

肉桂



製作一瓶精油需要多少肉桂？



=

1.5磅*



製作一瓶5毫升的肉桂精油需要1.5磅的肉桂樹皮。*

化學與功效：



肉桂主要的
化學成分及
相關功效有：

促進消化⁺

有助於抗氧化⁺

圖表呈現的僅是在此精油中最常見的化合物。
其他成分也有可能存在。

相關研究：

371⁺

已有371則關於
肉桂之益處
的研究被發表

根據2017年12月美國國立醫學
圖書館所提供的統計數字

小知識

肉桂樹的樹皮通常是在雨季
一結束後立刻採收，並且
放在太陽下曬乾。
採集者每年只剝取肉桂樹一半
的樹皮，並且每次都輪流採集
不同半邊的樹皮，以維護
樹木的健康。

搭配這些精油效果更佳！



快樂鼠尾草



野橘



丁香



沒藥



道格拉斯冷杉