

A close-up photograph of Spanish Sage (Salvia lavandulifolia) leaves. The leaves are elongated, lanceolate, and have a distinctively textured, bumpy surface. They are arranged in dense, upright clusters. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting a garden or field setting.

Spanish Sage

西班牙鼠尾草

Salvia lavandulifolia

西班牙人的萬靈藥

傳統西班牙人將西班牙鼠尾草稱作萬靈藥，用於處理幾乎一切的疾病。西班牙人相信它可以延年益壽，預防疾病。

Spanish Sage 西班牙鼠尾草 *Salvia lavandulifolia*



植物科屬

唇形科



萃取部位

葉子
莖



萃取方式

蒸餾法



主要化學成份

樟腦
桉葉油醇



適用系統

神經系統

【擴香配搭】

山系之選：西班牙鼠尾草 2 + 檸檬草 2 + 薰衣草 3

星河：西班牙鼠尾草 3 + 苦橙葉 3 + 永久花 2

銘記於心：西班牙鼠尾草 3 + 絲柏 3 + 青檸 3

【用法】

考試必備：在考試或表演前，將西班牙鼠尾草塗抹在手腕或頸部，以獲得令人穩妥的香氣

腦部健康：每日早上以椰子油稀釋西班牙鼠尾草 + 迷迭香 + 野橘各 1 進行呼吸法以維持頭腦健康

清爽洗頭水：將西班牙鼠尾草 1 + 薰衣草 1 加入洗髮水中

