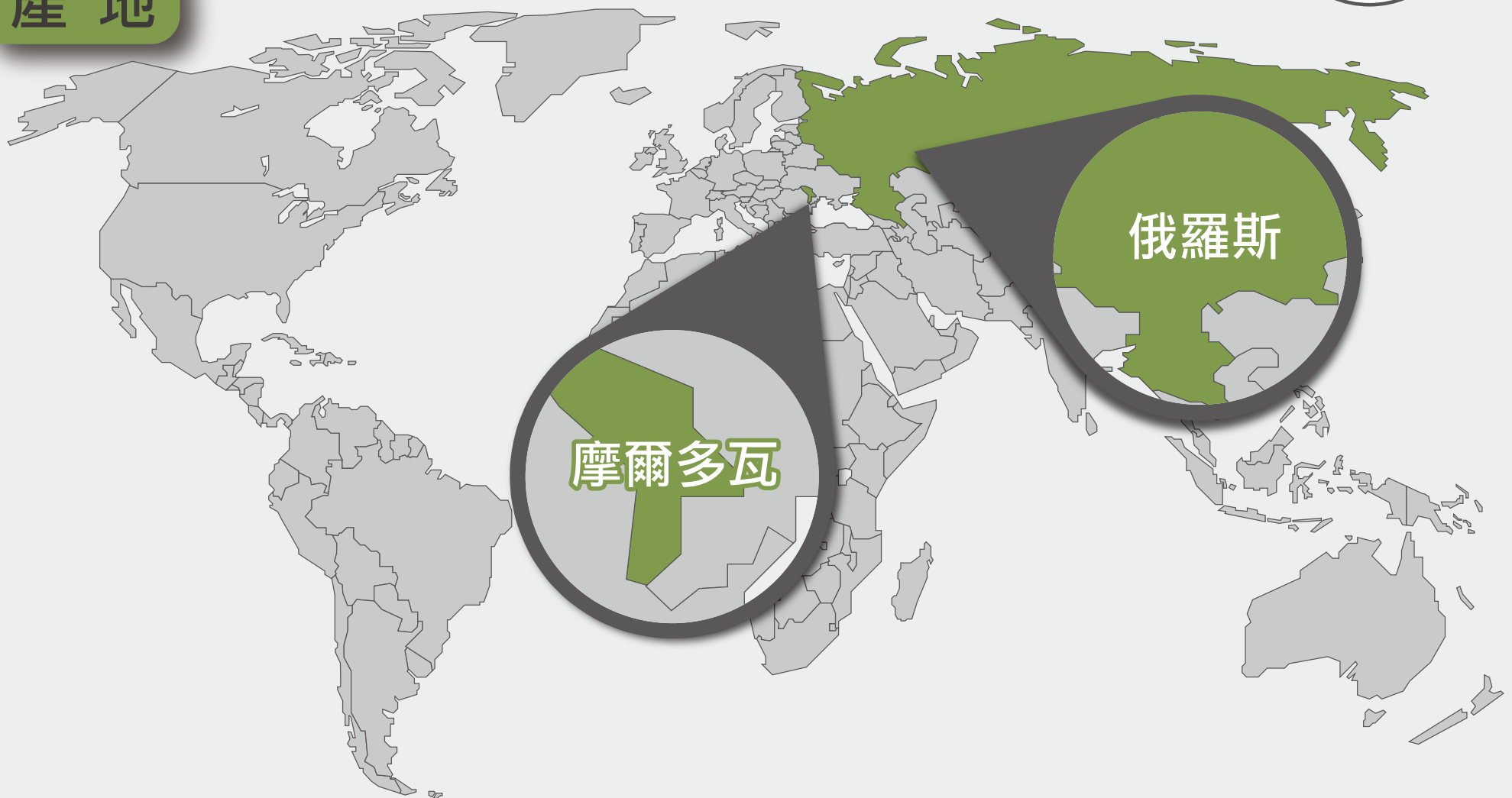


# Coriander 胡荽



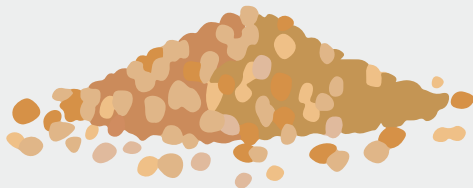
## 產地



## 製作一瓶精油需要多少胡荽？



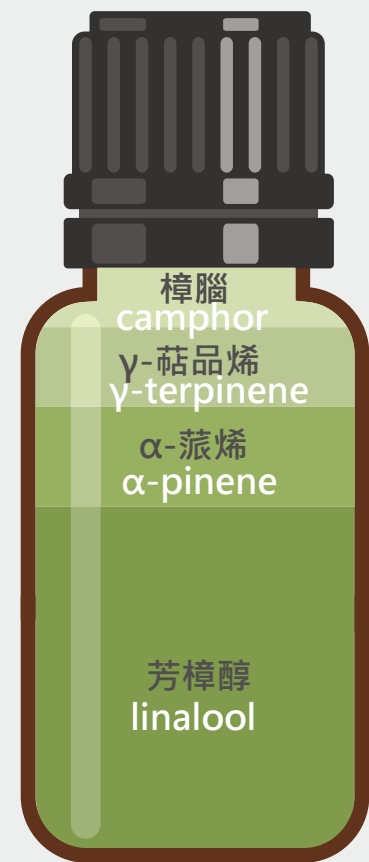
1.4公斤 (約3磅)



製作一瓶15毫升的胡荽精油需要1.4公斤(約3磅)的胡荽種子。

## 精油化學

胡荽主要的芳香化合物組成與效益有



舒緩  
潔淨  
放鬆  
舒緩

圖表呈現的僅是在此精油中最常見的芳香化合物之一，其他成分也是可能存在的。

## 相關研究

# 106

已有106篇關於胡荽的健康益處的研究被發表。

資料來源：  
美國國家醫學圖書館(PubMed)  
於2017年12月統計。

## 小知識

胡荽及胡荽葉精油是萃取自同一種植物—胡荽。葉是萃取自葉片，而胡荽是萃取自種子。

## 搭配這些精油效果更佳！

