 活力的香氣而聞名,常用於水療中心。

- 有助改善油性肌膚 • 與柑橘精油混合並擴香使用,以享提 振精神的香氛
- ATIN

60206972 \$23.33 零售價



Douglas Fir

黃杉

Pseudotsuga menziesii

透過永續採購的方式萃取自黃杉幼樹 富含化學成分β-蒎烯和酯類。

- 添加至洗面乳、香皂或沐浴乳中以增 加清潔功效和令人振奮的香氣
- 營造積極和鼓舞人心的氛圍
- 清新、順暢的香氣 ATIN

31590001 \$28.67 零售價 \$21.50 會員價



Eucalyptus 新上市 尤加利

Eucalyptus spp. 該款精油選用 radiata、polybractea、 kochii、loxophleba以及globulus尤加利 樹種。桉葉油醇是上述樹種的主要化學

- 成分,也是精油效益的來源。 • 為高壓的環境營造鎮靜的氛圍
- 因主要成分桉葉油醇而具有清潔功效



15 亭升 | 21 PV \$28.00 零售價 \$21.00 會員價



● \$17.50 會員價







以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止

Fennel (Sweet)

甜茴香

Foeniculum vulgare

甜茴香精油的使用歷史悠久,它具有諸 多健康效益並帶著鮮明的甘草香氣。

- 內服時可促進健康的消化系統* • 內服時有助促進健康的循環系統*
- 營造充滿鼓舞、鎮靜香氛的氛圍



41290001 15 毫升 | 16.5 PV \$22.00 零售價 \$16.50 會員價



Zingiber officinale

生薑因具有香甜的風味而備受矚目,內 服時有助支持消化系統。*

- 內服有助支持健康的消化功能*
- 內服有助減少偶發性的消化不適感* • 強烈的香氣不僅帶有果香,還有大地



60215119 15 毫升 | 48 PV \$48.00 會員價



Grapefruit

O ... 12

乳香

and frereana

功能*

30070001

ATON

15 毫升 | 70 PV

\$100 00 愛佳價

\$75.00 會員價

葡萄柚

Citrus x paradisi

葡萄柚有助營造提振的氛圍,並因其清 潔功效而聞名。

Frankincense 暢銷產品

經常被稱為"精油之王",乳香的外用

和內服使用為現代人的健康提供諸多效

• 內服有助支持健康的免疫和神經系統

ATN

10毫升滾珠瓶 | 48 PV

60200224

\$64.00 零售價

\$48.00 會員價

Boswellia carterii, sacra, papyrifera,

• 內服有助支持健康的細胞功能*

- 為肌膚提供舒緩功效 • 內服有助支持健康的新陳代謝*
- 營造振奮的氛圍



\$25.33 零售價 \$19.00 會員價



30100001



Green Mandarin

青橘

Citrus nobilis

Geranium

緩和美化功效

健康、亮麗光彩

ATID

15 毫升 | 43 PV

\$57.33 零售價

\$43.00 會員價

30090001

Pelargonium graveolens

護膚產品中常見的配方之一。

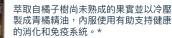
• 與基礎油混合後塗抹於肌膚

天竺葵因其花卉香氛廣受歡迎。它亦是

• 添加至臉部保濕乳中, 為肌膚帶來舒

•添加數滴至洗髮乳或潤髮乳中,以享

天竺葵



- 內服時有助支持健康的炎症反應*
- 於水瓶中添加數滴精油,有助促進健 康的免疫功能*



60205794 15 mL | 29 PV \$29.00 whl



Guaiacwood 新上市

癒創木 Bulnesia sarmientoi

癒創木與乳香、沒藥同屬橄欖科。經

常見於香水和護膚產品中。

- 具有鎮靜、平和與靜謐的香氛
- 營造有助冥想的氛圍 • 舒緩輕微的肌膚敏感



60217711 15 毫升 | 20 PV \$26.67 零售價 \$20.00 會員價



Jasmine

呵護系列一茉莉

茉莉被視為"花中之王",它因具有高度 的芬芳而備受珍視。

- 有助減少肌膚的瑕疵
- 促進光亮的膚況



10亭升流珠斯 | 42 PV \$56.00 零售價



0 ()

Helichrysum

永久花

永久花精油萃取自一種常青草本植物的 成簇球狀花朵,並是最珍貴且備受推崇 的精油シー。

- 塗抹於臉部以減少皺紋,並促進光亮 年輕的肌膚
- 塗抹在太陽穴上和後頸處以享舒緩按



5 毫升 | 70 PV ● \$80.00 會員價

杜松漿果

Juniper Berry

Funiberus communis

和泌尿功能*

ADDIN

\$26.67 零售價

\$20.00 會員價

49290001

• 具有舒緩肌膚之效

• 具有抗氧化特性*

\$56.00 會員價

木質調、辛辣、清新香氣的杜松漿果具

• 傳統上,透過內服以助支持健康腎臟

有悠久的使用歷史以及健康效益







茉莉

Fasminium grandifolium 萃取自茉莉純淨、白色花朵的獨創精

Jasmine 新上市

油。其迷人的花朵經常讓人聯想至愛與 浪漫。

- 具有香甜的異國香氛
- 營造令人振奮和鼓舞的氛圍



60217357 2.5 毫升 | 100 PV

\$200.00 零售價 ● \$150.00 會員價



薰衣草

Lavender 暢銷產品

Lavandula angustifolia

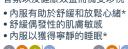
數千年以來,薰衣草因具有獨樹一幟的 香氛以及健康效益而備受珍視。



ATON 30110001

\$34.00 零售價

60200225 \$22.67 零售價





10亭升滾珠瓶 | 17 PV



Lemon 陽銷產品

檸檬

Citrus limon



這瓶暢銷的精油具有多種用途與益處, 它以檸檬皮冷壓製成以保持其細膩的特 質和強大的特性。

- 淨化空氣與清潔檯面
- 內服時可以作為天然消化支持*

萊姆具有強烈的柑橘香味,它是精油收

• 其香氣可以促進平衡且活力四溢的氛

• 內服有助支持健康的消化功能*

振奮、正向的香氛



30120001 15 毫升 | 13 PV \$13.00 會員價

Lime

Citrus aurantifolia

ATIS

15 毫升 | 14 PV

\$14.00 會員價

30870001

藏中必不可少的一員。

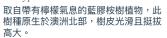
萊姆



Lemon Eucalyptus

檸檬尤加利

Eucalyptus citriodora



- 淨化並潔淨室內空氣
- 振奮與鼓舞的香氛
- 具有檯面與肌膚清潔之效

Madagascar Vanilla

自古阿茲提克時代便備受珍視,經常用

於香水中,香草是全世界最受歡迎的香

氣,也是生產成本最高的香味之一。

• 馬達加斯加香草原精是以分餾椰子油

•以獨一無二的乾淨二氧化碳萃取方式

馬達加斯加香草

為基底調配製成

獲得

60218012

ATON

5 毫升 | 35 PV

Vanilla blanifolia





60209674 15 毫升 | 14 PV \$18.67 零售價 \$14.00 會員價



Lemongrass

檸檬草

Cymbopogon flexuosus 檸檬草因淡雅的檸檬香味,經常用於亞 洲和加勒比海地區的料理中。檸檬草具

- •添加於前菜與肉類料理中以增添風味
- 搭配基礎油用於舒緩按摩
- 内服時可促進健康的消化功能*



30130001 15 毫升 | 12 PV \$16.00 零售價

\$12.00 會員價會員價



Magnolia

呵護系列一木蘭花

用於中國傳統療法已數百年,木蘭花因 其清新和無可比擬的香甜氣息而聞名。

- 營造平和的氛圍 • 具有肌膚舒緩之效
- 有助維持潔淨與健康的膚況
- ATN

60205420

毫升滾珠瓶 | 28 PV \$37.33 零售價 \$28 00 會員價



Marjoram



Origanum majorana

馬鬱蘭也被稱為"臘梅"或"高山的喜 悦",它同時具有烹飪用途和健康的效

- 添加於舒緩放鬆的按摩中
- 內服時可促進健康的心血管系統功能*
- 在運動前後,塗抹於肌肉上



30140001 15 毫升 | 22 PV \$29.33 零售價 \$22.00 會員價



⊙ ₹2

Melissa

香蜂草 Melissa officinalis

作為我們最珍貴的精油,香蜂草擁有香 甜、清新的柑橘香氣以及諸多的功效。

- 據臨床前研究指出,它有助支持健康
- 的炎症反應* • 有助營造放鬆的氛圍



30850001 5 亭升 | 85 P\ \$126.67 零售價 \$95.00 會員價



Myrrh

沒藥

Commibhora myrrha 沒藥精油在多年的歷史長河中具有諸多

效用一從冥想到防腐一直至今日仍深受 大眾愛戴。

- 有助維持口腔健康
- 舒緩肌膚;促進光滑、年輕的肌膚外
- 營造充滿靈感的氛圍

30160001

15 毫升 | 55 PV

\$89.33 零售價

\$67.00 會員價



60221439

ATN

10毫升滾珠瓶 | 40 PV \$53.33 零售價 \$40.00 會員價

Neroli

呵護系列一橙花

dōTERRA阿護系列一榜花精油中加入 分餾椰子油調和,具有肌膚舒緩之效並 有助營造振奮的氛圍。

- 營造平和、振奮的氛圍
- 具有舒緩肌膚之效 ATIN



60201817 10毫升滾珠瓶 | 52 PV \$69.33 零售價 \$52.00 會員價



Oregano 暢銷產品

牛至 Origanum vulgare

牛至精油萃取自牛至植物的葉子,它具

- 有許多傳統和現代的用途。 • 內服有助支持健康的消化功能*
- 具有強大的清潔和淨化特性 ATOD

• 擁有大地、辛香的氣息

30180001 15 毫升 | 25 PV \$33.33 rtl \$25.00 會員價

60200227 10毫升滾珠瓶 | 16.5 PV \$22.00 零售價

ATN



Patchouli 廣藿香

Pogostemon cablin 廣藿香帶有濃郁的麝香、甜美氣味,辨 識度極高。

- 它的大地氣息有助促進穩定、平衡的 氛圍 • 外用塗抹時可以促進光滑、容光煥發
- 的慮質 ATON



30890001

\$40.00 零售價 \$30.00 會員價



Peppermint

薄荷 Mentha piperita

最受歡迎的明星產品-薄荷精油提供了 不可勝數的健康效益。

- 內服時可以促進消化健康* • 內服時有助舒緩偶發性的腸胃不適
- 內服時可以促進健康的呼吸功能和清 晰的呼吸咸*
- 天然的驅蟲劑

Pink Pepper

粉紅胡椒

Schinus molle

和舒緩功效

ATON

5 毫升 | 22 PV

\$29.33 零售價

\$22.00 會員價

60207016





60200228 \$21.33 rtl \$16.00 whl \$24.00 whl

作為印加人的聖樹,粉紅胡椒精油是從

粉紅胡椒樹的果實中蒸餾製成,這種果

實被原住民作為藥草以解決健康保健的

• 在劇烈運動後按摩於肌膚,帶來鎮靜

• 內服以支持健康的免疫反應*







60208147 125 顆晶球 | 14 PV \$18 67 零售價 \$14.00 會員價

羅馬洋甘菊

Anthemis nobilis

服香氛

30800001

ATON

5 毫升 | 48 PV

\$48.00 會員價

• 不含角叉菜膠

蓮荷品球

薄荷精油。

Peppermint Beadlets

通過快速溶解的軟膠囊體驗清涼暢快的

• 內服時可以促進口腔和呼吸道健康*

• 內服可緩解偶發性的腸胃不適*

• 包含所有薄荷精油的內服益處*

Roman Chamomile

• 外用塗抹有助舒緩肌膚

羅馬洋甘菊精油萃取自羅馬洋甘菊植物

的雛菊狀花朵,它亦是用途最廣的洋甘

• 在睡前擴香使用或塗抹於足底以享舒



Petitarain 苦橙葉

Citrus aurantium



• 具有清潔功效

• 因具有鎮靜、放鬆的香氛而經常見於 化妝產品中



49520001 15 毫升 | 25 PV \$33.33 零售價 \$25.00 會員價







Rose

玫瑰

Rosa damascena

被稱為"精油之后"的玫瑰精油因美好的 香氛與強大的外用功效而備受追捧。

- 有助平衡肌膚水分含量並減少肌膚瑕
- 促進均勻的膚色以及健康的膚況









5 毫升 | 200 PV \$366.67 零售價 \$275.00 會員價





10毫升滾珠瓶 | 65 PV \$93.33 零售價 \$70.00 會員價



Rosemary

迷迭香 Rosmarinus officinalis

迷迭香在古希臘、羅馬、埃及和希伯 來文化皆被視為聖物並有許多用途。

- 提供充滿活力的香氣
- 內服時有助支持健康的消化功能*
- 內服時有助支持神經系統*



30200001 15 亭升 | 18 PV \$24.00 零售價 \$18.00 會員價



Sandalwood

檀香

數千年前的歷史上便已記載著檀香木的 使用方式,它具有多重的用途

- 促進健康光滑的皮膚 • 有助減少皮膚瑕疵
- 因具有鎮定香氛而經常用於冥想練習



30210001 5 毫升 | 60 PV \$106.67 零售價 \$80.00 會員價



Sandalwood, Hawaiian 夏威夷檀香

Santalum baniculatur

來自夏威夷的復育資源, dōTERRA® 夏威夷檀香精油具有不計其數的健康效

- 有助改善膚質與髮質
- 擴香以營造振奮、正向氛圍



5 豪升 | 60 PV \$93.33 零售價 \$70.00 會員價



41860001



Siberian Fir

西伯利亞冷杉 Abies sibirica

西伯利亞冷杉充滿了清新木質的氣 息,其鎮靜與放鬆的香氛廣受愛戴

- 按壓使用能提供舒緩功效 • 外用塗抹有助舒緩輕微的肌膚敏感

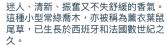


60203125 15 亳升 | 20 PV \$26.67 零售價



Spanish Sage 即將上市 西班牙鼠尾草

Salvia lavandulifolia



- 有助營造增進專注和集中力的正向氛
- 內服時有助維持頭腦鎮靜和保持警 覺*



60222270 \$38.67 零售價 \$29.00 會員價



Spearmint 綠蓮荷

Mentha spicata

綠薄荷因其具有消化健康效益而被廣泛 使用*,並可為各式菜餚和飲品增添風

- 內服時可促進消化並幫助減緩偶發性 陽胃不滴*
- 融入工作和學習的習慣中
- 在各式甜點、飲品、沙拉或前菜中加 入一至兩滴增添風味



15 亭升 | 30 PV \$40.00 零售價



31610001



Spikenard

穗甘松

Nardostachys iatamansi



- 有助營造平靜的氛圍
- 平靜的香氣
- 在您最喜歡的洗面乳中加入一至兩滴 以促進健康、透亮的皮膚

百里香是常用的調味香料,也是一種強

• 百里香是常用的調味香料,也是一種

• 內服時可以支持健康的炎症反應*

49510001 \$69.33 零售價



\$52.00 會員價

Thyme

Thymus vulgaris

百里香

效精油。

ATOD

15 毫升 | 31.5 PV

30220001

\$31.50 會員價

Vetiver

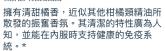
岩蘭草



Tangerine

甜橘

Citrus reticulata



- 內服使用可以支持健康的腸胃功能與 新陳代謝*
- 清潔與淨化功效



49440001 15 毫升 | 15 PV \$20.00 零售價 \$15.00 會員價

聖羅勒

Ociumum sanctum

Tulsi (Holy Basil)

