

Finding New Pathways

開創 新機

精油專家告訴我們精油的特性多半取決於它們栽種的地方。

有鑑於此，dōTERRA美商多特瑞在世界各地積極找尋能產出高品質效力且有益健康的精油之優良植物，這便是我們經營團隊決定選擇瓜地馬拉做為豆蔻精油產地時的首要考量。不過有了「Cō-Impact Sourcing®互相效力合作計畫」後，尋覓適合的品種還只是故事的一部分而已……

豆蔻&瓜地馬拉

為何選擇瓜地馬拉？

瓜地馬拉尚維拉帕斯省的山區炎熱、潮濕、雨水豐潤，成就栽種豆蔻的最佳環境。肥沃如黏土般的土質也有助植物生成，使精油具備有益健康效益的完美化學組合。豆蔻與生薑同科，其根莖可長至3公尺高。內含豆蔻籽的豆莢則生長在靠近地面的分枝上。

全球大多數豆蔻的種植主要是供應香料市場，只有1%的豆蔻經蒸餾後做為精油。豆蔻市場相當不穩定且多為中間商把持，以至於農民很難賺取足夠的經費以生產高品質的豆蔻。其中尚維拉帕斯省因地處偏僻，更是受中間商削價和操控衝擊最甚的區域。如今新的希望到來，透過dōTERRA美商多特瑞「Cō-Impact Sourcing®互相效力合作計畫」，情況逐漸好轉。



攜手共創美好未來

dōTERRA美商多特瑞與「CHOICE人道組織」合作，資助了一個令人雀躍的項目，那就是在波洛奇克河谷流域建立一座新的培訓中心「Sikaab'e」。Sikaab'e在當地馬雅人的方言凱克其語中的意思為「找尋自己的道路」。培訓中心的主力在於透過教導不同的職能技巧，從建造業到服務業，改善就業機會與類型以打破貧窮循環。農業也是重點之一，學員藉此學習到永續農耕的方式以及農作物多樣化的知識。其他還包括居家園藝及建造生態燃爐以減少燃料消耗。

目前中心有19位男女學員及他們的家人，學員們接受的種種訓練都能帶來實際的助益，當他們回去與朋友和鄰居分享知識時，也為社區帶來希望。

我們的做法

協助豆蔻栽種者改善生產技術並教導他們最佳的收成時機以生產優質精油，是首要的考量。如同我們在海地進行的方式一樣，集結許多家庭而成的合作社供應dōTERRA美商多特瑞生產豆蔻精油所需的豆蔻莢。這些合作社隨著口耳相傳規模逐漸擴大，dōTERRA美商多特瑞在此區與他們的合作關係也贏得更多的信任。

此舉不僅能增加果實收成，還可補充土壤裡的氮氣濃度。藉由使用有機肥料且清除植物生長處的枯枝雜葉以維持清潔，最好的豆莢由此孕育而生。

我們教導栽種者最適合生長的條件以及最恰當的採收時間。豆蔻需大量的遮蔭，而不夠成熟的豆莢無法製造出高品質的精油。因此，栽種者也學會在豆蔻的周邊種植印加豆樹和多香果樹做為蔽蔭。

「Cō-Impact Sourcing®互相效力合作計畫」為這些謙遜勤勉的人們帶來希望，對於此一計畫的未來我感到相當期待。永續的工作機會持續開創，教育及醫療照護整裝待發，而新的生活品質的願景也得以傳遞分享。我們決心要提升豆蔻農民以及其他人們的社區。

— 艾蜜莉·萊特 行銷業務副總裁



▲新落成Sikaab'e培訓中心

豆莢一旦收成，需要兩三天的時間充分曬乾，否則會孳生黴菌，這也是傳統中間商從農夫身上圖利的地方。烘乾豆莢需要大型的乾燥設備，好讓豆蔻能耐受運送到香料市場銷售或蒸餾成精油。dōTERRA美商多特瑞藉由支付農人額外的利潤，資助他們購置乾燥設備及倉儲，讓收成者能自行處理豆莢，而無需受制於盤商不合理的價格。

互相效力合作計畫

1. 為當地居民提供永續的工作機會。
2. 做為可靠的買主、提供合理價格並建立長期的採購合作關係。
3. 提供栽種者與收成者更優渥的價格。
4. 教導農民更精良的種植技術。
5. 以捐款的方式提供額外的利潤，為農民所在地建造學校、醫院和豆莢乾燥設備，讓他們的豆莢能賣更好的價錢。

