

# 没药

Myrrh

液体创可贴

myoilexpert



# 精油介绍

萃取部位: 树脂

萃取方法: 蒸气蒸馏法

气味描述: 辛热、烟熏、草本、木质、甘甜

主要化学成分: 香叶醛、橙花醛、柠檬烯

# 没药

## 主要功效

- 改善皮肤龟裂、减少细纹与皱纹
- 抗氧化, 可改善日晒后紫外线对于皮肤细胞的损伤
- 有益于牙齿保健, 保护牙龈健康
- 促进伤口愈合, 尤其是渗液的伤口
- 熏香可提神醒脑、恢复活力。
- 温暖宜人、增强脑部活力

# 没药

## 实际应用

- 牙膏中加入 1 - 2 滴强化清洁, 涂抹于牙龈可改善牙龈发炎
- 口腔溃疡时可涂抹于疼痛不适处
- 加入乳液或滋润霜等护肤用品, 帮助减少肌肤细纹与皱纹
- 加1-2滴至1/4杯水中, 再加少许龙舌兰或蜂蜜, 可帮助舒缓胃部不适。
- 喉咙痛时可以加1-2滴没药精油于温水或蜂蜜中
- 扩香以助聚精会神及提振心情

# 精油科学

## 止痛Analgesic

动物实验指出, 口服呋喃桉-1,3-二烯(没药精油的主要化学成分)50mg/kg,可以降低化学物质引发的疼痛(1)

## 保护细胞Cell Protection

体外实验中, 没药精油可能会加速人体乳癌, 肝癌, 子宫颈癌和肺癌细胞的凋亡(2)

## 抗发炎Anti-Inflammatory

体外实验中, 没药精油可以抑制发炎因子5-脂氧合酶, 进而降低发炎肿胀(3)

## 伤口愈合Wound Healing\*

人体临床实验 (样本数=120) 指出, 产后妇女坐浴浸泡于含有熏衣草, 没药, 橙花, 玫瑰, 葡萄柚, 红柑, 柑橘, 罗马洋甘菊复方的水中, 可以降低会阴切开术后的红肿疼痛(8)

## 芳香疗法对于会阴切开术妇女的护理

### CLINICAL TRIAL OF AROMATHERAPY ON POSTPARTUM MOTHER'S PERINEAL HEALING.

实验想了解芳香照护对于生产时使用会阴切开术的母亲，是否能改善伤口愈合情形。这个临床实验的芳疗照顾方式采用**温水坐浴**，或是使用**含有精油的肥皂沐浴**，选用的精油包括**薰衣草, 没药, 罗马洋甘菊, 柑橘类及橙花精油**。参与实验的妇女在生产时都执行了会阴切开手术, 她们被随机分为三组, 包含温水坐浴组，精油皂沐浴组，控制组。之后评估会阴伤口愈合情形, 使用的测量方法有REEDA 量表(判别伤口红,肿, 瘀青的情况及出院情形)，以及会阴伤口处分泌物的采集。

实验结果显示，在术后第5及第7天, 实验组的伤口明显改善, 而且阴道分泌物当中的细菌数量大幅减少, 表示芳香照顾可改善产妇会阴伤口愈合情形。

<https://myoilexpert.com/cnt/integumentary/research-articles-3>