儀式中並具有保護象徵。

用於世界上許多宗教和文化的傳統祭祀

• 與近親羅勒不同,聖羅勒的香氣更濃

郁、辛辣,並帶有一絲新鮮的羅勒的

取自橘皮並以冷壓法製成,其香味富含

• 將一滴野橘、薄荷和乳香混合於手

中,深深嗅吸以享充滿活力的香氣



Tea Tree

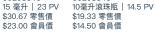
茶樹 Melaleuca alternifolia

茶樹精油擁有超過九十種的複合物以及 不計其數的用途。

- 具有凈化和清潔肌膚的功效
- 有助舒緩肌膚敏感
- 於居家環境擴香有助清新空氣











60208340

薑黃

Curcuma longa

以其阿育吠陀保健用途而聞名,是日常 保健的必備品。

- 內服時可支持健康的神經和細胞功
- 內服時可以促進健康的炎症反應* • 內服時可以促進健康的炎症反應*
- ATON



60206973 15 毫升 | 30 PV \$30.00 會員價



Wintergreen

Gaultheria fragrantissima

冬青精油來自針葉林地區匍匐灌木的葉

- 常見於口腔保健產品 • 運動後,按摩於雙手、背部和腿部以 達舒緩而溫暖的感覺



31620001 15 亭升 | 25 PV \$33.33 零售價 \$25.00 會員價









與您喜愛的dōTERRA精油調和,打造 易於吸收的複方精油。 • 與您喜愛的dōTERRA精油調和,打造

易於吸收的複方精油。 • 分餾椰子油能與所有精油完美調和:



10 PV \$16.00 零售價

0 PV \$5.67 零售價

味道 • 將聖羅勒與佛手柑、快樂鼠尾草擴香 使用,有助促進舒緩的氛圍 ATS





活力、柑橘氣息。

ATON

15 亭升 | 11 P\

\$14.67 零售價

\$11.00 會員價

30170001

• 具有強大的清潔、淨化特性

• 促進健康的肌膚和頭髮

ATUN

15 毫升 | 40 PV

\$53.33 零售價

\$40.00 會員價

30240001

Citrus sinensis

岩蘭草因濃郁、富有異國情調的複合氣 味,廣泛地被用於香水中。

•安寧、鎮靜的香氣

• 可用於舒緩的芳香按摩中 • 為您喜愛的擴香配方增添大地氣息

Vetiveria zizanioides

ATON

\$59.00 會員價

30430001 60221438 10 mL roll-on | 37 PV \$78.67 零售價 \$49.33 零售價

ATIN

\$37.00 會員價





西洋蓍草石榴籽

內服使用時,西洋蓍草/石榴籽精油有助 於促進細胞、免疫和神經系統健康*,並 同時為肌膚帶來復甦功效,予您青春煥

• 內服時可提供強效的抗氧化支持*

* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止



發的膚況。

60207652 30毫升瓶裝 附滴管 | 98 PV \$98.00 會員價





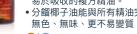












60210770



3.89液體盎司/115毫升 1液體盎司/30毫升 \$4.25 會員價 \$12.00 會員價



* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止 疾疾。

doTERRA®複方精油的特有配方為針對性健康問題帶來相應的使用方法。這些精油是多年芳香調理經驗的成果,並不斷經過科 學研究的驗證。每一種配方都能充分利用植物原有的價值,並將各種成分的活性效用做最均衡的調配,以發揮出相輔相成的最 佳效益,並符合CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢測認證的標準。



abōde™ 居家複方

集結帶有悅人香氛的強效複方精油,此 款複方精油為您的居家環境帶來天然的 清新感受,其成分不含刺激性化學物質 或合成香料。

•配方中的CPTG®專業純正檢測認證 精油富含具有清潔特性的成分,包含 檸檬烯、香葉醛、檸檬醛、桉葉油醇



60217576 15 豪升 | 24 5 PV \$24.50 會員價



Adaptiv® 樂釋複方

當您感覺疲勞、煩躁、猶豫不決或不安 時,樂釋複方是幫助營造平衡安神氛圍 必不可少的利器。 • 營造振奮的氛圍

- 助您完成有效的工作或閱讀進度
- 放鬆的香氣



60209364 \$53.33 零售價 \$40.00 會員價



60209357 15 毫升 | 40 PV | 10毫升滾珠瓶 | 22 PV \$29.33 零售價 \$22.00 會員價



Air-X®

賦活呼吸複方

帶有濃郁的柑橘、木質調和淡淡的草本 香氣,擴香時有助於淨化空氣。賦活呼 吸複方散發鎮靜、充滿活力的香氣。

- 具有清新與振奮的香氛
- 全天候淨化居家環境或辦公室室內空 氫





60215527 15 毫升 | 31 PV \$31.00 會員價



dōTERRA Alian

心靈專注複方

使用心靈專注複方,為您的冥想練習帶 來平和的感覺。

- 助您有效的完成瑜伽練習
- 在訂立自我認同、信任與流動性等目 標時搭配擔香使用
- 有助營造和諧與鎮靜的氛圍



60203246 5 亭升 | 19 PV \$25.33 零售價



doTERRA Anchor

心靈恆定複方

使用心靈恆定複方精油,為身心注入平 靜的力量和對自我的堅定信任感。

- 助您有效的完成瑜伽練習
- 營造全然寧靜與鼓舞的氛圍
- 在堅固的基礎下訂立前進的目標並搭 配擴香使用



60203245 5 毫升 | 20 PV \$26.67 零售價



dōTERRA Arise

心靈啟蒙複方

通過心靈啟蒙複方精油激發您的靈感, 並勇敢達到您的目標。

- 助您有效的完成瑜伽練習
- 使用此款複方精油以激發快樂、清晰 日標和激勵感
- 營造振奮的氛圍以達極富挑戰性的目 標和自我進步



60203247

5 毫升 | 20 PV \$26.67 要售價 \$20.00 會員價



AromaTouch®

芳香調理複方

此款專利複方精油集結多款具舒緩功效 和放鬆氣息的精油。

- 由絲柏、薄荷、馬鬱蘭、羅勒、葡萄 柚和薰衣草精心調配而成 • 用於按摩時能帶來舒緩的香氣體驗
- •加入瀉鹽,享受美好的泡澡時光



31200001 \$40.00 零售價 \$30.00 會員價



doTERRA Balance® 安定情緒複方

dōTERRA安定情緒複方含有溫馨的木 質香味,能營造平安幸福感的氛圍。

- 集結雲杉、芳樟木、乳香、藍艾菊 藍甘菊和桂花精油,並加入分餾椰子 推行調和
- 可在進行放鬆按摩時使用
- 營造鎮靜的氛圍



31010001 15 毫升 | 21 PV \$21.00 會員價



Brave[®]

勇氣寶貝複方

面對新狀況或新環境時, 處於高壓環 境下,在正向自我肯定時,抑或是在 一天的開始,將勇氣寶貝複方滾珠塗抹 於後頸處、腹部或足底。

- 鼓舞人心的香氛 • 搭配使用以增加自信
- 營造自信、勇氣的氛圍



60206618

10毫升滾珠瓶 | 22 PV \$22.00 會員價



dōTERRA Breathe®

順暢呼吸複方

順暢呼吸是一款功效強大的複方精油, 它有助維持順暢的呼吸道及輕鬆的呼吸

- 有助維持順暢的呼吸道及輕鬆的呼吸
- 促進寧靜的睡眠
- 有助降低季節性威脅



60200190 15 毫升 | 25 PV \$33.33 零售價 \$25.00 會員價

ATN 60200192

10毫升滾珠瓶 | 16 PV \$21.33 零售價



Calmer®

平靜寶貝複方



- 營造寧靜的睡前氛圍
- 具有放鬆、正向的香氛 • 促進舒緩氛圍



60206632 10 毫升滾珠瓶 | 20 PV \$26.67 零售價



dōTERRA Cheer®

歡欣複方

doTERRA歡欣複方精油匯集了柑橘和 香料類精油,其陽光氣息為您照亮每一

- 其香氣有助激發樂觀、愉悅和快樂的 氛圍
 - 營造活力十足和正向的氛圍



ATN

60218864 10 毫升滾珠瓶 | 18 PV \$24.00 零售價 \$18.00 會員價



Citrus Bliss®

柑橘清新複方

柑橘清新複方的調和配方集結多款備受 歡迎的柑橘類精油的強大功效。

- 集結野橘、檸檬、葡萄柚、蜜柑、佛 手柑、甜橘和桔橙以及一絲香草風味 • 振奮、香甜的香氣
- 淨化空氣的良伴



60219370 15 毫升 | 19.5 PV \$26.00 零售價 \$19.50 會員價



Citrus Bloom®

柑橘綻放複方

此款完美的複方精油將柑橘皮的明亮氣 息與新鮮花香互相結合

- 有助支持活力十足和健康的思緒
- 促進正向的思維,亦有助提供靜謐的 威受
- 有助降低焦慮與緊張感



60208812 15 毫升 | 24.50 PV \$24.50 會員價



ClaryCalm®

\$33.33 零售價

\$25.00 會員價

溫柔呵護複方

溫柔呵護複方是為女性生理期量身打造 的專用精油。

- 花卉、女性專屬香氛
- 提供呵護的按摩, 作為自我保養儀式 的一環
- 為肌膚帶來清涼與舒緩功效



49480001 10毫升滾珠瓶 | 31 PV \$31.00 會員價



doTERRA Console®

撫慰複方 此款複方中所含的鮮花與樹木類精油散 發著放鬆的香氛,幫助您化解悲傷並進

- 行情緒療癒。
- 具有舒服的香氛 • 重拾希望的必備良伴
- 營造振奮、正向的氛圍 ATN

31730001 5 毫升 | 39 PV \$52.00 零售價 \$39.00 會員價

60200147 10 毫升滾珠瓶 | 25 PV \$33.33 零售價



DDR Prime®

完美修護複方是CPTG Certified Pure Tested Grade®認證精油的專利精油配 方,有助於保護細胞基因免受氧化應激

- 的影響。*
- 支持健康的細胞完整性*
- 保護身體與細胞對抗氧化損傷*



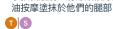
60207092 15 毫升 | 35 PV \$46.67 要售價 \$35.00 會員價



Deep Blue® 舒緩複方

舒緩複方可為肌膚提供舒緩與清涼效

- 在搬運重物後,於下背部肌肉塗抹舒
- 緩複方
- 運動前後塗抹於足部和膝蓋 • 小孩就寢前,將舒緩複方與數滴基礎



60200143 5 毫升 | 35 PV \$46.67 要售價 \$35.00 會員價

DigestZen®

樂活複方 廣為人知的樂活複方在內服使用時,能

- 提供多種消化益處。* • 內服時可促進健康的消化功能*
- 內服有助舒緩偶發性的腸胃不適*
- 口服可減少脹氣和偶發性消化不適



60214815 10毫升滾珠瓶 | 22 PV \$29.33 零售價

ATN

* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止



dōTERRA Forgive® 寬容複方

• 有助營造鎮靜的氛圍

寬容複方精油的清新、木質氣息有助營 造鎮靜的氛圍,並為您帶來滿足、放鬆 和耐心的感受。

• 其香氣為您帶來滿足、放鬆和耐心的



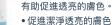
31750001 5 毫升 | 22 PV \$29.33 零售價

\$20.00 零售價 \$15.00 會員價



HD Clear®

清肌調理複方 無論是處理臉部瑕疵或全面性應用,清 肌調理複方匯集對肌膚有效益的精油,



• 有助減少肌膚瑕疵的出現 • 有助維持肌膚潔淨、透亮和保濕



FALL / WINTER 2022



ATIN 60200148 10毫升滾珠瓶 | 15 PV

49400001

10毫升滾珠瓶 | 21 PV \$28.00 零售價 \$21.00 會員價

LIVING MAGAZINE | 89

Immortelle 花漾年華複方

這款專利複方精油結合了歷史悠久且具 有美容特性的稀有精油,能提供強大的 肌膚更新功效。

- 有助減少臉部細紋和皺紋
- 有助減少導致皮膚老化的因素
- 有助促進滑順、更具光彩且年輕的肌





60202652

10毫升滾珠瓶 | 70 PV \$100.00 零售價 \$75.00 會員價



MetaPWR[™] 新上市 Beadlets

新瑞活力複方晶球 該產品旨在幫助抑制食慾,鼓勵正念飲 食及飲食控制。

- 有助促進健康的新陳代謝功能
- 有助抑制食慾 • 鼓勵正念飲食及飲食控制



60217376 125顆晶球 | 16 PV \$21.33 零售價 \$16.00 會員價



doTERRA Motivate® 鼓舞複方

每個人的生活中都會遭遇挫折,致使我 們開始懷疑自我或感到悲

- 觀。dōTERRA鼓舞複方的香氛將為您 增添自信與勇氣。
- 其香氛將為您增添信心、勇氣並相信 白己

dōTERRA On Guard+™

採用獨家配方,保衛複方完美取代合成

製品,為免疫力支持提供了一個芳香、

• 以便捷的食用方法來使用dōTERRA

天然且有效的替代方案。*

On Guard®保衛複方精油

• 支持健康的免疫功能*

ATN

• 有助打造正向的氛圍



InTune®

ATIN

41840001

\$48.67 零售價

\$36.50 會員價

10毫升滾珠瓶 | 36.5 PV

全神貫注複方

專利全神貫注複方匯集了多款精選精

油,是用於工作和學習環境的理想配

融合了脂檀、廣藿香、乳香、萊姆、

• 用於工作或學習環境以享悅人香氛

伊蘭伊蘭、夏威夷檀香和羅馬洋甘菊



Beadlets

保衛複方晶球

60218764 60200149 10毫升滾珠瓶 | 17 PV 5 毫升 | 23 PV \$30.67 零售價 \$22.67 零售價 \$23.00 會員價



Northern Escape® 北國秘域複方

MetaPWR[™] 新上市

讓內服使用新瑞活力複方成為您維持健

康新陳代謝的每日生活習慣之一。

• 有助促進健康的新陳代謝功能

新瑞活力複方

• 有助抑制食慾

ATIS

15 毫升 | 29 PV

\$38.67 零售價

\$29.00 會員價

60217575

將忙碌喧囂的生活置於腦後。 深吸一 口新鮮、綠色、芬芳的森林空氣。

- 散發著鎮靜卻不失鼓舞人心的香氛
- 全天候淨化居家環境或辦公室空氣
- 營造靜謐、正向的氛圍



60215058 15 毫升 | 28 PV \$37.33 零售價 \$28 00 會員價



doTERRA On Guard®

保衛複方

保衛複方完美取代合成製品,為免疫力 支持提供了一個芳香、天然且有效的替 代方案。*

- 內服有助支持健康的免疫功能* • 有助支持身體的天然抗氧化防禦功 能*
- 強效的檯面清潔劑



\$36.00 會員價

31100001 15 毫升 | 36 PV \$48.00 零售價

60200142 10毫升滾珠瓶 | 23 \$30.67 零售價

\$23.00 會員價

ATN



60208146 125顆晶球 | 16 PV \$21.33 零售價 \$16.00 會員價

• 清新口氣



doTERRA Passion® 熱情複方

doTERRA熱情複方結合香料與草本精 油,包含肉桂、生薑、豆蔻、丁香與透 納葉精油等。這款複方精油的配方含有 高濃度酚類和醚類化學成分。

- 營造愉悅、鼓舞人心的氛圍
- 透過悅人香氛感受生活中的美好



ATN

31760001 5 亭升 | 42 PV \$56.00 零售價

60200150 10毫升滾珠瓶 | 28 PV \$37.33 零售價



PastTense®

舒壓複方

舒壓複方是一款獨特的精油配方,可以 營造出鎮靜和舒緩的氛圍。

- 內含冬青、薰衣草、薄荷、乳香、胡 荽葉、馬鬱蘭、羅馬洋甘菊、羅勒和 洣铁香
- 放鬆和舒緩的香氣



60215812 15 毫升 | 30 PV \$40.00 零售價 \$30.00 會員價



dōTERRA Peace® 靜謐複方

doTERRA靜謐複方能為室內空間注入 鎮靜、平和的香氛。

- 結合岩蘭草、薰衣草、伊蘭伊蘭、乳 香、快樂鼠尾草、馬鬱蘭、岩玫瑰和
- 滴一滴精油於手掌中,摩擦雙手,深 深嗅吸以享平靜時刻



31710001 5 毫升 | 32 PV

\$32.00 會員價

ATIN 60200151 10毫升滾珠瓶 | 21 PV





Purify

淨化清新複方

淨化清新複方精油以天然無毒性的成分 有效去除異味。

- 由檸檬、西伯利亞冷杉、香茅、萊 姆、茶樹和胡荽葉調配製成
- 其清新的香氣可有效去除異味、淨化



31060001 15 毫升 | 22 PV \$29.33 零售價 \$22.00 會員價





在跑步、跳躍和玩耍後,將復援寶貝複



- 含有古巴香脂、薰衣草、綠薄荷和崖
- 椒,並以分餾椰子油為基底 • 於發育中或疲憊的雙腿塗抹按摩

使用強韌寶貝複方塗抹於後頸處或足底

以增添支持力,並提醒您保持韌性和強

• 含有雪松、山雞椒、乳香和玫瑰萃取

物,並以分餾椰子油為基底

• 為肌膚帶來復甦功效

10毫升滾珠瓶 | 16 PV

• 營造健康與活力的氛圍

• 提供清涼的感受



60206635 10毫升滾珠瓶 | 16.5 PV \$22.00 零售價 \$16.50 會員價

Stronger®

強韌寶貝複方



dōTERRA Serenity®

神氣複方

dōTERRA神氣複方具有安寧和放鬆的 香氣。

- 由薰衣草、雪松、芳樟木、伊蘭伊 蘭、馬鬱蘭、羅馬洋甘菊、岩蘭 草、香草原精與夏威夷檀香精油組
- 其鎮靜、重拾活力的香氛有助於打 **造絕佳秘境**
- 幫助營造放鬆舒適的睡前氛圍