Cō-Impact Sourcing®



豆蔻蒸餾步驟

1. 分類豆莢，以生產具有調理級效益的精油（豆莢類別有40種）。
2. 壓碎豆莢，使其釋放揮發性化合物。
3. 6小時低溫蒸餾被壓碎的豆莢。

豆蔻精油含有超過200種以上不同揮發性物質的分子。這些揮發性化合物從植物原料中釋出並於蒸餾過程中透過蒸氣夾帶。輕的分子會先出現，重的分子則需較長時間。接著從分離器中採集這些芳香化合物。



豆莢經曬乾後便運往蒸餾廠，針對芳香調理產業，dōTERRA美商多特瑞與豆蔻蒸餾人員有專門的採購協定。他們都是非常傑出的工作夥伴，對於「Cō-Impact Sourcing®互相效力合作計畫」的方式與精神相當認同。

dōTERRA美商多特瑞以捐款的方式提供額外利潤來改善農民的社區。我們的蒸餾合作夥伴在此點上與dōTERRA美商多特瑞的精神一致，希望能回饋瓜地馬拉的人民。我們承諾將致力提供這些以辛勤工作的收成為我們帶來極大助益的豆蔻農民們永續的收入及更好的生活。

關於豆蔻

- 每個豆莢內有10-20顆豆蔻籽，是精油的主要來源。
- 採收後的豆蔻成捆裝在袋中，以100磅為單位出售，稱為「quintales」。
- 豆蔻籽40天開始發芽，60天後可做為移植栽種的種子。移植時原本的豆蔻樹約30公分高（約是發芽後的4個月），兩年後開始結出豆莢，如照顧得宜，豆蔻樹的壽命可達11年。
- 全國約有30萬戶家庭仰賴豆蔻的收成。



Healing Hands 療癒之手基金會

「療癒之手基金會」是瓜地馬拉人道工作中不可或缺的一環。2015年2月，兩團dōTERRA美商多特瑞管理階層與健康倡導者組成的服務隊前往尚維拉帕斯省以協助當地多項服務計畫。志工們捲起衣袖彩繪Skiaab'e 培訓中心的牆面、修築山邊的梯田及設置化糞池，他們也與「女孩日」(Days for Girls) 非營利組織攜手進行教育婦女們個人衛生等保健課題。這項活動格外具有意義，因為在世界的這個角落，女性從未習得關於自己身體的知識，也沒有機會接觸女性衛生用品。當地所有已屆發育年齡的女孩在此都獲得可重複利用的女性衛生用品包。

一瓶dōTERRA美商多特瑞精油的旅程，也正是每一個參與這過程者的療癒之旅！

— 凱爾·科爾斯霍寶姆 鑽石總裁

為了要讓新建設的醫院能夠自立，「療癒之手基金會」募資贊助一位新醫師進駐一年的薪資。他不僅為鄰近村莊提供醫療服務，更教導當地居民個人衛生與其他基本保健常識。這些社區的人民對於前往醫院就診感到不自在，因為過去並沒有這樣的設施。儘管面對這樣的挑戰，醫生仍持續拯救生命並且為改善居民的健康敞開大門。



希爾博士於服務隊期間把握機會教導新任醫生、助產士和醫療工作人員精油知識與使用方式。他同時也傳授「arōmatouch® TECHNIQUE 芳香調理技術」好讓每個人都能實際運用所學。在居民生產豆蔻精油的同時，精油本身就能成為改善凱克其村落生活品質的有效工具。

▼彩繪Skiaab'e培訓中心的牆面

▼個人衛生 — 「女孩日」非營利組織

▼希爾博士教授芳香調理技術



豆蔻的成分 效益與活用

文 / 大衛·希爾博士



「Co-Impact Sourcing™ 互相效力合作計畫」對於豆蔻的品質與生產有著非常大的影響，因此也直接影響了豆蔻精油。由與我們合作的蒸餾人員經年累月反覆試驗所研發出的專利蒸餾過程是豆蔻精油優質與獨特的原因。種種努力造就一瓶獨具效益且與眾不同的精油，擁有高濃度的乙酸松油酯和1,8-桉葉素及少量的乙酸芳樟酯。獨一無二的化學結構讓豆蔻成為極具鎮定與舒緩作用的精油。

豆蔻以幫助消化道機能之作用著稱，此特性一般認為源於其高含量的單萜酯類。同樣擁有高含量單萜酯類的精油有薰衣草、快樂鼠尾草和羅馬洋甘菊。我們的豆蔻精油富含單萜酯類、乙酸松油酯和乙酸芳樟酯。豆蔻精油能舒緩腸道的肌肉收縮¹與偶發腹瀉。

