

# Lemongrass

檸檬草精油 15 mL

# dōTERRA

產品資訊頁



CPTG

用法：A T I S

植物部分：葉片

萃取方法：蒸餾法

精油香氛：柑橘、草本、煙燻

主要化學成分：檸檬醛、橙花醛

## 主要效益

- 搭配基底油進行舒緩按摩
- 長時間跑步後稀釋使用提升活力感

## 產品介紹

檸檬草為高大多年生植物，擁有淡淡的柑橘香氣，常用於亞洲料理如湯點、茶品和咖哩也見於魚、雞、鴨、鵝、牛及海鮮類食物。除了特殊的氣味外，亦可淨化及調節肌膚因此常用於肌膚保養品。檸檬草也相當適合做為按摩用油。其含有濃烈、草本的香氣能聚精會神並促進正面思考。

## 建議用法

- 辛苦工作一天後混合同份量的分餾椰子油與檸檬草精油進行按摩
- 用於前菜與主餐
- 非常適合搭配羅勒、豆蔻及綠薄荷精油
- 外出前稀釋精油後塗抹或輕拍肌膚

## 使用方式

**擴香：**在各式芳香噴霧器中倒入三至四滴精油。

**內服：**將一滴精油倒入約 118ml 的飲品中服用。

**外用：**於所需部位塗抹一至兩滴精油。以 dōTERRA 分餾椰子油稀釋降低肌膚過敏。請參閱以下使用注意事項。

## 注意事項

可能會引起肌膚過敏。放置處應遠離孩童。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。