60217983 15 毫升 | 36 PV \$48.00 零售價 \$36.00 會員價

即將上市

綠薄荷精油。

ATOD

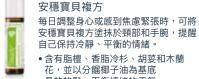
15 亭升 | 32 PV

\$42.67 零售價

\$32.00 會員價

60221859

清醇薄荷複方



安穩寶貝複方塗抹於頸部和手腕,提醒 自己保持冷靜、平衡的情緒。

- 含有脂檀、香脂冷杉、胡荽和木蘭
 - 花,並以分餾椰子油為基底 • 具放放鬆、平衡情緒的香氛
 - 注入靜謐的氛圍



Steadv®

60206617

10毫升滾珠瓶 | 16.5 PV \$22.00 零售價 \$16.50 會員價



dōTERRA SuperMint™ **Beadlets**

清醇薄荷複方晶球

dōTERRA 诱過便捷、柔軟的素食晶 球,精準地捕捉清醇薄荷複方的絕佳功

- 清新口氣並支持潔淨、健康的口腔
- 促進口腔和呼吸健康*
- 帶來輕鬆的呼吸感



60222094 125顆晶球 | 16 PV \$21.33 零售價 \$16.00 whl

Thinker®

智慧寶貝複方

智慧寶貝複方散發著草本和略帶甜味的 獨特香氛,它有助於營造富支持力和正 向的氛圍。

- 清新、鼓舞的香氛
- 是讀書學習的最佳良伴



60206633 10毫升滾珠瓶 | 17.5 PV \$23.33 零售價 \$17.50 會員價

Tamer®

ATIN

60206654

\$21.33 零售價

\$16.00 會員價

悠活寶貝複方

於餐前或餐後,將悠活寶貝複方塗抹於 腹部以享舒緩感受和鎮靜香氛。 • 滾珠塗抹於腹部以享鎮靜、舒緩感受

- 長途旅行必不可少的精油
- ATN 60209356



10 毫升滾珠瓶 | 16.5 PV \$16.50 會員價

Whisper® Touch

• 結合每個人不同的氣味, 打造迷人

呵護系列-仕女複方

獨特且個人化的香氛

散發溫暖、麝香氣息

• 激發吸引感官的香氛

10亭升滾珠瓶 | 28 PV

ATIN

60214274

\$37.33 零售價

\$28.00 會員價



TerraShield®

天然防護複方

進行任何戶外活動之前,隨身準備一瓶 天然防護複方精油以驅趕令人生畏的蚊

• 搭配按摩使用,具有舒緩放鬆之效

• 提供清涼感受,並帶來通暢的呼吸感

ATN

\$26.67 零售價

\$20.00 會員價

10毫升滾珠瓶 | 20 PV

60221940

- 經證實可有效驅蚊
- 散發充滿活力的香氣

\$17.33 零售價



15 毫升 | 13 PV 30毫升噴霧瓶 | 18 PV

\$26.67 零售價

ATN ATN 60214386 60214387

\$13.00 會員價 \$20.00 會員價



Zendocrine®

元氣複方 内服使用時,有助於您的身體以健康的 方式去除不必要的物質。*

- 內服使用時,有助於您的身體以健康 的方式去除不必要的物質*
- 內服時可支持健康的肝臟功能
- 內服可以淨化身體系統並排毒,



15 毫升 | 26 PV \$26.00 會員價





31460001







* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止

LIVING MAGAZINE | 91

dōTERRA AromaTouch Technique® 芳香調理技術

當您購買芳香調理培訓套裝,您將擁有芳香調理技術所需的一切產品——個能將精油強大功效分享予他人的可貴機會。

dōTERRA AromaTouch Technique®芳香調 理技術培訓套裝

doTERRA Balance®安定情緒複方、薰衣草、茶樹、dōTERRA On Guard®保衛複方、AromaTouch®芳香調理複方、Deep Blue® 舒緩複方、野橘、薄荷

分餾椰子油(3.89液體盎司/115毫升)以及按壓頭

線上培訓課程與獨家電子書

八瓶15毫升瓶裝與一瓶115毫升瓶裝 | 250 PV \$333.33 零售價 \$250.00 會員價

dōTERRA AromaTouch Technique® 芳香調理技術補充套裝

60221902 八瓶15毫升瓶裝 | 230 PV \$306.67 零售價 \$230.00 會員價



dōTERRA Emotional AromaTherapy® System 芳香調理心情系列

doTERRA芳香調理心情套裝包含六種精心調製的複方精油,供您於各種情境下使用。每一款精心調製的複方精油皆包含可用於 芳香調理或外用塗抹的純淨精油,助您在健康旅途中平穩前進。這些帶有芬芳香氣的天然複方精油可以在您放下重擔、尋覓慰 藉和鼓勵或再次重拾熱情時伴您左右。



dōTERRA Emotional AromaTherapy®System 芳 香調理心情套裝

doTERRA Motivate®鼓舞複方、 doTERRA Cheer®歡欣複方、 doTERRA Peace®靜謐複方、 doTERRA Forgive®寬容複方 doTERRA Console®撫慰複方 doTERRA Passion®熱情複方精油

60220509 六瓶5毫升瓶裝 | 150 PV \$212.00 rtl



芳香調理心情套裝呵護系列

doTERRA Motivate® Touch阿護系 列-鼓舞複方、doTERRA Cheer® Touch 呵護系列–歡欣複方、doTERRA Passion® Touch阿護系列-熱情複 方、doTERRA Forgive® Touch阿護系 列-寬容複方、doTERRA Console® Touch呵護系列-撫慰複方、doTERRA Peace® Touch阿護系列-靜謐複方

六瓶10毫升滾珠瓶 | 100 PV \$133.33 零售價

dōTERRA 家庭保健精油套裝

doTERRA 家庭保健套裝共包含10種單方與複方精油——是家長每天用於呵護家人的"感覺良好"必備之選。



家庭保健精油套裝

薰衣草、檸檬、薄荷、茶樹、牛至、乳香、 Deep Blue®舒緩複 方、doTERRA Breathe®順暢呼吸複方、DigestZen®樂活複方、doTERRA On Guard®保衛複方

十瓶5毫升瓶裝 | 115 PV \$125.00 會員價

dōTERRA®溫柔寶貝系列

套裝中的複方精油專為兒童設計,其獨特的配方溫和不刺激肌膚,並可帶來強大的功效。



dōTERRA溫柔寶貝系列

Thinker®智慧複方、Calmer®平靜寶貝複方、Stronger®強韌寶貝複方、Tamer®悠活寶貝複方、Rescuer®復援寶貝複方、Steady®安穩寶貝複方、Brave®勇氣寶貝複方、精油使用教學卡片、帶有鎖扣的矽 膠精油瓶蓋與精油隨身包

七瓶10毫升滾珠瓶 | 100 PV \$153.33 零售價 \$115.00 會員價

doTERRA瑜伽系列

瑜伽系列套裝中的精油香氛,為您每一次的呼吸帶來穩定、集中及啟發心靈的感受。



dōTERRA瑜伽系列套裝

dōTERRA心靈專注複方、dōTERRA心靈恆定複方 與dōTERRA心靈啟蒙複方

60203244 三瓶5毫升瓶裝 | 50 PV \$72.00 零售價 \$54.00 會員價





dōTERRA On Guard®保衛複方系列

保衛複方是doTERRA® CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢測認證最受歡迎、用途最廣的複方系列之一。此專 利配方中包含野橘、丁香、肉桂、尤加利與迷迭香精油,內服使用可作為免疫支持的第一道防線。*



dōTERRA On Guard® 暢銷產品 保衛複方精油

保衛複方完美取代合成製品,為免疫力支持提供 了一個芳香、天然且有效的替代方案。*

ATN

- 內服有助支持健康的免疫功能*
- 有助支持身體的天然抗氧化防禦功能*
- 強效的檯面清潔劑

ATOS 31100001

60200142 15 毫升 | 36 PV 10毫升滾珠瓶 | 23 PV \$23.00 會員價

dōTERRA On Guard® 新上市 Sanitizing Gel 保衛複方潔手凝膠

這款70%源自植物的乙醇消毒劑是手提包、口 袋或背包的必備之選,能消滅99.9%的細菌及 微生 (這與下面的細菌聲明有關) ,全家人均 可安心使用。

- 消滅99.9%的細菌及微生物[‡]
 70%源自植物的乙醇鹼
 含有蘋果萃取物和甘油的不黏手保濕配方

16液體盎司/50毫升 | 5 PV \$10.00 零售價

dōTERRA On Guard+™ Beadlets 保衛複方晶球

採用獨有的配方,保衛複方完美取代合成製品, 為免疫力支持提供了一個芳香、天然且有效的替

- 支持健康的免疫功能* 以便捷的食用方法來使用dōTERRA On
- Guard®保衛複方精油 • 不含角叉菜膠



60208146 125顆品球 | 16 PV \$21.33 零售價 \$16.00 會員價

dōTERRA On Guard+™ Chewable Tablets 保衛複方咀嚼片

該產品中含有重要的微量營養素、維生素C、D 以及鋅和β-葡聚糖,並輔以獨家專利的 dōTERRA On Guard®保衛複方精油,其中包 含CPTG®專業純正檢測認證精油如野橘、丁 香、肉桂葉和肉桂皮、尤加利與迷迭香。

- 便捷、美味、可咀嚼並易於消化無糖、無麩質、素食
- 有助支持健康的免疫系統*

60216736

\$21.33 零售價 \$16.00 會員價

dōTERRA On **Guard®Protecting Throat** Drops保衛複方喉糖

讓這款食用便捷並具有免疫力支持效益的喉糖伴 您在嚴寒的冬季裡保持健康。

- 幫助鎮定及舒緩乾燥、沙啞的喉嚨
- 注入保衛複方精油的獨特效益
- 添加天然甘蔗汁和有機糙米糖漿

34050001 \$12.50 會員價

dōTERRA On Guard+™ Softgels保衛複方軟膠囊

dōTERRA On Guard+ 保衛複方軟膠囊結合了保 衛複方精油之外,另外還加入黑胡椒、牛至和香 蜂草,為免疫系統帶來額外的支持。*

- 有助于支持和維護健康的免疫系統* • 用於季節性威脅高升時期以享支持力*
- 35420001 60顆植物膠囊 | 25 PV \$37.33 零售價

採用植物軟膠囊s

大腿捏菌、全盖色色葡萄球菌、鼠傷寒沙門氏菌、綱絡假單胸菌、洋蔥伯克霍爾德菌、陰滿腿捏菌、難腸

・以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止

CPTG Certified Pure Tested Grade®

dōTERRA On Guard® Natural Whitening Toothpaste 保衛複 方淨白牙

膏藉由dōTERRA On Guard®保衛複方精油的 健康效益,以溫和的方式潔淨牙齒。

- 採用無氟成分
- •獨特的肉桂薄荷口味含有木糖醇,予您潔淨清新的口氣
- 內含專利配方保衛複方精油的強大功效
- 透過溫和的方式以達美白牙齒功效

60205476 4.2盎司/125克 | 5 PV \$12.67 零售價 \$9.50 會員價

60205417 十包隨身包,每包2克 | 0 PV \$3.50 會員價

dōTERRA On Guard® Mouthwash 保衛複方漱口水

doTERRA保衛漱口水不含酒精,能有效清潔牙 齒和牙齦以減少牙菌斑,每日刷牙並搭配牙線使 用,促進健康的口腔。

- 天然無酒精配方
- 刷牙與剔牙後漱口使用,能幫助減少牙菌斑 赋予予您自信笑容
- 維持長時間的口氣清新

60203185 16液體盎司/473克 | 10 PV \$20.00 零售價 \$15.00 會員價

dōTERRA On Guard® Laundry Detergent 保衛複方洗衣精

保衛複方洗衣精是一個以天然原料為基底、六倍 超濃縮的複方洗衣精,它擷取了來自保衛複方精 油的效能以及源自天然的生物酵素以洗淨衣物。

- 洗衣精獨特的配方,能使精油的香氛與效能 發揮最大的效益,為您帶來清新潔淨衣物
- 每瓶64湯匙;1湯匙=1籃衣物(使用高效能洗衣
- 亦可作為洗滌前污漬處理

39020001 32液體盎司/947毫升 | 20 PV \$37.33 零售價 \$28.00 會員價

dōTERRA On Guard® Cleaner doTERRA On Guard® Foaming Concentrate 保衛複方濃縮清

保衛複方濃縮清潔劑是理想的天然清潔劑,它結 合強效的doTERRA保衛複方精油。

- 不含毒性, 對家人和環境安全無害 • 配方結合強效的保衛複方精油和植物性界面
- 適合用於清潔檯面,成效顯著
- 留下乾淨、鼓舞人心的香氣

38140001 12液體盎司/355毫升 | 10 PV \$19.33 零售價 \$14.50 會員價

Hand Wash 保衛複方潔手凝露

透過保衛複方精油的強大功效來保持雙手潔淨。 • 以16盎司的便利瓶裝銷售,搭配8盎司泡沫式

- 配方內含獨一無二的dōTERRA保衛複方精油
- 無毒且對環境無害

60216838 16液體盎司/473毫升潔手凝露 附贈兩個泡沫式填充瓶 | 15 PV \$21.50 會員價

保衛複方潔手凝露單瓶裝

38010001 16液體盎司/473毫升潔手凝露 | 15 PV \$23.33 零售價 \$17.50 會員價

保衛複方潔手凝露兩瓶裝

38020001 兩瓶16液體盎司/473毫升潔手凝露 | 25 PV \$30.00 會員價

dōTERRA On Guard® Sanitizing Mist 保衛複方噴霧

doTERRA保衛複方噴霧擁有極細緻且快速吸 收的霧氣,能消除99.9%的微生物與細菌‡。

- 添加具滋潤功效的蘋果萃取物,保持雙手柔
- 透過便捷噴霧設計,享受保衛複方精油柑 橘、辛香的氣息
- 適合旅行、工作以及上學隨身攜帶

60201944 60219991 60219991 0.9液體盎司/27克 | 5 PV 五瓶0.9液體盎司/27克噴霧 \$33.33 零售價 \$25.00 會員價 \$6.50 會員價

dōTERRA® On Guard™ Sanitizing Wipes 保衛複方濕

doTERRA 保衛複方濕紙巾專為忙碌生活而設 計,此款濕紙巾融入了具有清潔特性的保衛複方 精油,可徹底清潔雙手,同時對皮膚溫和不刺

- 對大多數常見細菌99.9%有效
- 在沒有肥皂和水的情況下清潔雙手尺寸小巧,便於攜帶
- 在觸摸螢幕、門把和購物車後用以清潔雙手
- 60201266 60214043 20片獨立包裝 | 5 PV \$16.67 愛佳價 \$10.00 愛佳價 \$7.50 會員價