由於高濃度的單萜酯類含量，豆蔻不只可以幫助維持消化道機能更能安定全身。若需平穩身心狀態，建議用豆蔻精油來擴香或做手部芳香調理按摩。

豆蔻精油含有高濃度的1,8-桉葉素，是極為重要的成分，又稱為1,8-桉油醇。此種單萜烯氧化物因其對呼吸系統的助益而備受推崇，它能舒緩佈滿於呼吸道上的黏膜細胞，使呼吸道保持暢通並且正常運作²⁻⁶。嗅吸豆蔻精油可緩和平日可能會遇到的

偶發呼吸問題。因此，在能幫助呼吸順暢的複方精油中會加入豆蔻精油。

塗抹豆蔻精油可使肌肉痠痛獲得緩解。神經會將痛的訊號傳遞至大腦，1,8-桉葉素能直接作用於這些神經末梢，舒緩輕微的肌肉痠痛。它能活絡感到冷的神經末梢（冷溫度中樞受體TRPM8）⁷並抑制有害的TRPA1冷感受體。此一特性相當適合舒緩肌肉的痠痛。因此，運動過後可於痠痛部位塗抹豆蔻精油加以按摩。

現磨豆蔻在料理界則享有高度評價，被譽為「香料皇后」。豆蔻必須在新鮮時磨成粉，豆蔻籽內的精油便是它獨特香氣的來源。而精油是揮發性物質，無法留存於不新鮮的豆蔻中。豆蔻是印度咖喱的香料之一，也是中東咖啡的調味料，更是北歐甜點的秘密配方。

我們對「Co-Impact Sourcing™ 互相效力合作計畫」的堅持逐漸賦予瓜地馬拉豆蔻栽種者及蒸餾人員生產卓越豆蔻精油的能力。它獨特的化學成分能撫平消化不適、鎮定身心，也可舒緩肌肉痠痛並且幫助呼吸道。從遠自瓜地馬拉山區來到你面前，這一份大地的禮物是保持健康的最佳幫手。

註：此效用陳述尚未經過美國食品藥物管理局驗證。
本產品並非預期做為診斷、治療、治癒或預防任何疾病用途。

參考文獻

1. AL-ZUHAIR H, EL-SAYEH B, AMEEN H A, AL-SHOORA H. PHARMACOLOGICAL STUDIES OF CARDAMOM OIL IN ANIMALS. PHARMACOL RES. 1996;34(1/2):79-82. DOI:10.1006/PHRS.1996.0067.
2. JUERGENS UR, DETHLEFSEN U, STEINKAMP G, GILLISSEN A., REPPES R, VETTER H. ANTI-INFLAMMATORY ACTIVITY OF 1,8-CINEOL (EUCALYPTOL) IN BRONCHIAL ASTHMA: A DOUBLE-BLIND PLACEBO-CONTROLLED TRIAL. RESPIR MED. 2003;97:250-256. DOI:10.1053/RMED.2003.1432.
3. KEHRL W, SONNEMANN U, DETHLEFSEN U. THERAPY FOR ACUTE NONPURULENT RHINOSINUSITIS WITH CINEOLE: RESULTS OF A DOUBLE-BLIND, RANDOMIZED, PLACEBO-CONTROLLED TRIAL. LARYNGOSCOPE. 2004;114(APRIL):738-742. DOI:10.1097/00005537-200404000-00027.
4. WORTH H, SCHACHER C, DETHLEFSEN U. CONCOMITANT THERAPY WITH CINEOLE (EUCALYPTOLE) REDUCES EXACERBATIONS IN COPD: A PLACEBO-CONTROLLED DOUBLE-BLIND TRIAL. RESPIR RES. 2009;10:69. DOI:10.1186/1465-9921-10-69.
5. WORTH H, DETHLEFSEN U. PATIENTS WITH ASTHMA BENEFIT FROM CONCOMITANT THERAPY WITH CINEOLE: A PLACEBO-CONTROLLED, DOUBLE-BLIND TRIAL. J ASTHMA. 2012;49(8):849-853. DOI:10.3109/02770903.2012.717657.
6. COHEN BM, DRESSLER WE. ACUTE AROMATICS INHALATION MODIFIES THE AIRWAYS. EFFECTS OF THE COMMON COLD. RESPIRATION. 1982;43(4):285-293. DOI:10.1207/S15327752JPA8502.
7. TAKAISHI M, FUJITA F, UCHIDA K, ET AL. 1,8-CINEOLE, A TRPM8 AGONIST, IS A NOVEL NATURAL ANTAGONIST OF HUMAN TRPA1. MOL PAIN. 2012;8(1):86. DOI:10.1186/1744-8069-8-86.