

# Spearmint

綠薄荷精油 15 毫升

dōTERRA®

產品信息頁



CP|TG

用法：A | T | I | S

萃取部位：枝葉

萃取方法：蒸餾法

精油香氛：香甜、薄荷味、清新

主要化學成份：香芹酮、檸檬烯、桉油醇、β-月桂烯

## 主要效益

- 增進注意力與提振情緒
- 清新口氣

## 產品介紹

綠薄荷為一種多年生植物，植株高度約 28 到 100 公分，生長於溫帶地區。因其薄荷香氣廣泛運用於口香糖、糖果與潔牙產品中以維持清香口氣。從古至今人們多使用綠薄荷促進消化。它香甜、清新的氣味具有淨化與振奮情緒的功效，因此適於提升專注力及正面能量。綠薄荷和薄荷為兩種截然不同的精油，綠薄荷效果較溫和非常適合孩童或敏感性肌膚使用。此外，綠薄荷亦常見於料理中像是沙拉、飲品和甜點，也可用於沙拉醬料及醃漬肉類。

## 建議用法

- 擴香以提振情緒
- 刷牙前滴於牙刷上增添口氣清香
- 在各式甜點、飲品、沙拉或前菜中加入一至兩滴增添風味
- 於飲用水或飲品中加入 1 – 2 滴使用

## 使用方式

**擴香：**在芳香噴霧器中倒入三至四滴精油。

**內服：**以 120ml 的水稀釋飲用。

**外用：**於患部塗抹一至兩滴精油。以 dōTERRA 美商多特瑞分餾椰子油稀釋使用，降低皮膚過敏。請參照如下注意事項。

## 注意事項

可能會造成肌膚過敏。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、內耳和敏感部位。