·以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止

dōTERRA 居家複方系列

我們的家就像一個生態系統。對您引進家中的產品感到自信,居家用品的安全無需妥協。dōTERRA 居家系列採用天然成分、 可回收包裝和標誌性的造型風格。每款產品都各有功能強大的植物基配方,不含磷酸鹽、鄰苯二甲酸鹽、染料、氯和合成香 料。這一系列產品還設計了造型流暢的可填充玻璃瓶和可回收的再填充包裝,讓該系列產品幫助您減少浪費的同時,提升您的 居家生活的美感。專為有意識的消費者而設計,居家系列產品以純天然的方式提供了功效、環保價值和居家之美。



abōde® Multi-Purpose Surface Cleaner Concentrate 濃縮表面清潔劑

- 專為去除廚房、浴室和無孔表面上的頑固油 污和日常污垢設計
- 配方中注入居家複方精油,有著清新自然的
- 可完美取代家中所用的市售清潔劑 採用可回收玻璃瓶包裝

1液體盎司/30毫升 | 7 PV

abōde Liquid Dish Soap Refill 洗碗液填充瓶

- 強力去油污功效,使餐具、玻璃器皿、鍋碗 瓢盆洗後光潔如新配方中注入居家複方和葡萄柚精油,有著清 新自然的柑橘芬芳
- 採用可回收鋁瓶包裝

60217386 16 液體盎司/473 毫升 | 8 PV \$12.00 會員價

abōde Dishwasher Pods 洗碗機粉包

- 強力去油污功效,讓清洗後的碗碟亮潔如新配方中注入了 döTERRA 居家複方精油,有著清新自然的柑橘芬芳
- 採用 PCR (消費後回收) 材質的袋子包裝

60216473 \$15.00 會員價

abode Laundry Pods

- 強力去污漬功效,讓每桶清洗後的衣物都清新
- 配方中注入了 居家複方精油,有著清新自然
- 採用 PCR (消費後回收)材質的袋子包裝
- 60216474 45顆裝 | 14 PV \$26.00 零售價 \$19.50 會員價

洗衣機粉包

dōTERRA® abōde® Hand Lotion Refill Infused with Citrus Bloom® 柑橘綻放護手乳填充袋

- 輕盈絲滑配方,保濕滋潤,讓雙手更顯健康
- 採用植物基配方,注入柑橘綻放複方精油, 不含對羥基苯甲酸酯、鄰苯二甲酸鹽、磷酸 鹽、染料與合成香料 • 採用 PCR (消費後回收)材質的袋子包裝

10液體盎司/396毫升 | 15 PV \$24.67 零售價 \$18.50 會員價

abode Foaming Hand Wash Concentrate Infused with Citrus Bloom 柑橘綻放濃縮潔

- 提供香甜、柑橘、花卉香氛,予您潔淨並散 發清新香氣的雙手
- 採用植物基清潔配方,並注入柑橘綻放複方
- 採用可回收鋁制容器包裝

60216472 8液體盎司/237毫升 | 14 PV \$26.00 零售價

abōde"

居家複方精油

集結帶有悅人香氛的強效複方精油,此款複方 精油為您的居家環境帶來天然的清新感受,其 成分不含刺激性化學物質或合成香料。

• 配方中的CPTG®專業純正檢測認證精油富含 具有清潔特性的成分,包含檸檬烯、香葉醛、檸檬醛、桉葉油醇



60217576 15 毫升 | 24.5 PV \$24.50 會員價

abōde Refillable Glass Dispensers 玻璃空瓶

透過使用dōTERRA abōde居家複方系列產品以 及外型美觀的玻璃填充瓶,減少一次性塑膠製品 的浪費,並提升居家美感。

abōde Multi-Purpose Surface Cleaner Dispenser 清潔噴霧玻璃噴瓶(空瓶)

60217546 10液體盎司/296 毫升 | 0 PV \$11.33 零售價 \$8.50 會員價

abode Foaming Hand Wash Dispenser 潔手凝露按壓玻璃瓶(空瓶)

60217522 16液體盎司/473毫升 | 0 PV \$11.33 零售價 \$8.50 會員價

abode Hand Lotion Dispenser 護手乳按壓玻璃瓶(空瓶)

60217569 10液體盎司/296毫升 | 0 PV \$8.50 會員價

abōde Liquid Dish Soap Dispenser 洗碗精玻璃瓶(空瓶)

60219505 16液體盎司/473毫升 | 0 PV \$8.50 會員價



Deep Blue® 舒緩複方 暢鄉產品

dōTERRA Deep Blue舒緩複方將CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢測認證的冬青、樟腦、薄荷、伊蘭伊蘭、 永久花、藍艾菊、德國洋甘菊以及桂花精油集結成具有舒緩功效的專利配方,該系列同時推出乳霜和5毫升的精油瓶裝。Deep BluePolyphenol Complex®舒緩口服多酚是一款有助支持與舒緩肌肉和關節功能的保健品。*將舒緩口服多酚與舒緩複方精油 和舒緩複方乳霜搭配使用,可為您提供舒緩功效以及針對性的健康效益。



Deep Blue®

舒緩複方精油

舒緩複方精油為您提供即時性的清涼感受。

- 在搬運重物後,於下背部肌肉塗抹舒緩複方
- 明祖 運動前後塗抹於足部和膝蓋 小孩就寢前,將舒緩複方精油與數滴基礎油按 摩塗抹於他們的腿部



60200143 5 毫升 | 35 PV \$46.67 零售價 \$35.00 會員價

Deep Blue Polyphenol Complex® 舒緩口服多酚

舒緩複方現推出營養保健品,其中含有強效的 多酚萃取物,根據臨床證實可有效緩解偶發性 的酸痛和不適。*

- 效用快速的乳香萃取物已證實在內服時有助支持關節健康的功能*
- 含有專業標準化萃取出的生薑、薑黃素、白 藜蘆醇和其他多酚類,內服有助減緩偶發性
- 可與舒緩複方乳霜、舒緩複方精油搭配使用

34360001 60顆植物膠囊 | 40 PV \$60.67 零售價 \$45.50 會員價

採用不含有害物質SLS的植物膠囊

Deep Blue® Rub 舒緩複方乳霜

舒緩複方乳霜注入舒緩複方精油,具有舒緩和

- 是熱愛運動的您最佳的選擇,舒緩霜以保濕 潤膚劑為基底,為肌膚帶來柔軟不油膩的質
- 塗抹於不適處,以提供冷卻及舒緩感受

38900001 4盎司/120毫升 | 31 PV

Deep Blue®舒緩複方乳霜隨身包

38950001 10包0.068盎司 / 2毫升 | 0 PV \$6.67 零售價 \$5.00 會員價

舒緩複方乳霜32盎司裝

60216795 32液體盎司 / 946毫升 | 165 PV \$260.00 零售價 \$195.00 會員價

Deep Blue™ Stick+ Copaiba 舒緩複方香膏

舒緩複方香膏注入了蘊含CPTG®專業純正檢測 認證的dōTERRA Deep Blue®舒緩複方精油, 再加上古巴香脂的有益特性,是一種快速起效

- 提供最大 OTC 強度的植物性薄荷醇、水楊酸甲酯和樟腦,暫時緩解與單純背痛、關節炎、扭傷、拉傷和瘀傷相關的輕微疼痛以及肌肉、關節不適
- 方便易用的棒狀香膏以保濕潤膚劑為基底,為肌膚帶來柔軟不油 膩的質感 • 塗抹於不適處,以提供清涼及舒緩感受

60213108 1.69 盎司 / 48克 | 20 PV \$32.67 零售價 \$24.50 會員價



dōTERRA Adaptiv® System 樂釋套裝

樂釋系列產品不僅天然安全,且能為您提供值得信賴、針對性與有效的支持。擴香使用樂釋複方精油以享柔和、振奮的香氛 並有助營造放鬆的氛圍。將呵護系列——樂釋複方精油納入放鬆按摩的一部份,抑或是透過樂釋複方膠囊助您應對各式情況。



Adaptiv®

- 助您完成有效的工作或閱讀進度
- 營造靜謐、舒緩的氛圍



60209364

10毫升滾珠瓶 | 22 PV \$29.33 零售價 \$22.00 會員價

Adaptiv® Calming Blend Capsules

樂釋膠囊

- 具有鎮定功效並促進正向情緒* • 支持認知功能並平衡情緒*
- 助您應對壓力的情況下或適應新環境*

30顆膠囊 | 30 PV \$52.67 零售價 \$39.50 會員價

Adaptiv® System

樂釋系統套裝

樂釋複方15毫升、呵護系列-樂釋複方10毫 升、樂釋膠囊

60211472 70 PV \$109.33 零售價 \$82.00 會員價

doTERRA Serenity®神氣複方系列

dōTERRA舒眠恬靜複合膠囊與神氣複方精油以天然且安全的解決方案幫助現代人難以入睡和淺眠的問題。結合以鎮靜香氛著稱 的精油,雙管齊下有效促進安穩與完善的睡眠品質。



採用不含有害物質SLS的植物膠囊 採用植物軟膠囊

dōTERRA Serenity®

- 神氣複方精油
 其鎮靜、重拾活力的香氛有助於打造絕佳秘境
 為睡前營造完美的入眠氛圍



60217983 15 毫升 | 36 PV

doTERRA Serenity® Softgels

- 舒眠恬靜複合膠囊 •減緩偶發性的失眠*
- 促進健康的放鬆與睡眠*
- 幫助改善入睡的品質和能力*
- 促進安穩的睡眠品質*

60顆植物膠囊 | 18 PV \$30.67 零售價 \$23.00 會員價

doTERRA Serenity® Combo **Pack**

神氣複方套裝

神氣複方精油15毫升、舒眠恬靜複合膠囊

CPTG Certified Pure Tested Grade®

60200524 40 PV \$60.00 零售價 \$45.00 會員價

doTERRA Breathe®順暢呼吸複方系列

dōTERRA順暢呼吸複方精油有助維持通暢的呼吸道和輕鬆的呼吸感受。透過順暢呼吸複方香膏的便捷使用方式,您可以隨時隨 地、快速地享受此款複方精油強大的功效。



dōTERRA Breathe®

順暢呼吸複方精油

- 一款具有強大功效的複方精油,它有助於維持通暢的 呼吸道和輕鬆的呼吸感受。
- 營造放鬆的氛圍
- 有助降低季節性威脅的影響



60200190 15 毫升 | 25 PV \$25.00 會員價

60200192 10毫升滾珠瓶 | 16 PV \$21.33 零售價 \$16.00 會員價

ATIN

dōTERRA® Breathe 新上市

順暢呼吸複方香膏

盡情享受順暢呼吸複方香膏擁有的便利性、快速吸 收而且滑順好推等特性。不論何時何地都能盡享功

- 維持順暢的呼吸道以及輕鬆的呼吸感受提供清涼舒緩的感覺

60212479 0.54盎司/15.5克 | 5 PV \$12.33 零售價 \$9.25 會員價

dōTERRA Breathe® 順暢清涼喉糖

順暢呼吸複方精油中匯集對呼吸系統有益的 CPTG®專業純正檢測認證精油,並將之注入這款 方便、風味絕佳的潤喉糖中。

- 維持通暢的呼吸道和呼吸感受
- 支持呼吸系統整體健康

35460001 \$16.67 零售價 \$12.50 會員價

dōTERRA 順暢呼吸套組

dōTERRA Breathe®順暢呼吸複方精油15毫升、 dōTERRA Breathe®順暢呼吸複方香膏、兩袋 dōTERRA Breathe®順暢清涼喉糖

60217860 35 PV \$63.00 零售價 \$47.25 whl

* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止



dōTERRA Lifelong Vitality Pack® 終生保健套裝

doTERRA Lifelong Vitality Pack®終生保健套裝是用高效能劑量的必需營養素和代謝因子調配而成,以達到最佳健康、活力 和壽命的目標。*結合dōTERRA CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢測認證精油和對dōTERRA終生保健的堅 持,讓人以自然的方式保持永駐的健康、青春、美麗外表。



Alpha CRS+®

賦活植物精華

為細胞基因和其他關鍵細胞結構提供抗氧化防禦 能力和強效保護。*

- 藉由減少對 DNA 和其他關鍵細胞結構的氧化應 激來支持健康的細胞功能* • 支持細胞的健康氧化應激反應*
- 透過支持健康的線粒體和提供能量產生的代謝
- 因子來增進細胞能量*

35370001 120顆植物膠囊 | 69.5 PV \$92 67 零售價 \$69.50 會員價

xEO Mega®

精萃能量魚油

蓍萃能量魚油是一款革命性的配方,其中注入 CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢 測認證精油、海洋和植物來源的必需脂肪酸與類

- 支持健康的心臟和心血管健康*支持健康的關節功能和舒適度*
- 提供免疫支持力所需的營養*
- 防止脂質氧化並支持大腦、眼睛和神經系統的

60219195

120顆植物軟膠囊 | 53.5 PV \$53.50 會員價

Microplex VMz®

全方位綜合維生素

dōTERRA® 全方位綜合維生素是一專利配方,內 含現代飲食中經常缺乏的生物可利用維生素和礦物

- 提供22種必需維生素和礦物質以支持細胞的健康生長、功能和修復*透過抗氧化維生素 A、C 和 E以抵禦自由基*
- 支持健康的新陳代謝和細胞能量*

120顆植物膠囊 | 39.5 PV



doTERRA Lifelong Vitality **Daily Packs**

此套裝包含Alpha CRS+®賦活植物精 華、Microplex VMz®全方位綜合維生素 與xEO、Mega®菁萃能量魚油

60217066 60小包或30天供應量 | 60 PV \$115.33 零售價 \$86.50 會員價

FALL / WINTER 2022



dōTERRA Lifelong Vitality Pack® 終生保健套裝

此套裝包含Alpha CRS+®賦活植物精 華、Microplex VMz®全方位綜合維生素 與xEO Mega®菁萃能量魚油

60213529 30天供應量 | 60 PV \$107.33 零售價 \$80.50 會員價



Vegan dōTERRA Lifelong Vitality Pack®終生保健套裝(素)

此套裝包含Alpha CRS+®賦活植物精 華、Vegan Microplex VMz®純素全方位 綜合維生素與vEO Mega®素食魚油 60213860 30天供應量 | 60 PV \$119.33 零售價 \$89.50 會員價

dōTERRA® 營養保健品

生理構造、環境和其他因素都影響著人體的健康。這意味著有部分的人在某些方面需要額外的營養補充。通過尖端的科學技 術,dōTERRA 研製了專利的補充品,給予保持身體健康額外的支持力。這些保健品可搭配dōTERRA LifeLong Vitality Pack®終生保健套裝使用,以保持身體機能的良好運作。*



vEO Mega®

素食魚油是一個革命性的素食配方,配方中注入CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢測認證精油 以及天然、植物來源的必需脂肪酸。

該產品結合薑黃精油和薑黃萃取物中的薑黃素的強效用 於一體,以獨特的雙腔膠囊型式呈現,形成優勢互補。*

古巴香脂軟膠囊採用方便好吞嚥的軟膠囊包裝,提供每

日古巴香脂精油的食用份量。食用古巴香脂精油能幫助

• 幫助對抗自由基,保護身體免受氧化損傷*

- 促進心臟和循環系統的健康*
- 支持健康的關節功能和舒適度*
- 為健康的免疫功能提供重要的調節營養素*

120顆液體膠囊 | 53.5 PV \$71.33 零售價

薑黃膠囊 (□)

60209307

60顆膠臺 | 28 PV

• 有助支持健康的炎症反應*

古巴香脂軟膠囊

維護神經、心血管及消化系統。*

• 舒緩與保健神經系統*

60顆植物軟膠囊 | 32 PV

60205764

• 維護健康的心血管系統*



Vegan Microplex VMz®

純素全方位綜合維生素

dōTERRA®純素全方位綜合維生素是一種素食的營養配 方,內含現代飲食中所缺乏的生物可利用維生素與礦物

- 提供22種必需維生素和礦物質以支持細胞的健康生
- 長、功能和修復*
- 提供膳食抗氧化維生素 A、C 和 E,以抵禦氧化應激* • 支持健康的新陳代謝和細胞能量*

