

# 檸檬草



產地：



製作一瓶精油需要多少檸檬草？



製作一瓶15毫升的檸檬草精油需要3.1磅的檸檬草。

相關研究：

400+

已有400+則關於  
檸檬草之益處的  
研究被發表

14

14次人體  
臨床試驗

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

蒸餾完的檸檬草  
會被用來作為  
蒸餾爐的燃料。

化學與功效：



檸檬草主要  
的化學成分及  
相關功效有：

減緩壓力

促進肌膚潔淨<sup>+</sup>

舒緩

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。

搭配這些精油效果更佳！



葡萄柚



茶樹



岩蘭草



西伯利亞冷杉



快樂鼠尾草