

穗甘松

Spikenard

myoilexpert



精油介紹

萃取部位: 根部

萃取方法: 蒸氣蒸餾法

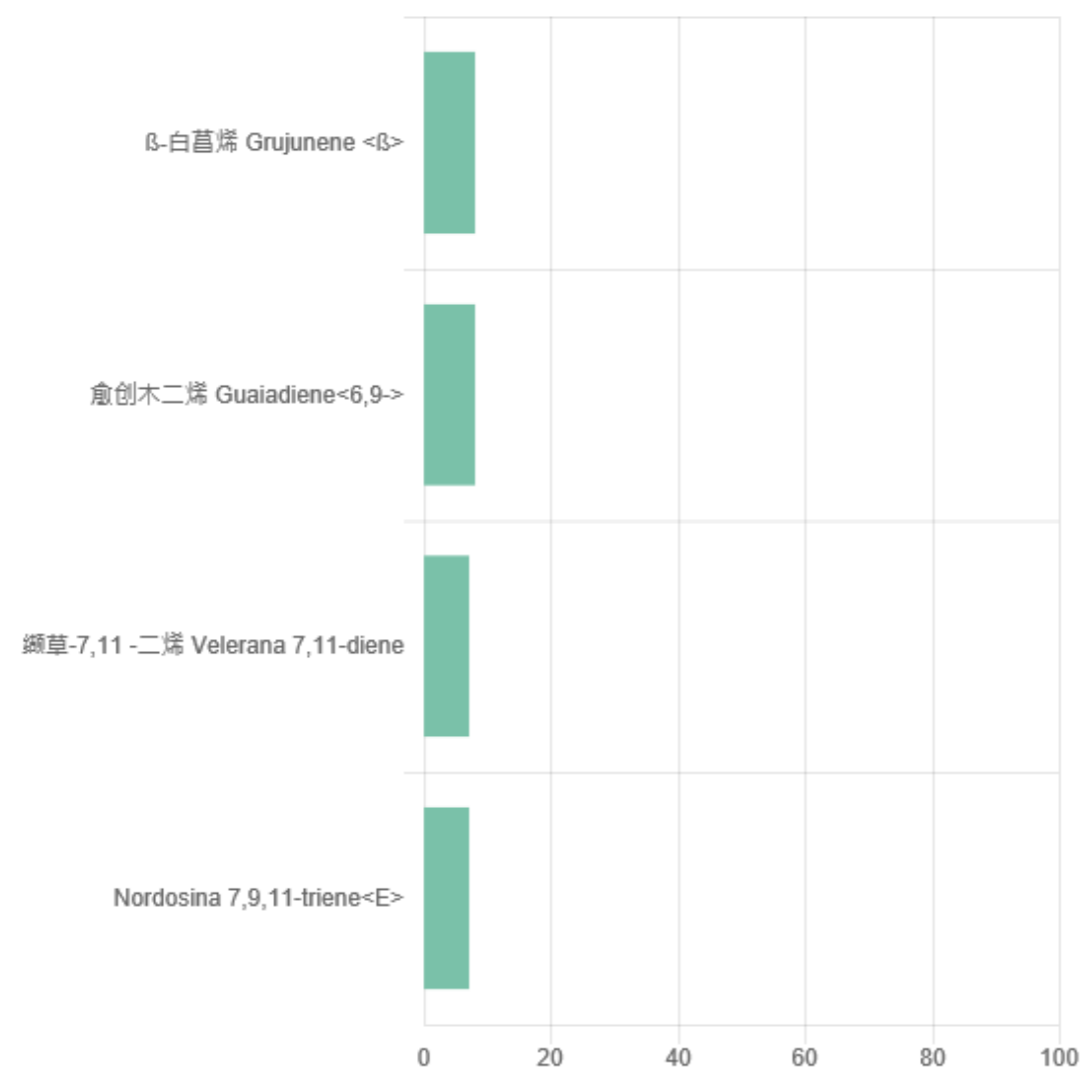
氣味描述: 木質、辛香、陳舊

主要化學成分: 纈草酮

穗甘松

10个单萜, 34个倍半萜

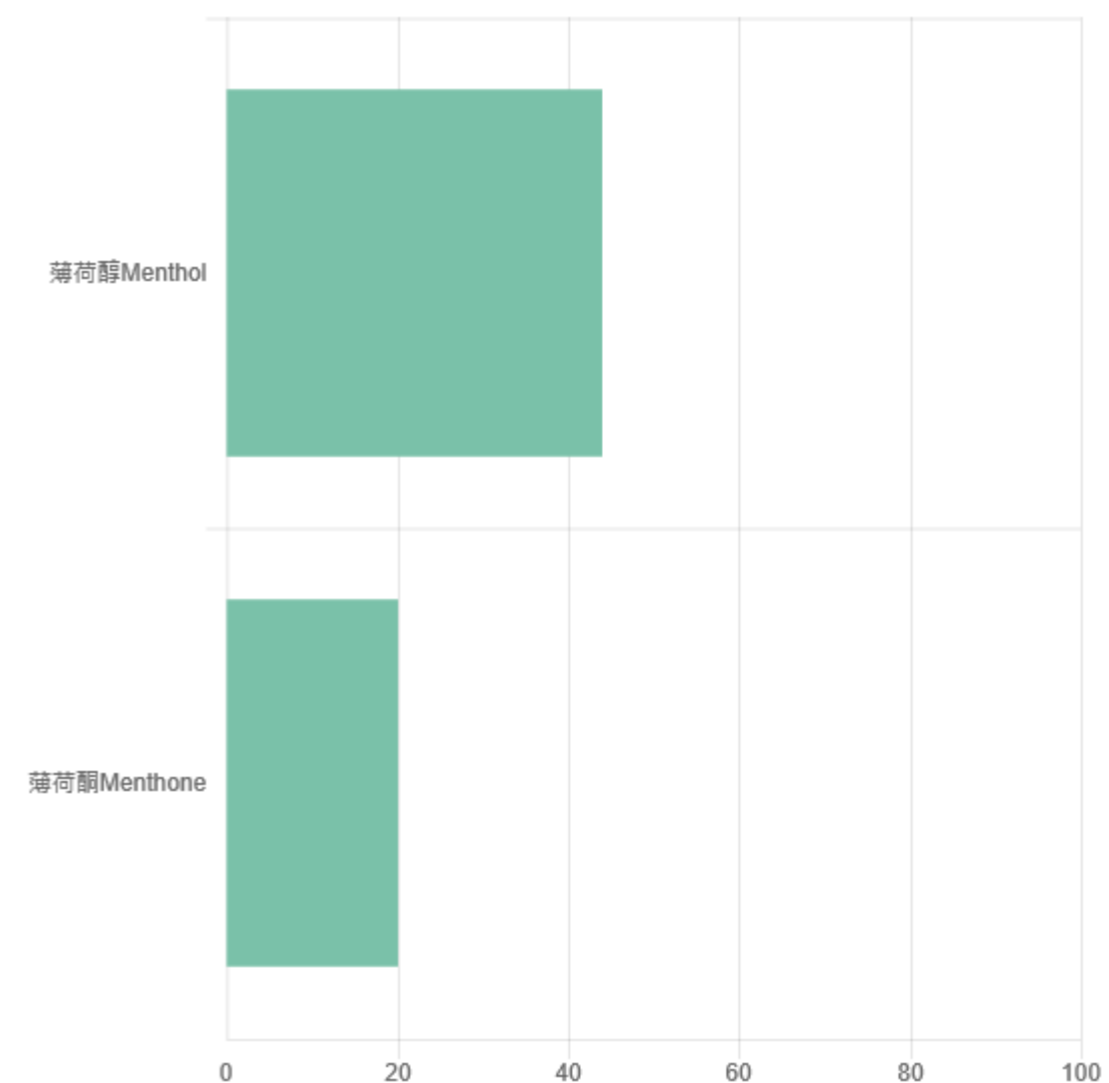
化学成分



薄荷

薄荷醇, 薄荷酮

化学成分



穗甘松

實際應用

- 於頸部後方或太陽穴塗抹一至兩滴穗甘松精油，可以促進鎮靜與放鬆。很適合用於冥想。
- 加入木質和花類精油外用，或加入保濕乳霜一同使用, 能緩和乾燥與過敏肌膚, 讓肌膚柔嫩和滑順
- 於喜愛的潔面用品或抗老化產品中加入一至兩滴精油，促進健康、光亮的肌膚。
- 搭配萊姆或尤加利嗅吸或熏香, 可幫助支持呼吸道健康
- 將穗甘松搭配丁香、絲柏、乳香、天竺葵、杜松漿果、薰衣草、沒藥、野橘、玫瑰和岩蘭草精油製成個人專屬香氛

穗甘松

主要功效

- 提振香氣
- 促進鎮靜與放鬆之感
- 因安穩特性常用于芳香療法與靜坐冥想
- 調整血壓與心律不整
- 平衡膚質、幫助皮膚再生, 尤其適合老化肌膚的保養
- 使人沉穩內斂，喚醒自我覺察的能力，並且強化心靈

精油科學

抗氧化Anti-Oxidant

體外實驗中, 穗甘松是很強的抗氧化劑(1,2)

氣喘Asthma

動物實驗中, 天竺鼠嗅吸穗甘松蒸氣可以打開呼吸道, 降低化學性誘發的氣喘.(3)

心血管健康Cardiovascular Health

- 動物實驗中, 靜脈注射穗甘松精油0.2mg/kg 二小時後可以降低血壓.(4)
- 動物實驗中, 靜脈注射23mg/kg 纈草萜酮(穗甘松的主要化學物質)可以調整心律不整.(5)
- 體外實驗中, 穗甘松油有血管擴張劑的作用, 可以促進一氧化氮產生.(6)