60213210 120顆植物膠囊 | 39.5 PV \$66.00 零售價



Mito2Max®

能量耐力配方

能量耐力配方是取代咖啡因的健康、長期替代品,並有 助於增強能量與活力。*

- 活絡細胞線粒體內三磷酸腺苷的高效生產*
- 增強耐力以及有效利用氧氣*
- 幫助代謝機制適應不同活動*

• 無興奮劑;不會令人上癮

34350001 60顆植物膠囊 | 35 PV



DDR Prime® Softgels

完美修護複方軟膠囊

專利完美修護複方有助保護細胞基因免受氧化應激之影

- 內服時提供抗氧化保護,對抗氧化損傷*
- 內服時,支持健康的細胞應激反應*
- 內服時,促進健康的細胞反應和功能*

34410001 60顆植物軟膠囊 | 40 PV \$60.67 零售價



TriEase® Softgels

三合益軟膠囊

三合益軟膠囊是用來預防與對抗季節性及環境因素,並 在關鍵時刻支持健康的呼吸系統。*

• 促進順暢呼吸感及與呼吸系統功能*

• 支持健康的免疫系统*

60209019 60顆植物軟膠囊 | 22 PV \$34.00 零售價



植物膠囊 🕕

專為您的膳食補充劑需求量身定制,素食膠囊助您以快 速且便捷的方法吸收營養。

- 不含防腐劑、明膠、小麥、糖、澱粉、奶製品和動物
- 此膠囊是由惰性植物成份製成,容易吸收,並不影響 消化

34100001 160顆HPMC 膠囊 | 0 PV \$5.33 零售價

> 採用不含有害物質SLS的植物膠囊 採用植物軟膠囊

* 以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止



以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止

MetaPWR[™]新瑞活力複方系列 新上市

新瑞活力複方是獨一無二的新陳代謝產品系統,它結合經臨床證實的功效,包含支持健康的新陳代謝力、降低食慾、支持健 康的血糖、胰島素反應和健康衰老。*





MetaPWR™

新瑞活力複方精油

讓內服使用新瑞活力複方成為您維持健康新陳代 謝的每日生活習慣之一。

- 支持健康的新陳代謝功能*有助抑制食慾並鼓勵正念飲食



60217575 15 毫升 | 29 PV \$38.67 零售價 \$29.00 會員價

MetaPWR™ Beadlets

新瑞活力複方晶球

配方有助抑制食慾,並鼓勵正念飲食和飲食控制。

- 支持新陳代謝健康和功能*
- 抑制食慾鼓勵正面飲食和飲食控制

60217376 125顆晶球 | 16 PV

MetaPWR™ Gum 新瑞活力複方

每次服用口香糖時,搭配一滴優化比例的CPTG® 專業純正檢測認證新瑞活力複方精油,有助抑制 食慾並鼓勵正念飲食和飲食控制。

- 支持新陳代謝健康和功能*
- 抑制食慾鼓勵正面飲食和飲食控制

60217378 30片 | 5 PV \$11.67 零售價 \$8.75 會員價

MetaPWR™ Softgels 新瑞活力軟

由dōTERRA臨床和醫學科學家研發,採用優化比例的專業純正檢測認證精油,有助強化您的新陳 代謝健康。*

- 支持新陳代謝健康和功能*
- 鼓勵正面飲食和飲食控制

60209482 90顆植物軟膠囊 | 30 PV \$46.00 零售價 \$34.50 會員價



採用植物軟膠囊

MetaPWR™ Assist

新瑞活力多元膠囊

獨特配方有助減少簡單和複雜的碳水化合物的消 化,支持健康的胰島素敏感性和血糖功能,以幫 助您保持全天候能量水平穩定。*

- 有助維持健康的血糖水平*
- 促進健康的胰島素活性和反應*
- 通過 AMPK 途徑刺激葡萄糖攝取*

\$39.33 零售價 \$29.50 會員價



MetaPWR™ Advantage 新瑞活力優益能量粉

本產品經過臨床開發,透過支持體內NAD+和 NADH 的產生來支持代謝健康。 *

- 支持健康的新陳代謝年齡*
- 支持瘦肌肉並強化結締組織*
 九種獨特的膠原蛋白三肽

30包,每包6克 | 70 PV \$112.67 零售價 \$84.50 會員價

MetaPWR™ 新瑞活力複方系列套裝

新瑞活力複方精油、新瑞活力複方晶球、新瑞活 力複方口香糖、新瑞活力軟膠囊、新瑞活力多元膠囊、新瑞活力優益能量粉

60223395 150 PV \$238.67 零售價 \$179.00 會員價



dōTERRA®營養系列

純天然有效功能強大。 dōTERRA Nutrition 營養系列為您提供優質蛋白質、纖維和蔬菜中的最佳能量和保健效益。* 經科學 證明和充分研究的配方dōTERRA 能量蛋白粉、dōTERRA 健康纖維粉和 dōTERRA 青新蔬果粉旨在支持活力充沛的生活方式 和健康的態度。通過來自大自然營養豐富的成分,使用dōTERRA營養系列是支持每日活力和健康的有效且簡單方法。



香草&巧克力口味乳清蛋白粉

dōTERRA 乳清蛋白粉提供 21 克 (香草口味) 和 22克 (巧克力口味) 優 質蛋白質與每份7公克的纖維素來滿足飢餓感,增加蛋白質攝入量,並幫 助您實現目標。*

- 乳清蛋白粉來自牧場放牧的牛
- 不合基因改造生物、麩質、大豆、重組牛生長激素以及合成物質提供活力與滿足感的蛋白粉保健品*

60207069 香草口味 | 20份 | 25 PV \$55.33 零售價 \$41.50 會員價

60207068 巧克力口味 | 20份 | 25 PV \$41.50 會員價



素食蛋白粉

dōTERRA 乳清蛋白粉提供 21 克優質素食蛋白質與每份7公克的纖維素來 滿足飢餓感,增加蛋白質攝入量,並幫助您實現目標。*

- 優質配方包含碗豆、糙米、印加果油與南瓜籽蛋白質
- 不含基因改造生物、麩質、大豆以及合成物質
- 提供活力與滿足感的素食蛋白粉保健品*

60207067 20份 | 25 PV \$41.50 會員價



健康纖維粉

健康纖維粉取自蘋果、菊苣根、菊芋和亞麻籽等全食物來源,每份提供6 公克的可溶性和不可溶性纖維以支持您每日纖維素攝取量。

- 促進良好的消化健康功能*
- 幫助消化和腸胃系統*
- 內含CPTG®專業純正檢測認證檸檬精油

60207065 \$26.00 零售價 \$19.50 會員價

FALL / WINTER 2022



青新蔬果粉

青新蔬果粉主要成分包含各類水果、蔬菜、超級食物、生薑根和CPTG® 專業純正檢測認證檸檬精油。青新蔬果粉具有諸多效益,其中包含支持健 康的免疫系統、消化系統並幫助體重管理。*

- 以便捷的方式提供每日所需的蔬果攝取量
- 天然來源、非基因改造生物、無麩質以及素食者可食用
- 支持健康的免疫系統*
- 純天然什錦莓果風味

60213600 \$39 93 零售價 \$29.95 會員價

消化健康

要終生享有強健的身體,就需要有健康的消化系統。消化系統若是順暢,不僅能有效地吸收食物的養分,還能使身體的免疫系 統和排毒功能順利進行。消化系統不良可能會導致長期體力不足、免疫力系統差、體重增加和腸胃不適。DigestZen®樂活複方 系列產品提供針對性的配方,強化消化功能的健康和順暢*。



PB Assist+®

益生菌膠囊

益生菌膠囊是一種結合益菌生纖維和六種益生菌微生物 群的專利配方,旨在支持腸胃道和免疫健康。*

- 提供六十億菌種(CFUs)的活性益生菌群及可溶性益 生菌果寡糖(FOS,fructooligosaccharides)能促進好
- 具緩釋作用及雙層膠囊的設計能保護脆弱的益生菌群 不被胃酸侵蝕*
- 強化消化功能和免疫力*

35160001 30顆植物膠囊 | 35 PV \$53.27 零售價 \$39.95 whl



DigestZen®

樂活複方軟膠囊

dōTERRA® DigestZen® 樂活複方軟膠囊以便捷的方式 使用樂活複方精油所提供的健康效益。 每個素食軟膠囊 中含有 120 毫克的樂活複方精油,是促進整體消化健康 的必備產品*。

- 舒緩偶發性的消化不良及緩解胃部不適*保持健康的腸胃道功能*
- 促進良好的消化*

60209021

60顆植物軟膠囊 | 16 PV \$26.60 零售價



DigestTab®

清暢複合咀嚼片

輕暢複合咀嚼片是加入樂活複方精油的碳酸鈣錠,不僅 提供複方精油的健康效益,還囊括碳酸鈣錠具有酸性中 和的效用。*

- 為減緩偶發性胃灼熱和消化不良所設計,同時促進腸 胃道整體健康*
- 依需求於進餐時或餐間食用,可舒緩偶發性腸胃不
- 適、消化不良及胃灼熱*
 幫助緩解胃酸過多造成的不適^{*}
- 每片咀嚼片提供200毫克的鈣

100片咀嚼片 | 11 PV \$20.67 零售價 \$15.50 會員價



dōTERRA® 薄荷軟膠囊

dōTERRA薄荷軟膠囊有助支持消化系統健康、緩解偶發 性的腸胃不適並幫助減少脹氣、腹脹等不適症狀。*

- 內含高薄荷醇的薄荷精油,可有效支持腸胃道舒適*
- 幫助緩和偶發性的腸胃不適感*

60209244 60顆軟膠囊 | 16 PV

\$25.33 零售價 \$19 00 會員價



DigestZen Terrazyme®

輕暢複合酵素

輕暢複合酵素為身體提供健康消化所需的天然酵素和支 持礦物質的輔助因子。*

- 幫助身體不斷分泌對身體生化功能具有健康效益的酵
- 促進吸收食物中的營養並促使食物養分轉為細胞能量* • 包括多種天然有機食物酵素,能幫助消化蛋白質、脂 肪、複合碳水化合物、糖分和纖維*

35110001 90顆植物膠囊 | 30 PV \$34.50 會員價



GX Assist®

腸道淨化腸溶膠囊 透過含有CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正

- 檢測認證精油的腸道淨化腸溶膠囊潔淨您的腸胃道。* • 包含生至、茶樹、檸檬、蒲荷、檸檬草、百里香精油
- 幫助支持健康的消化道,於腸道中創造一種不利於病
- 腸道淨化腸溶膠囊為10日配方並做為服用PB Assist® 益生菌膠囊前的清潔準備步驟*

35040001 60顆軟膠囊 | 22 PV \$26.00 會員價







CPTG Certified Pure Tested Grade®

Zendocrine®

元氣複方精油

內服使用時,有助於您的身體以健康的方式去除 不必要的物質。*

- 內服使用時,有助於您的身體以健康的方式去 除不必要的物質*

 内服使用時,支持健康的肝臟功能*

 内服可以淨化身體系統並排毒*



31460001 15 毫升 | 26 PV \$26.00 會員價

Zendocrine®

元氣複方膠囊

元氣複方膠囊幫助支持您身體的過濾和排泄廢物

- 協助肝臟、腎臟、直腸、肺臟和皮膚進行健康 的淨化和過濾功能*
- 協助淨化器官的自我淨化功能*

60顆植物膠囊 | 20 PV \$30.00 零售價 \$22.50 會員價

Zendocrine®

元氣複方軟膠囊

\$26.50 會員價

元氣複方軟膠囊有助清除造成身體系統機能退化 及體重增加的體內毒素和自由基。*

- 有助身體以健康的方式去除不必要的物質* • 支持健康的肝臟、腎臟功能*
- 60顆植物膠囊 | 23 PV \$35.33 零售價

dōTERRA®

生薑檸檬喉糖

dōTERRA生薑檸檬喉糖食用方便,可有效支持消 化系統並舒緩偶發性的腸道不適。

- 支持健康的消化功能
 幫助舒緩偶發性的腸胃不適或消化不良
 香甜辛辣的生薑檸檬口味

60203181 30顆 | 10 PV \$16.67 零售價



dōTERRA®兒童營養保健品

受到dōTERRA Lifelong Vitality Pack®終生保健套裝的啟發,這系列產品以液體和咀嚼形態問世,令其中的 omega-3、天然食物 營養成分、維生素和礦物質變得更容易吸收。孩子將因為其甜美清新的風味而著迷;對於有吞嚥困難的成人更是一大福音。



dōTERRA a2z Chewable™兒童咀

- 結合維他命 B 群與維他命 A、C 和 E • 含有草本萃取物,適合搭配 IQ 魚油一同食用
- 維護健康的免疫系統並提供抗氧化防護*
- 每日服用能促進健康的細胞增長及生命力*
- 可口西瓜風味!

34500001 \$30.00 零售價 \$22.50 會員價



PB Assist® Jr 兒童益生菌

- 精心挑選六種獨特益生菌群配方中的五十億隻 • 嚴選符合兒童需求的益生菌群
- 微粒膠囊包裝保護敏感的益生菌不受胃酸損害 並由腸道完整吸收
- 支持消化與免疫系統的正常機能* 草莓西瓜味&無糖

30包 | 22 PV \$36.00 零售價 \$27.00 會員價



IQ Mega®魚油

- 可與dōTERRA a2z 兒童咀嚼片搭配使用

34490001 150 毫升 | 30 PV \$34.50 會員價







PB Assist+® 益生菌防 護膠囊





新瑞活力多元膠囊&晶球



購買一套 dōTERRA Lifelong Vitality Pack®終生保健套裝或 dōTERRA®daily Nutrient Pack 每日營養套裝...



dōTERRA 終生保健套裝 21480001 | 60 PV



dōTERRA 終生保健套裝(素) 60201121 | 60 PV



MetaPWR™ Advantage 新瑞活力精華粉 60222772 | 70 PV



dōTERRA 終生保健套裝隨身包 60205416 | 60 PV



dōTERRA 每日營養套裝 21490001 | 50 PV

..並以超值優惠價加購最多3種額外保健品





Mito2Max®能量耐力複方



xEO Mega®菁萃能量魚油



兒童套裝 (IQ Mega®魚油 & dōTERRA a2z Chewable™ 兒童a2z咀嚼片) 15 PV \$32.50





‡透過忠誠顧客獎勵計劃加購輕新瑞力精華粉・將在最多加購三樣產品 的購物車中佔額兩份。



\$25.00

新瑞活力精華粉 \$65.00



dōTERRA 精油肌膚保養系列

doTERRA®精油肌膚保養系列為一套針對享有年輕、健康與完美膚質所設計的保養品,每項產品皆結合嚴選的CPTG Certified Pure Tested Grade®專業純正檢測認證精油以及尖端成分科技和天然萃取物,徹底發揮精油天然功效。透過dōTERRA精油肌 **唐保養系列解決並且預防各種肌膚老化問題。**





潔柔洗面乳

dōTERRA潔柔洗面乳注入精油與天然清潔劑,為 肌膚帶來清新、滑順與潔淨風貌

- 絲蘭根萃取物和皂莢萃取物含有豐富的皂甙,
- 可洗淨和舒緩肌膚的天然清潔劑 • 澳洲堅果籽油具有肌膚調理功效
- 維生素E有助維持健康膚質

4 液體盎司/118 毫升 | 12 PV \$15.00 會員價

活力磨砂膏

讓dōTERRA 活力磨砂膏以輕柔的方式去除雜 質,為您帶來柔軟、光滑、煥然一新的肌膚。

- 生物可分解的荷荷巴酯具有溫和的去角質功 效,並以滋潤肌膚之功效著稱
- 牛蒡萃取物有助於淨化和調理肌膚 • 植物和水果萃取物的香氛增強芳香體驗

\$17.50 會員價

細緻爽膚水

dōTERRA細緻爽膚水能調節並平衡肌膚、減少毛 孔瑕疵並具有鎮靜敏感肌膚之功。

- 蘆薈、西瓜和蘋果萃取物有助於調理平衡肌膚 • 扁豆萃取物富含寡糖,能為肌膚補充水份、減 少油脂分泌、調節肌膚並改善毛孔粗大問題
- 金縷梅為天然收斂劑,能去除肌膚過多油脂並

