

# 麥盧卡

Manuka

myoilexpert



# 精油介紹

**萃取部位:** 樹葉、種子、樹皮、樹脂

**萃取方法:** 蒸氣蒸餾法

**氣味描述:** 濃郁、辛嗆、香甜與草本

**主要化學成分:** 纖維精酮、 $\epsilon$ -菖蒲烯、 $\alpha$ -蒎烯、杜松-3, 5-二烯

# 麥盧卡

## 主要功效

- 幫助減輕壓力, 促進放鬆
- 極佳的殺菌效果, 抗菌效果優於麥盧卡蜂蜜, 流感期間可用於殺菌及淨化
- 可殺滅口腔細菌, 是極佳的口腔清潔劑
- 除了淨化的效果, 亦能幫助皮膚對抗紫外線UVB的傷害, 改善皮膚的皺紋及發炎
- 舒緩壓力並促進放鬆, 帶來安定、沉澱能量。

# 麥盧卡

## 實際應用

- 靜坐時擴香使用沉澱身心, 或倒入陶土盤中於睡前深吸香氣
- 于噴霧瓶中加水倒入數滴麥盧卡精油噴灑表面, 用於淨化房間與櫥櫃。
- 流感期間括香, 或于沐浴時加入3-5滴舒緩感冒症狀
- 加2-3滴入漱口水中, 可潔淨口腔, 也可改善喉嚨痛
- 加1-2滴於基底油或軟膏中, 促進傷口癒合
- 加數滴入皮膚保養品、乳液、面膜中使用, 可以幫助肌膚對抗紫外線的傷害

# 精油科學

## 抗發炎Anti-Inflammatory

體外實驗指出麥盧卡精油具有溫和的抗發炎特性, 可以抑制發炎因子 $\alpha$ -TNF.(1)

## 抗微生物Anti-Microbial

- 體外實驗指出麥盧卡精油能對抗多種真菌及細菌(2-4), 甚至能抑制抗藥性強的菌株(5)
- 體外實驗指出麥盧卡精油能殺死單純性疱疹病毒I型及其他抗藥型病毒(6)
- 體外實驗指出麥盧卡精油可以有效殺死口腔細菌, 是一個理想的口腔清潔劑(7)

## 口腔衛生Oral Hygiene\*

人體臨床實驗 (樣本數=19)指出, 漱口水中加入一滴麥盧卡精油, 可以降低癌症病患因為放射性療法造成口腔黏膜潰瘍的疼痛.(9)

## 皮膚Skin

動物實驗指出, 老鼠外用10% 麥盧卡精油, 可以減少紫外線UV-B造成的皮膚損傷, 例如皺紋及發炎.(10)

## 外用麥盧卡精油可避免紫外線UVB引起小鼠的皮膚光老化

### TOPICAL ADMINISTRATION OF MANUKA OIL PREVENTS UV-B IRRADIATION-INDUCED CUTANEOUS PHOTO AGING IN MICE

麥盧卡原生於紐西蘭, 他的精油被毛利原住民廣泛用於治療傷口、發燒及疼痛問題。麥盧卡精油對皮膚抗老化的效益受到愈來愈多的關注, 但學術研究上對他的抗老生物活性所知甚少。環境中的陽光紫外線是皮膚損傷與老化的頭號敵人, 實驗想要瞭解麥盧卡精油是否可以對抗UVB紫外線對皮膚引起的光老化反應。此外, 外用多少劑量的麥盧卡精油可以減少UVB引起的皮膚皺紋與增厚, 也是實驗的關注點。

實驗結果發現, 外用10%麥盧卡精油可以明顯降低皺紋表面積、深度和長度, 而且與抑制膠原纖維的流失、抑制表皮增生有關, 我們也觀察到麥盧卡精油能夠抑制UVB引起的皮膚發炎反應, 這是透過抑制炎症細胞因子產生的結果。

綜觀而論, **麥盧卡精油確實能夠對抗光老化, 也能抑制紫外線造成的皮膚發炎**。麥盧卡精油不失為抗老化保養成分的新星!

