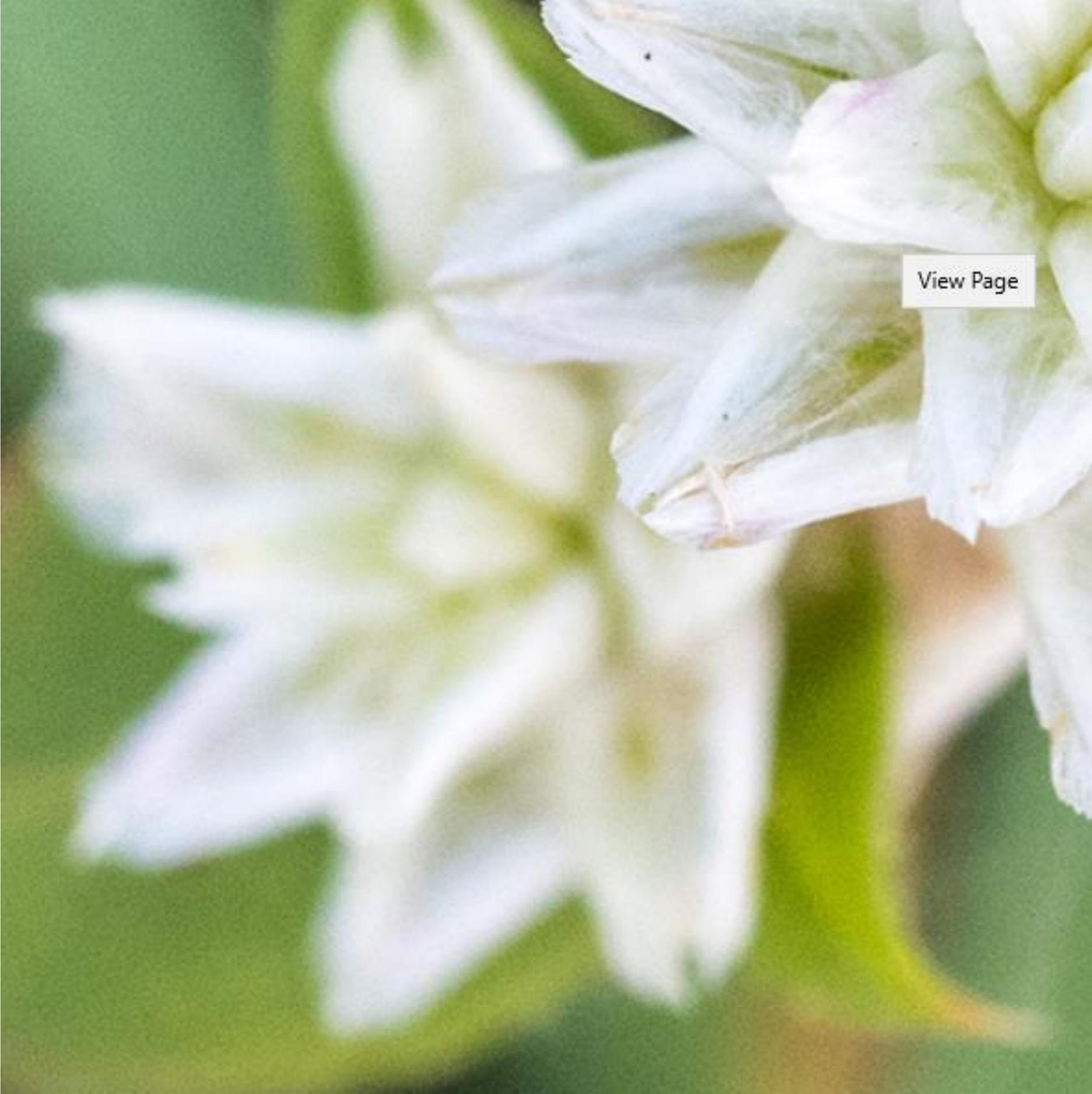


冬青

Wintergreen

myoilexpert

[View Page](#)



精油介绍

萃取部位: 叶片

萃取方法: 蒸气蒸馏法

气味描述: 香甜、薄荷味、清新

主要化学成分: 水杨酸甲酯

冬青

主要功效

- 运动后作为温热舒缓按摩用途
- 舒缓风湿，肌肉疼痛，抽筋，关节炎，肌腱炎发炎性疼痛
- 清新香气能振奋精神与增加活力
- 用于口香糖、糖果和牙膏的调味剂
- 香气可提升与增强感官

冬青

实际应用

- 冬青涂抹于肌肤时会形成温热感，适合做为舒缓按摩使用。
- 于热水加入1 - 2 滴冬青精油，享受舒缓放松的沐浴时光。
- 熏香冬青精油可以用来去除室内难闻的异味
- 将冬青滴于棉球, 放在健身的背袋里, 掩盖衣服的汗臭味

精油科学

止痛Analgesic

体外实验中,甲基水杨酸(冬青精油的主要化学成分),可以抑制神经信号传播,提高细胞内钙水平,达到局部止痛的效果.(1,2)

心血管健康Cardiovascular Health*

人体临床实验 (样本数=9)指出,于大腿涂抹30% 冬青精油,可以抑制血小板聚积,类似于162mg 阿斯匹林(抗凝血剂)的效果.(3)甲基水杨酸(冬青精油的主要化学成分)与阿司匹林的成分与效果非常近似(4)

头痛Headache*

人体个案研究 (样本数=1) 指出,外用甲基水杨酸(冬青精油的主要化学成分)软膏,涂抹与太阳穴与下巴,可以减轻头痛(5)

外用甲基水杨酸和薄荷醇贴布对成人轻度至中度肌肉痉挛的效用暨安全性

EFFICACY AND SAFETY PROFILE OF A TOPICAL METHYL SALICYLATE AND MENTHOL PATCH IN ADULT PATIENTS WITH MILD TO MODERATE MUSCLE STRAIN

一个封闭性的贴布含有**10%甲基水杨酸**和**3%薄荷醇**, 最近被美国食品药品监督管理局通过作为中度疼痛的非处方药. 相较于普遍使用抗刺激药物, 含有甲基水杨酸和薄荷醇的外用贴布, 它的有效及安全性如何, 是本实验想要探讨的主题.

实验受试者都是有**轻度至中度肌肉酸痛**的成年人, 年龄大于18岁, 他们被随机分配一个有效贴布或一个安慰剂贴布, 贴布会贴在自觉疼痛处(肩、上背部、上手臂、颈部、小腿、大腿、前臂或是腹部), 疼痛强度会透过视觉模拟量表评测, 在休息时和贴布治疗12小时候分别评测一次。208位疼痛患者(104位男性及104位女性), 结果发现, 使用有效贴布的组别, 酸痛舒缓程度明显高于安慰剂组, 而且没有严重的副作用发生。

这个8小时含甲基水杨酸和薄荷醇的贴布, 对于轻度到中度的肌肉酸痛确实有效! 甲基水杨酸是冬青精油的主要化学成分, 薄荷醇是薄荷精油的主要化学成分, 这两个化学成分, 都有镇痛的效果!

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