60201772 4 液體盎司/118 毫升 | 17 PV \$26.00 零售價 \$19.50 會員價

亮白凝膠

doTERRA亮白凝膠結合天然萃取物、維生素、 尖端成分科技以及CPTG®專業純正檢測認證精 油,有助促進亮白及均勻膚色。

- 雛菊萃取物為天然的肌膚亮白成分,能促進 膚色均勻及減少色素沉澱
- 生薑萃取物能均勻膚色並讓肌膚散發光澤
- 微膠囊化技術維生素C有助於維持年輕的膚 況,同時減少色素沉澱

60210008 1液體盎司 / 30毫升 | 30 PV \$42.67 零售價 \$32.00 會員價

緊緻精華露

doTERRA緊膚精華露結合天然萃取物和樹脂, 有助減少細紋和皺紋的出現,同時為肌膚提供保 濕功效與滑順膚質。

- 配方含有具有"拉提"功效的根瘤菌膠及相思
- 櫸木苗萃取物有助緊緻並柔嫩肌膚

60201752 1液體盎司 / 30毫升 | 40 PV \$44.00 會員價

青春保濕乳

青春保濕乳結合功效強大的精油、多肽和植物成 分,有助減緩老化現象,並為肌膚提供保濕和柔 順之效。

- 所含成分能滋養肌膚,幫助減少皺紋
- 橄欖果實萃取成分旨在為肌膚帶來滋潤功效
- 多肽有助於緊緻和平滑肌膚,改善膚色和質

地,並幫助減少細紋和皺紋的出現

1.7液體盎司 / 50毫升 | 30 PV \$45.33 零售價 \$34.00 會員價

青春無齡保濕霜

dōTERRA青春無齡保濕霜含有豐富的潤膚成分 與益生菌,為肌膚帶來密集的保濕與滋潤功效, 幫助減少皺紋和細紋的出現。益生菌能強化肌膚 的天然屏障,幫助改善肌膚的健康與光澤,讓肌 膚看起來更年輕。

- 乳酸菌溶胞萃取物幫助強化肌膚天然的屏 障,並促進及肌膚整體健康和年輕膚況
- 掌狀海帶萃取物源自富含氨基酸與多勝肽的藻 類,結合艾草萃取物以舒緩鎮靜肌膚

60201774 1.7盎司/48克 | 30 PV \$45.33 零售價 \$34.00 會員價

抗皺緊緻眼霜

dōTERRA®抗皺緊緻眼霜結合臨床證實成分及 CPTG®專業純正檢測認證的乳香、伊蘭伊蘭與藍 艾菊精油,旨在改善眼周細緻肌膚的老化現象, 長期使用能逐漸撫平細紋與皺紋。此款創新配方 亦可滋潤肌膚、淡化黑眼圈、調節並提升肌膚緊 緻度。

- 白芒花籽油具深層滋潤功效
- 以普魯蘭多醣紅藻萃取物製成的生物聚合物 能快速展現顯著且持續的緊緻拉提功效
- 補骨脂酚能幫助調節與緊緻肌膚,改善細紋 與皺紋的出現

60201776 0.5液體盎司/15毫升 | 40 PV \$56.00 零售價 \$42.00 會員價

光采重現雙劑型面膜組

光采保養系列兩步驟過程予您的肌膚SPA般的呵 護,為肌膚重拾光彩與美麗。

- 注入dōTERRA萊姆和野橘等柑橘類精油,具 淨化肌膚之功效
- 微型柔珠和植物酵素可以去除角質維持新生
- 營養豐富的配方,使肌膚散發亮澤光彩

37340001

2支1.7盎司瓶/50毫升 | 60 PV \$80.00 零售價 \$60.00 會員價

1 購買自選精油肌膚保養套裝...



該套裝包含潔柔洗面乳、活力磨砂膏、細緻爽膚 水、緊膚精華露。

60203183 85 PV \$120.00 零售價 \$90.00 會員價

..每個套裝可以超值優惠價加購兩件產品。



青春保濕乳 20 PV \$25.00

亮白凝膠 20 PV \$25.00



青春無齢保溼霜

抗皺緊緻眼霜 \$25.00

HD Clear®清肌系列

HD Clear清肌系列是一系列天然且高效的產品,其核心是解決各式肌膚問題。這個三部曲的保養系統發揮協同作用,幫助您清 潔髒污、促進滑順且潔淨的膚色並減少肌膚瑕疵。每個配方皆包含CPTG®專業純正檢測認證精油以及經證實可改善膚況的特 殊植物萃取物。

HD Clear®

清肌調理複方精油

集結以具有肌膚健康效益著稱的精 油,有助促進潔淨透亮的膚色。

- 結合獨特的黑孜然籽油及CPTG® 專業純正檢測認證芳樟木、茶 樹、山雞椒、尤加利與天竺葵精
- 促進潔淨透亮的膚色
- 有助減少肌膚瑕疵的出現

49400001 10毫升滾珠瓶 | 21 PV \$28.00 零售價 \$21.00 會員價

HD Clear®清肌乳液

dōTERRA HD清肌乳液是一款輕 盈、不油膩的保濕乳液,並有助促 進完美無蝦的肌膚、肌膚保濕度並 改善膚況。

- 包含獨特的黑孜然籽油以及 CPTG®專業純正檢測認證芳樟 木、茶樹、山雞椒、尤加利與天 竺葵精油
- 促進透亮的膚色
- 有助促進滑順的肌膚

49410001 1.7液體盎司/50毫升 | 28 PV \$42.67 零售價 \$32 00 會員價

HD Clear®清肌潔顏慕

dōTERRA®HD清肌潔顏慕絲為各年 齡層的肌膚問題尋覓完美解決方

- 徹底清潔並兼具保濕效果 • 含CPTG®專業純正檢測認證精 油和植物萃取物,予您極致潔淨
- 與柔順的肌膚 49420001 1.7液體盎司/50毫升 | 18 PV \$26.67 零售價 \$20.00 會員價

HD Clear®臉部保養系 列套裝

潔顏慕絲、清肌調理複方精油與清

42700001 45 PV \$68.00 零售價 \$51.00 會員價



西洋蓍草石榴籽系列三件套

西洋蓍草精油與冷壓石榴籽油是西洋蓍草|石榴籽系列三件套的基石:以三層強大的植物性呵護方法把關您的整體健康。此系列 產品經科學研發,為您帶來革命性由內至外的美麗。



Yarrow Pom

西洋蓍草石榴籽精油

• 內服使用可提供強效的抗氧化功用*

• 內服使用可支持健康的新陳代謝功能*

60207652 30毫升瓶裝附滴管 | 98 PV \$130.67 零售價 \$98.00 會員價

YarrowlPom

西洋蓍草石榴籽身體煥膚精華

- 促進年輕、健康的膚況 • 提亮膚色,讓肌膚煥發亮彩
- 為肌膚天然的屏障提供支持力,促進緊緻光滑的
- 60209352 3.4液體盎司/100毫升 | 60 PV \$86.67 零售價

Yarrow Pom

西洋蓍草|石榴籽膠囊
• 舒緩和保護身體組織*
• 提亮膚色,讓肌膚煥發亮彩*

60209413 60顆膠囊 | 43 PV

採用不含有害物質SLS的植物膠囊

西洋蓍草日石榴籽系列三件套

西洋蓍草|石榴籽膠囊、西洋蓍草|石榴籽身體煥膚精 華、西洋蓍草|石榴籽精油30毫升

CPTG Certified Pure Tested Grade®

60210469 150 PV \$233.33 零售價 \$175.00 會員價

dōTERRA®Veráge®肌膚保養系列

Veráge是一系列獨家的天然肌膚保養產品,旨在滋養肌膚並減少外在的老化現象,同時促進滑順、緊實的肌膚。Veráge肌膚 保養系列使用先進的植物科技以促進最佳的脂質平衡度一此種平衡可見於健康年輕的肌膚



Veráge®潔顏凝膠

健康、滑順的肌膚從Veráge潔顏凝膠開 始。此款潔顏凝膠可有效淨化肌膚,並為 您帶來清新、健康的膚色。

- 含CPTG®專業純正檢測認證野橘、茶樹 與羅勒精油,以溫和的方式潔淨並去除
- 天然的保濕與滋養成分,同時亦可幫助 潔淨肌膚

37380001 2液體盎司/60毫升 | 20 PV \$30.00 零售價 \$22.50 會員價

Veráge®爽膚水

這瓶保濕爽膚水可

為肌膚帶來強化、清爽功效, 並提振感官活力,使心情愉悅 並散發

肌膚光采。

- 包含CPTG® 專業純正檢測認證伊蘭伊蘭、玫瑰草、絲柏與胡荽葉精油,有助 肌膚收斂及平衡
- 滋養的植物萃取成分可為肌膚帶來保濕
- 便捷的噴霧使用方式

37390001 1.7液體盎司/50毫升 | 16 PV \$26.67 零售價 \$20.00 會員價

Veráge®花漾年華保濕精華

體驗Veráge花漾保濕精華的抗衰老效果。這個強 效配方結合CPTG®專業純正檢測認證精油以及植 物萃取物,使肌膚更滑順、更顯年輕。

- 使用最受歡迎的 CPTG® 專業純正檢測認證精
- 油的花漾年華配方,予您光彩奪人的肌膚
 提供最佳的油脂平衡,使肌膚更顯年輕

37400001 0.5液體盎司/15毫升 | 50 PV \$77.33 零售價 \$58.00 會員價

Veráge®保濕乳

Veráge保濕乳結合CPTG®專業純正檢測認證精 油與植物萃取物,可享深層保濕並滋養肌膚。這 款清爽、不油膩的保濕乳可快速吸收並進行深度 保濕,幫助減少細紋及皺紋產生,帶給您光滑、 均勻的膚色。

- 注入CPTG[®]專業純正檢測認證精油,包含杜松 漿果、茉莉與天竺葵精油一皆以肌膚復甦功效
- 使用天然的保濕成分,有助減少細紋及皺紋

37410001 1液體盎司/30毫升 | 25 PV \$27.50 會員價

Veráge®肌膚保養系列套裝

潔顏凝膠、爽膚水、花漾年華保濕精華與保濕乳

42690001 \$119.33 零售價

\$89.50 會員價

dōTERRA®Spa系列

dōTERRA SPA系列為含有CPTG®專業純正檢測認證精油的產品,予您芬芳且備受呵護的居家Spa體驗。每一款產品皆以天然 成分精心調製,為您帶來全天候的柔軟、滑順與清新膚況。



精油保濕沐浴露

dōTERRA SPA精油保濕沐浴露為一款天然、 精油配方的沐浴用品,能帶來潔淨以及芬芳的 SPA體驗。

- 佛手柑精油有助淨化與舒緩肌膚,散發提振
- 但鎮靜的香氛 葡萄柚精油可以有效清潔肌膚,散發充滿活
- 甲基油酰牛磺酸鈉是一種無硫酸鹽的溫和表 面活性劑,來源天然並易於生物分解

37460001 8.45液體盎司/250毫升 | 10 PV \$17.00 零售價 \$12.75 會員價

滋養身體乳

利用dōTERRA SPA滋養身體乳豐潤的保濕效 果和頂級的呵護質地寵愛您的肌膚。此天然配 方以乳油木果油和可可油為基底,兩種成分皆 以深層滋潤和促進肌膚柔嫩的功效著稱。

- 野橘精油以其淨化功效著稱
- 黃杉精油對肌膚具淨化功效並散發振奮的香
- 乳香精油散發著溫暖、辛香氣息

37470001 7盎司/198克 | 15 PV \$23.33 零售價

精油保濕噴霧

感受魅麗複方精油的振奮、鼓舞氣息,同時為 肌膚注入水分。

• CPTG®專業純正檢測認證的魅麗複方精油散 發著提振且充滿活力的香氣

葵花油、酪梨油和百香果油能幫助舒緩、柔 嫩與水潤肌膚使其維持健康光彩

• 辛酸/癸酸三酸甘油酯(椰子油衍生物) 能調節 並維持肌膚天然的屏障

4.2液體盎司/125毫升 | 22 PV \$33.33 零售價 \$25.00 會員價

精油深層淨膚面膜

dōTERRA SPA 系列精油深層淨膚面膜為一款 天然的黏土面膜,具有淨化與排毒的功效,同 時有助縮小毛孔、消除細紋與皺紋。

- 包含沒藥、杜松漿果和葡萄柚精油-以清潔 和舒緩效用著稱
- 乳油木果油能為肌膚帶來保濕與平衡功效 • 孔雀石萃取物富含銅類並具排毒效用

37490001 4盎司/113.4克 | 12 PV \$14.50 會員價

精油身體磨砂膏

dōTERRA SPA系列精油身體磨砂膏為一款天 然、滋養的身體磨砂用品,藉由蔗糖進行溫和 地去除角質,為肌膚帶來健康、自然的光澤。

- 野橘和葡萄柚精油能為肌膚帶來加強清潔之
- 生薑精油散發著大地與舒緩氣息 • 天然蔗糖能溫和去除老舊角質

37480001 8盎司/226克 | 15 PV \$26.00 零售價 \$19.50 會員價

柑橘清新護手乳

質地輕盈絲滑的乳液中包含具有保濕效用的種 籽油以及滋養的植物萃取物。此款清爽、易吸 收的配方為您的帶來健康、滋潤的雙手肌膚。

- 葵花籽油和夏威夷果油以其濃郁滋潤的特質 與維持肌膚水分的功效著稱 • 輕便包裝一旅行、居家或工作的理想之選

37500001 2.5液體盎司/75毫升 | 5 PV \$6.95 會員價

舒活護手潤膚乳

利用 SPA 系列舒活護手潤膚乳呵護您的肌膚-清 爽不油膩的配方含有荷荷巴油、夏威夷果油、古 布阿蘇果油等以及其他滋養植物萃取物。

- 能與您喜愛的精油輕鬆調和並享受獨特的香氛
- 葵花籽油和夏威夷果油以其濃郁滋潤的特質與
- 維持肌膚水分的功效著稱

 •無油配方能快速吸收,讓肌膚展現健康、柔嫩 和滑順的質地

6.7液體盎司/200毫升 | 13 PV \$20.67 零售價 \$15.50 會員價

舒活護手潤膚乳3支裝

60200498 3支6.7液體盎司/200毫升 | 30 PV \$38.00 會員價

精油潤唇膏

dōTERRA SPA精油潤唇膏為一款天然配方,內含 植物油、草本成分和精油,具有水嫩及舒緩唇部 之效,同時帶來精油獨特的香氣與風味。

- 每款潤唇膏皆含有精選的精油配方,為您提供 獨特的感官體驗
- 辣木油為潤膚油脂,能幫助改善唇部光澤與質
- 酪梨油能提供水分、必需脂肪酸和柔嫩功效。 有助雙唇維持健康色澤

草本風味

60207651 60207653 0.16盎司/4.5克 | 5 PV 0.16盎司/4.5克 | 5 PV \$8.67 零售價 \$6.50 會員價 \$8.67 零售價 \$6.50 會員價

潤唇膏3支裝 熱帶風味

\$20.00 零售價 \$8.67 零售價 \$15.00 會員價

dōTERRA Balance® 安定平衡沐 浴皂

安定平衡沐浴皂注入dōTERRA Balance®安定情 緒複方精油溫暖的木質香氣,予人一種安定祥和 的感覺。該沐浴皂集黑雲杉、芳樟木、乳香、藍 艾菊和德國洋甘菊等多款CPTG®專業純正檢測認 證精油於一身,提供與眾不同的潔淨體驗。非洲 黑皂和葵花油成分還可以讓肌膚保持柔軟水潤。

60220702

3件裝 | 10 PV

\$14.50 會員價

60218218 4盎司/113克 | 5 PV \$6.75 會員價

60207649 0.16盎司/4.5克 | 5 PV 37570001

原味

dōTERRA SPA保濕沐浴皂為一款獨一無二的沐浴 香皂,予人獨特觸感、泡沫、香氣和潔淨兼具的

- 佛手柑精油有助淨化與舒緩肌膚
- 葡萄柚精油可以有效清潔肌膚,散發充滿活力
- 荷荷巴油具有深度滋潤效用

保濕沐浴皂

60218217 60220701 4盎司/113克 | 5 PV 3件裝 | 10 PV \$9.00 零售價 \$19.33 零售價 \$6.75 會員價 \$14.50 會員價

