

# Douglas Fir 道格拉斯冷杉



## 產地



### 小知識

道格拉斯冷杉當初是木材商為了商業利益而引進紐西蘭的。它們在紐西蘭生長的速度比在美國快25倍。因此它們成為了外來入侵種，覆蓋許多山丘，讓原生植物無處可以生長。

紐西蘭

## 製作一瓶精油需要多少道格拉斯冷杉？



= 136公克 (0.3磅)



製作一瓶5毫升的道格拉斯冷杉精油需要136公克(0.3磅)的道格拉斯冷杉。

## 精油化學



道格拉斯冷杉主要的芳香化合物組成及效益有

淨化

舒壓

精神一振

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

# 593

已有593篇關於β-蒎烯(道格拉斯冷杉的主要化學成分之一)的健康效益研究被發表。

統計數字出處：  
美國國立圖書館(PubMed)  
於2019年9月提供

### 小知識

道格拉斯(Douglas)冷杉的名字取自於一位蘇格蘭的植物學家David Douglas。然而，這個樹的學名—*Pseudotsuga menziesii*，是以一位David Douglas的競爭對手Archibald Menzies的名字取的。

## 搭配這些精油效果更佳！



葡萄柚



佛手柑



肉桂



絲柏



豆蔻