柑橘清新沐浴皂

Citrus Bliss®柑橘清新複方精油獨特的專有配方可 營造出振奮人心與清新香氣。

- 向日葵蠟珠和橙皮粉可以協助去角質,讓皮膚
- 自然軟化、光滑、嬌嫩 植物性甘油可滋潤肌膚,有助於保持肌膚水 分,同時提供更容易塗抹的柔和順滑的泡沫

60218240 4盎司/113克 | 5 PV 3件裝 | 10 PV \$19.33 零售價 \$9.00 零售價 \$14.50 會員價

dōTERRA Serenity® 神氣複方沐 浴皂

神氣複方沐浴皂中注入dōTERRA Serenity®神氣 複方精油,予您奢華、潔淨和芬芳的Spa體驗。 • 荷荷巴籽精油在美妝產業中是首屈一指的聖

- 品,擁有快速吸收和深度保濕的效用
- 植物性甘油能幫助肌膚鎖住水分,皂沫不僅柔 滑細緻還兼具保濕效果

60218219 4盎司/113克 | 5 PV 60220703 3件裝 | 10 PV \$6.75 會員價 \$14.50 會員價

dōTERRA®SPA系列-基礎套裝

舒活護手潤膚霜、精油保濕沐浴露

60200499 \$30.67 零售價 \$23.00 會員價

dōTERRA®SPA系列一頂級奢華 套裝

精油身體磨砂膏、精油深層淨膚面膜、滋養身體

60200502 32 PV \$56.00 零售價 \$42.00 會員價

dōTERRA®SPA系列一全方位套裝

保濕沐浴皂、dōTERRA神氣複方沐浴皂、柑橘 清新複方沐浴皂、dōTERRA安定平衡沐浴皂、 精油保濕沐浴露、精油身體磨砂膏、精油深層淨 膚面膜、滋養身體乳、舒活護手潤膚乳、柑橘清 新複方護手乳、精油潤唇膏(原味、熱帶風味、草 本風味)、精油保濕噴霧

60217288 \$160.00 零售價 \$120.00 會員價

dōTERRA® 菁純煥采護髮系列

每日使用菁純煥采護髮系列產品,感受光彩奪人、健康與易打理的秀髮。配方中包含精心挑選的CPTG®專業純正檢測認證精 油,不含硫酸鹽、對羥基苯甲酸酯、染料、有機矽和鄰苯二甲酸鹽。在保護每一根髮絲的同時,為秀髮帶來加強和滋養功效, 使之煥發活力並充滿生機。







菁純煥采精油洗髮乳

注入CPTG®專業純正檢測認證精油,此款洗髮 乳為秀髮帶來清新感並不含刺激性化學物質。 其配方中的藜麥蛋白能夠有效洗淨髒污,同時 為秀髮帶來強健和修護功效。

- 溫和軟化硬水、污染物以及頭髮塑形品之殘
- 留物

 不含硫酸鹽、矽靈和對羥基苯甲酸酯

 染髮髮質適用

16.9液體盎司/500毫升 | 20 PV \$35.33 零售價 \$26.50 會員價

護髮旅行三件套(空瓶)

經美國運輸安全管理局認證的100毫升瓶子是 專門為dōTERRA護髮產品而設計的,可重複使 用不浪費,且可減少送往垃圾場的塑膠產品。

60216554 三瓶 3.4 液體盎司/100毫升 | 0 PV

dōTERRA菁純強韌精油洗髮與 護髮皂 新上市

dōTERRA®菁純煥采洗髮與潤髮餅旨在清潔頭 皮並帶來強韌和滑順的秀髮。

- 遵循永續性和道德採購
- 充分利用發酵米水和 CPTG® 專業純正檢測
- 还为何用最胖不外和 CPTG 等某些正规则 認證精油的強大功效不含:硫酸鹽、對羥基苯甲酸酯、鄰苯二甲 酸鹽、有機矽、合成香料和染料鎖住水分,梳理並軟化秀髮

60223161 100克/3.5盎司 | 12 PV

\$17.25 會員價

60223162 80克/2.8盎司 | 12 PV \$23.00 零售價 \$17.2會員價

菁純煥采精油護髮素

一款質感輕盈、具有護色效果的護髮素,有助 於秀髮滑順不打結,同時保持柔軟、蓬鬆以及 天然的光澤。配方中注入CPTG®專業純正檢測 認證的清新精油。

- 為秀學帶來堅韌與滑順功效,使之保持柔軟、有光澤且不毛躁
 純粹配方,維護亮麗髮色
 不含硫酸鹽、有機矽、鄰苯二甲酸鹽和對羥
- 基苯甲酸酯

60208441 16.9液體盎司/500毫升 | 20 PV \$35.33 零售價 \$26.50 會員價

菁純煥采免洗精油護髮素

以便捷使用的噴霧設計包裝,配方中包含 CPTG®專業純正檢測認證精油,為您的秀髮 增添柑橘的誘人香味,並在頭髮塑型前提供保

- 鎖住水分,梳理並軟化秀髮保護頭髮免受高溫熱塑所造成的傷害不含刺激性化學物質、有機矽或苯氧乙醇

60208398 8液體盎司/237毫升 | 15 PV

\$19.00 會員價

菁純煥采精油護髮套裝

菁純煥采精油洗髮乳、菁純煥采精油護髮素、 菁純煥采免洗精油護髮素

60219271 55 PV \$96.00 零售價 \$72.00 會員價



dōTERRA®女性阿護

doTERRA推出的女性呵護系列產品是特別針對女性獨特又不斷改變的健康需求研發而成。正常的荷爾蒙水平會影響女性從青春 期到更年期的身體健康和情緒健康。



ClaryCalm[®] 溫柔呵護複方精油

溫柔呵護複方是為女性量身打造的專用精油。

- 花卉、女性專屬香氛
- 提供呵護的按摩,作為自我保養儀式的一環 為肌膚帶來清涼與舒緩功效

ATIN

49480001 10毫升滾珠瓶 | 31 PV \$41.33 零售價 \$31.00 會員價

此款便利的營養補充品助您快速補充日常飲食 中所缺乏的骨骼營養素。*

骨骼保健膠囊 🕕

- 包含維生素 C、維生素 D、鈣、鎂和其他微
- 提供骨骼營養素幫助對抗現今飲食可能會引 起的骨質疏鬆問題*

35240001 120顆膠囊 | 12 PV \$17.50 會員價

植物雌激素營養補充品 〇

dōTERRA植物雌激素營養補充品萃取自天然 植物,可幫助各年齡層的女性平衡體內荷爾

- 使用標準化的大豆萃取物和金雀異黃酮,一 種天然植物雌激素
- 含有亞麻籽木酚素濃縮萃取物,為女性進入 更年期時提供支持力*
- 支持健康的骨骼、心臟、乳房組織和其他的 身體部位*

35260001 60顆膠囊 | 36 PV \$39.50 會員價

仕女健康套裝

套裝中包含植物雌激素營養補充品、骨骼保健 膠囊、溫柔呵護複方精油

\$92.67 零售價 \$69.50 會員價



天然精油體香膏

dōTERRA特別製作安全有效的天然體香膏,幫助您保持全天候的乾淨清爽。不含鋁、對羥基苯甲酸酯、鄰苯二甲酸鹽或滑石 粉成分。無論是與孩子玩耍、追趕公車或為進行半程馬拉松訓練,都予您無比的舒適清爽



Natural Deodorant Infused with doTERRA Balance® **Essential Oil** 安定平衡精油體香膏

這款溫和、天然的體香膏結合了dōTERRA Balance®安定情緒複方精油、小蘇打以及 木薯粉,持久的清新氣息帶給您全天候的 自信感受

- 不含鋁、苯甲酸酯類、鄰苯二甲酸鹽和滑
- 石粉 木薯粉能有效吸收腋下汗水,為您帶來全天 候的清新乾爽
- 小蘇打粉有助於中和並消除異味

60207421 2.65盎司/75克 | 5 PV \$11.67 零售價



Natural Sensitive Deodorant Infused with doTERRA Douglas Fir and Greek Orange Essential Oils 黃杉與希臘野橘精油體香膏

這款溫和、天然的體香膏結合了dōTERRA CPTG®專業純正檢測認證黃杉精油和希臘野 橘精油、鎂以及木薯粉,持久的清新氣息帶給 您全天候的自信感受。

- 不含小蘇打、鋁、苯甲酸酯類、鄰苯二甲酸
- 木薯粉能有效吸收腋下汗水,為您帶來全天 候的清新乾爽
- 鎂有助中和異味

60208231 2.65 盎司/75克 | 5 PV \$11.67 零售價

() 採用不含有害物質SLS的植物膠囊

Correct-X[®]軟膏

Correct-X 軟膏由CPTG®專業純正檢測認證的乳香、永久花、茶樹、雪松和薰衣草精油組成。此款天然的軟膏能有助舒緩您的 肌膚,同時幫助皮膚恢復到健康狀態。不含石化成分、防腐劑的軟膏吸收迅速並且溫和,不會引起過敏,是具有敏感性肌膚者 的理想之撰。



Correct-X[®]軟膏

天然並可供外用的Correct-X 軟膏注入CPTG®專業純正檢測認證精油,可為肌膚提供 舒緩功效。

- 舒緩同時帶來保濕功效迅速吸收,溫和且不刺激,為敏感肌膚者之良伴在肌膚恢復的過程中,保持肌膚潔淨

60110001 0.5液體盎司/15毫升 | 10 PV \$16.00 零售價 \$12.00 會員價

doTERRA 嬰兒系列

doTERRA®嬰兒系列產品以一種安全、有效以及天然的方式呵護寶寶身體的每一寸。我們的產品皆通過臨床測試,為寶寶們量 身打造。



dōTERRA 嬰兒系列尿布疹乳霜

安全有效方便塗抹的dōTERRA嬰兒系列尿布疹乳霜適 合嬰兒嬌嫩的肌膚,能幫助減輕、舒緩以及預防尿布 疹。結合CPTG®專業纯正檢測認證之薰衣草、胡蘿蔔 籽和茶樹精油,獨特的配方幫助平衡與舒緩肌膚,此 配方同時加入濃郁的乳油木果脂以達滋潤功效,讓肌 膚柔嫩滑順。

- 非納米氧化鋅能為寶寶嬌嫩的肌膚形成天然屏障並
- 天然東非乳油木果脂具獨特的脂肪酸能維護寶寶柔 嫩的肌膚
- 臨床驗證適用敏感性肌膚

60201362 2.1盎司/60克 | 5 PV \$11.33 零售價 \$8.50 會員價

dōTERRA 嬰兒系列洗髮沐浴乳

dōTERRA嬰兒系列洗髮沐浴乳採用單純、溫和的天然 成分,洗淨後能維護寶寶滋潤、水嫩的肌膚。此配方 注入香草萃取物、CPTG®專業純正檢測認證薰衣草以 及羅馬洋甘菊精油,讓您家中各階段的寶貝散發清新 的嬰兒香氣。

- 天然東非乳油木果油具獨特的脂肪酸能維護寶寶柔
- 嫩的肌膚 簡單、天然的成分在清潔的同時,不會破壞皮膚的 白然表層
- 臨床驗證不流淚配方

60201361 10液體盎司/295毫升 | 10 PV \$18.33 零售價 \$13.75 會員價

dōTERRA 嬰兒系列潤膚乳液

dōTERRA嬰兒系列潤膚乳液結合乳油木果油以及天然 的潤膚物質,能鎮靜、舒緩和滋潤寶寶嬌嫩的肌膚。

- 天然東非乳油木果脂具獨特的脂肪酸能維護寶寶柔 嫩的肌膚 ● 有助維持肌膚水潤
- 臨床驗證適用敏感性肌膚

60220058 8液體盎司/236毫升 | 10 PV \$14.50 會員價

dōTERRA 嬰兒系列套裝

嬰兒系列尿布疹乳霜、嬰兒系列洗髮沐浴乳、嬰兒系 列潤膚乳液

60206023 \$46.00 零售價

\$34 50 會員價

FALL / WINTER 2022

·以上聲稱尚未經過美國食品藥物管理局認證。本產品並無意用於診斷,治療或防止疾病。

CPTG Certified Pure Tested Grade®

dōTERRA® 芳香噴霧器

讓dōTERRA芳香噴霧器為任何空間或室內風格帶來煥然一新的風貌。



Dawn[®] Aroma Humidifier 黎明芳香加濕器

doTERRA黎明芳香加濕器旨在為任何空間營 造極致的舒適感。其智能睡眠模式可維持整 晚的理想濕度水平,幫助營造完美的睡眠環

- 水容量: 1.8升/0.48加侖建議房間大小: 最大270平方英尺/ 25平
- 方米 連續運行設置與睡眠模式
- 易於拆卸清潔 可以直接添加水和精油,而無需卸下蓋子

60213449 黎明芳香加濕器 0 PV \$72.00 零售價



Volo® Diffuser 意馨芳香噴霧器

此款芳香噴霧器採用黑瑪瑙和大理石兩種飾 面,可為任何居家或辦公環境帶來亮眼風

- 水容量:250毫升/8.5液量盎司建議房間面積:最大300平方英尺/27平 方米
 • 連續運行設置
 • 設有暖光或無光之燈光裝置

- 手工樹脂石鑲製成

60210545 Volo®黑瑪瑙 | 0 PV \$78.67 零售價 \$59.00 會員價

Volo®大理石 | 0 PV \$78.67 零售價 \$59.00 會員價



Laluz® Diffuser 迷你意馨芳香噴霧器

迷你意馨芳香噴霧器能使任何空間搖身一變 為豪華舒適的度假村。其長達8小時的運行時 間,讓您可以全天候或整晚擴香自己喜歡的

- 水容量:120毫升/4.06液量盎司建議的房間面積:最大330平方英尺/30平 方米

 • 連續運行設置

 • 暗淡、明亮溫暖、淡紫色燈光選項

60213023 迷你意馨芳香噴霧器



Pilōt® Portable Diffuser 旅行便捷芳香噴霧器

旅行便捷芳香噴霧器小巧輕便並可支援充電,可持續運行4小時或長達8小時的間歇性擴香。此款芳香噴霧器附有雙USB 2A汽車插 頭以及旅行用的便攜包。

- 水容量: 45毫升/1.5液量盎司建議房間面積: 最大200平方英尺/18平 方米 • 連續運行設置與間歇運行設置 • 體現永續製造理念,以環保材料製成

60212263 旅行便捷芳香噴霧器 0 PV \$50.00 零售價 \$37.50 會員價



Roam[®] Diffuser 隨身芳香噴霧器

由天然的彩色打磨細石製成。其內置可充電電池和充電底座, doTERRA隨身芳香噴霧器 將為您帶來前所未有的無線隨身芳香體驗

- 水容量:100毫升/3.4液盎司建議房間大小:最大270平方英尺/25平方
- 公尺 連續運行設置與間歇運行設置 無線和電池供電,有充電座 使用環保、消費後再生樹脂製成

60213424 隨身芳香噴霧器 \$69.33 零售價





複方精油速查表		用	法		M	膏敏感	度					
	毗				≭	289	æ					
	芳香調理	外用	松器	居家	直接塗抹	敏感肌膚	稀釋使用	產品編號	零售價	會員價	毫升V	毫升
側柏 Thuja plicata	A	•			N	-	-	49360001	\$29.33	\$22.00	22	5毫升
羅勒 Ocimum basilicum	A	0	0		N			30010001	\$40.00	\$30.00	30	15毫升
樺木 Betula lenta 即將上市	A	0				S		60222580	\$73.33	\$55.00	45	5毫升
佛手柑 Citrus bergamia	A	0	0			S		30790001	\$48.00	\$36.00	36	15毫升
黑胡椒 Piper nigrum	A	0	0			S		41040001	\$29.33	\$22.00	22	5毫升
黑雲杉 Picea mariana	A	0				5		60206220	\$26.67	\$20.00	20	5毫升
藍艾菊 Tanacetum annuum	A	•			N			60203383	\$113.33	\$85.00	80	5毫升
豆蔻 Elettaria cardamomum	A	•	0		N			49350001	\$37.33	\$28.00	28	5毫升
桂皮 Cinnamomum cassia	A	•	0				D	60213537	\$28.00	\$21.00	21	15毫升
雪松 Juniperus virginiana	A	0				S		49300001	\$18.00	\$13.50	13.5	15毫升
芹菜籽 Apium graveolens	A	O	0			S		60209677	\$48.00	\$36.00	36	15毫升
胡荽葉 Coriandrum sativum	A	0	0		N			41850001	\$34.67	\$26.00	26	15毫升
肉桂 Cinnamomum zeylanicum	A	0	0				D	30030001	\$38.67	\$29.00	29	5毫升
香茅 Cymbopogon winterianus	A	0				S		60209676	\$26.67	\$20.00	20	15毫升
快樂鼠尾草 Salvia sclarea	A	0	0		N			30420001	\$52.00	\$39.00	39	15毫升
丁香 Eugenia caryophyllata	A	0	0				D	30040001	\$24.00	\$18.00	18	15毫升
古巴香脂 Copaifera reticulata, officinalis, coriacea, and langsdorffii (特勢產品)	A	0	0			S		60202178	\$49.33	\$37.00	37	15毫升
呵護系列一古巴香脂 Copaifera reticulata, officinalis, coriacea, and langsdorffii	A	0			N			60219176	\$24.00	\$32.00	24	10毫升滾珠瓶
胡荽 Coriandrum sativum	A	0	0		N			30780001	\$33.33	\$25.00	25	15毫升
絲柏 Cupressus sempervirens and lusitanica	A	0			N			60206972	\$23.33	\$17.50	17.5	15毫升
黃杉 Pseudotsuga menziesii	A	0			N			31590001	\$28.67	\$21.50	21.5	5毫升
尤加利 Eucalyptus spp. 新上市	A	0				S		60218408	\$28.00	\$21.00	21	15毫升
甜茴香 Foeniculum vulgare	A	•	0			S		41290001	\$22.00	\$16.50	16.5	15毫升
乳香 Boswellia carterii, sacra, papyrifera, and frereana	A	0	0		N			30070001	\$100.00	\$75.00	70	15毫升
呵護系列一乳香 Boswellia carterii, sacra, papyrifera, and frereana	A	0			N			60200224	\$64.00	\$48.00	48	10毫升滾珠瓶
癒創木 Bulnesia sarmientoi 新上市	A	0	0		N			60217711	\$26.67	\$20.00	20	15毫升
天竺葵 Pelargonium graveolens	A	0	0				D	30090001	\$57.33	\$43.00	43	15毫升
生薑 Zingiber officinale	A	0	0			S	_	60215119	\$64.00	\$48.00	48	15毫升
葡萄柚 Citrus x paradisi	A	0	0		N			30100001	\$25.33	\$19.00	19	15毫升
青橘 Citrus nobilis	A	0	0		N			60205794	\$38.67	\$29.00	29	15毫升
永久花 Helichrysum italicum	A	0	0		N			30410001	\$106.67	\$80.00	70	5毫升
呵護系列一永久花 Helichrysum italicum	A	0	_		N			60207021	\$73.33	\$56.00	51	10毫升滾珠瓶
茉莉 Jasminum grandiflorum 新上市	A	•			N			60217357	\$200.00	\$150.00	100	2.5毫升
呵護系列一茉莉 Jasminum grandiflorum	A	0			N			60201812	\$56.00	\$42.00	42	10毫升滾珠瓶
杜松漿果 Juniperus communis	A	•	0		N			49290001	\$26.67	\$20.00	20	5毫升
薰衣草 Lawandula angustifolia 精銷產品	A	0	0		N			30110001	\$34.00	\$25.50	25.5	15毫升
呵護系列-薰衣草 Lawandula angustifolia	A	0			N			60200225	\$22.67	\$17.00	17	10毫升滾珠瓶
檸檬 Citrus limon 轉銷產品	A	0	0		N			30120001	\$17.33	\$13.00	13	15毫升
檸檬尤加利 Eucalyptus citriodora	A	•				S		60209674	\$18.67	\$14.00	14	15毫升
檸檬草 Cymbopogon flexuosus	A	0	0			S		30130001	\$16.00	\$12.00	12	15毫升
萊姆 Citrus aurantifolia	A	•	0			S		30870001	\$18.67	\$14.00	14	15毫升
馬達加斯加香草 Vanilla planifolia	A	•	0		N			60218012	\$46.67	\$35.00	35	5毫升
呵護系列一木蘭花 Michelia alba	A	•			N			60205420	\$37.33	\$28.00	28	10毫升滾珠瓶
馬鬱蘭 Origanum majorana	A	0	0		N			30140001	\$29.33	\$22.00	22	15毫升
香蜂草 Melissa officinalis	A	•	0		N			30850001	\$126.67	\$95.00	8毫升	5毫升
	1											

複方精油速查表		用法		肌膚敏感度					ı			
	芳香調理	外用	分服	居家	直接塗抹	敏感肌膚	稀釋使用	產品編號	零售價	會員價	毫升V	毫升
沒藥 Commiphora myrrha	A	•	0		0			30160001	\$89.33	\$67.00	55	15毫升
呵護系列一沒藥 Commiphora myrrha	A	O			N			60221439	\$53.33	\$40.00	40	10毫升滾珠瓶
呵護系列一橙花 Citrus x aurantium	A	O			N			60201817	\$69.33	\$52.00	52	10毫升滾珠瓶
牛至 Origanum vulgare 構銷產品	A	•	0				D	30180001	\$33.33	\$25.00	25	15毫升
呵護系列一牛至 Origanum vulgare	A	O			0			60200227	\$22.00	\$16.50	16.5	10毫升滾珠瓶
廣藿香 Pogostemon cablin	A	•	0		0			30890001	\$40.00	\$30.00	30	15毫升
薄荷 Mentha piperita	A	O	0			S		30190001	\$32.00	\$24.00	24	15毫升
呵護系列一薄荷 Mentha piperita	A	O			N			60200228	\$21.33	\$16.00	16	10毫升滾珠瓶
苦橙葉 Citrus aurantium	A	O	0			S		49520001	\$33.33	\$25.00	25	15毫升
粉紅胡椒 Schinus molle	A	•	0		1			60207016	\$29.33	\$22.00	22	5毫升
羅馬洋甘菊 Anthemis nobilis	A	•	0		N			30800001	\$64.00	\$48.00	48	5毫升
玫瑰 Rosa damascena	A	0				S		31000001	\$366.67	\$275.00	200	5毫升
呵護系列一玫瑰 Rosa damascena	A	T			N			60201813	\$93.33	\$70.00	65	10毫升滾珠瓶
迷迭香 Rosmarinus officinalis	A	•	0		N			30200001	\$24.00	\$18.00	18	15毫升
檀香木 Santalum album	A	0	0		0			30210001	\$106.67	\$80.00	60	5毫升
夏威夷檀香 Santalum paniculatum	A	T	0		N			41860001	\$93.33	\$70.00	60	5毫升
西伯利亞冷杉 Abies sibirica	A	•	0		N			60203125	\$26.67	\$20.00	20	15毫升
西班牙鼠尾草 Salvia lavandulifolia 即將上市	A	O	0			S		60222270	\$38.67	\$29.00	29	15毫升
綠薄荷 Mentha spicata	A	O	0			S		31610001	\$40.00	\$30.00	30	15毫升
穗甘松 Nardostachys jatamansi	A	•			N			49510001	\$69.33	\$52.00	50	5毫升毫升
甜橘 Citrus reticulata	A	O	0		0			49440001	\$20.00	\$15.00	15	15毫升
茶樹 Melaleuca alternifolia	A	•			N			60208340	\$30.67	\$23.00	23	15毫升
呵護系列一茶樹 Melaleuca alternifolia	A	O			N			60208343	\$19.33	\$14.50	14.5	10毫升滾珠瓶
百里香 Thymus vulgaris	A	O	0				D	30220001	\$42.00	\$31.50	31.5	15毫升
聖羅勒 Ociumum sanctum	A	•				S		60213450	\$34.67	\$26.00	26	5毫升
薑黃 Curcuma longa	A	O	0		N			60206973	\$40.00	\$30.00	30	15毫升
岩蘭草 Vetweria zizanioides	A	O	0		0			30430001	\$78.67	\$59.00	54	15毫升
呵護系列一岩蘭草 Vetweria zizanioides	A	•			N			60221438	\$49.33	\$37.00	37	10毫升滾珠瓶
野橘 Citrus sinensis	A	0	0		0			30170001	\$14.67	\$11.00	11	15毫升
冬青 Gaultheria fragrantissima	A	O				S		31620001	\$33.33	\$25.00	25	15毫升
西洋蓍草 石榴籽 Active Botanical Nutritive Duo		O	0		N			60207652	\$130.67	98.00	98	30毫升
伊蘭伊蘭 Cananga odorata	A	•	0		N			30240001	\$53.33	\$40.00	40	15毫升

複方精油速查表		Я I	法		肌	肌膚敏感度			ı	I	ı	I
	芳香調理	外用	内服	田参	直接塗抹	敏感肌膚	稀釋使用	產品編號	零售價	會員價	PV	毫升
abōde [™] 居家複方	A			(1)		S		60217576	\$32.67	\$24.50	24.5	15毫升
Adaptiv® 樂釋複方	A	0			N			60209364	\$53.33	\$40.00	40	15毫升
Adaptiv® Touch 呵護系列-樂釋複方	A	0			N			60209357	\$29.33	\$22.00	22	10毫升滾珠瓶
Air-X® 賦活呼吸複方	A	0	0			S		60215527	\$41.33	\$31.00	31	15毫升
dōTERRA Align 心靈恆定複方	A	0			N			60203246	\$25.33	\$19.00	19	5毫升
dōTERRA Anchor 心靈專注複方	A	O			N			60203245	\$26.67	\$20.00	20	5毫升
dōTERRA Arise 心靈啟蒙複方	A	0			N			60203247	\$26.67	\$20.00	20	5毫升
AromaTouch® 芳香調理複方		0			N			31200001	\$40.00	\$30.00	30	15毫升
dōTERRA Balance® 安定情緒複方	A	•			N			31010001	\$28.00	\$21.00	21	15毫升
Brave® 勇氣寶貝複方	A	0			N			60206618	\$29.33	\$22.00	22	10毫升
dōTERRA Breathe® 順暢呼吸複方	A	0				S		60200190	\$33.33	\$25.00	25	15毫升
dōTERRA Breathe® Touch 呵護系列一順暢呼吸複方	A	0			N			60200192	\$21.33	\$16.00	16	10毫升滾珠瓶
Calmer® 平靜寶貝複方	A	0			N			60206632	\$26.67	\$20.00	20	10毫升
dōTERRA Cheer® 歡欣複方	A	0				S		31720001	\$33.33	\$25.00	25	5毫升
dōTERRA Cheer® Touch 阿護系列一歡欣複方	A	0			N			60218864	\$24.00	\$18.00	18	10毫升滾珠瓶
Citrus Bliss® 柑橘清新複方	A	0			N			60219370	\$26.00	\$19.50	19.5	15毫升
Citrus Bloom® 柑橘綻放複方	A	0			N			60208812	\$32.67	\$24.50	24.5	15毫升
ClaryCalm® 溫柔呵護複方	A	O			N			49480001	\$41.33	\$31.00	31	10毫升滾珠瓶
dōTERRA Console® 撫慰複方	A	0			N			31730001	\$52.00	\$39.00	39	5毫升
dōTERRA Console® Touch 呵護系列-撫慰複方	A	0			N			60200147	\$33.33	\$25.00	25	10毫升滾珠瓶
DDR Prime® 完美修護複方		0	0			S		60207092	\$46.67	\$35.00	35	15毫升
Deep Blue® 舒緩複方		0				S		60200143	\$46.67	\$35.00	35	5毫升
DigestZen® 樂活複方	A	O	0		N			60214361	\$45.33	\$34.00	34	15毫升
DigestZen® Touch 呵護系列一樂活複方	A	0			N			60214815	\$29.33	\$22.00	22	10毫升滾珠瓶
dōTERRA Forgive® 寬容複方	A	O				S		31750001	\$29.33	\$22.00	22	5毫升
dōTERRA Forgive® Touch 阿護系列一寬容複方	A	0			N			60200148	\$20.00	\$15.00	15	10毫升滾珠瓶
HD Clear® 清肌調理複方		0			N			49400001	\$28.00	\$21.00	21	10毫升滾珠瓶
Immortelle 花漾年華複方	A	0			N			60202652	\$100.00	\$75.00	70	10毫升滾珠瓶
Intune® 全神貫注複方	A	0			N			60220468	\$48.67	\$36.50	36.5	10毫升滾珠瓶
MetaPWR [™] 新瑞活力複方	A	0	0		S			60217575	\$34.67	\$26.00	26	15毫升
dōTERRA Motivate® 鼓舞複方	A	0				S		31740001	\$30.67	\$23.00	23	5毫升
dōTERRA Motivate® Touch 阿護系列一鼓舞複方	A	0			N			60200149	\$22.67	\$17.00	17	10毫升滾珠瓶
Northern Escape® 北國秘域複方	A	O			N			60215058	\$37.33	\$28.00	28	15毫升
dōTERRA On Guard® 保衛複方	A	0	0			S		31100001	\$48.00	\$36.00	36	15毫升
dōTERRA On Guard® Touch 阿護系列一保衛複方	A	0			N			60200142	\$30.67	\$23.00	23	10毫升滾珠瓶
dōTERRA Passion® 熱情複方	A	0				S		31760001	\$56.00	\$42.00	42	5毫升
dōTERRA Passion® Touch 呵護系列一熱情複方	A	0			N			60200150	\$37.33	\$28.00	28	10毫升滾珠瓶
PastTense® 舒壓複方	A	0			N			60215812	\$40.00	\$30.00	30	15毫升

複方精油速查表	用法		M	肌膚敏感度					1	ı		
	芳香調理	外用	內服	居家	直接塗抹	敏感肌膚	希釋使用	產品編號	零售價	會員價	PV	毫升
dōTERRA Peace® 靜謐複方	A	•			N			31710001	\$42.67	\$32.00	32	5毫升
dōTERRA Peace® Touch 呵護系列一靜謐複方	A	•			N			60200151	\$28.00	\$21.00	21	10毫升滾珠瓶
Purify 淨化清新複方	A	•			N			31060001	\$29.33	\$22.00	22	15毫升
Rescuer [™] 復援寶貝複方	A	1			N			60206635	\$22.00	\$16.50	16.5	10毫升滾珠瓶
dōTERRA Serenity® 神氣複方	A	•			N			60217983	\$48.00	\$36.00	36	15毫升
Steady® 安穩寶貝複方	A	1			N			60206617	\$22.00	\$16.50	16.5	10毫升滾珠瓶
Stronger® 強韌寶貝複方	A	•			N			60206654	\$21.33	\$16.00	16	10毫升滾珠瓶
dōTERRA SuperMint™ 清醇薄荷複方 □ □	A	1	0			S		60221859	\$42.67	\$32.00	32	15毫升
dōTERRA SuperMint™ Touch 阿護系列一清醇薄荷複方 □ 即將上市	A	O			N			60221940	\$26.67	\$20.00	20	10毫升滾珠瓶
Tamer® 悠活寶貝複方	A	1			N			60209356	\$22.00	\$16.50	16.5	10毫升滾珠瓶
TerraShield® 天然防護複方	A	1			N			60214386	\$17.33	\$13.00	13	15毫升
TerraShield® 天然防護複方噴瓶	A	•			N			60214387	\$26.67	\$20.00	18	30毫升
Thinker® 智慧寶貝複方	A	•			N			60206633	\$23.33	\$17.50	17.5	10毫升滾珠瓶
Whisper® Touch 阿護系列一仕女複方	A	•			N			60214274	\$37.33	\$28.00	28	10毫升滾珠瓶
Zendocrine® 元氣複方	A	0	0		N			31460001	\$34.67	\$26.00	26	15毫升



至純的地球瑰寶,加上至善的人間真情,我們手握無限可能。

dōTERRA°

追求純粹

Printer will place FCS Logo in this area.



©2022 dōTERRA Holdings, LLC, 389 South 1300 West, Pleasant Grove, UT 84062 USA • doterra.com

All words with trademark or registered trademark symbols are trademarks or registered trademarks of doTERRA Holdings, LLC