



香氣發表會

芳療師：劉蕙安

109/11/27



個案介紹

個案年齡53歲女性，從事保險工作多年，育有一女，女兒成績優異今年即將進行大學學測，熱心公益長期投入多方志工行列，並且樂在其中，樂天知命，長期茹素，是位有衝勁活力十足的職業婦女，近來因搬家等等諸事繁雜，在每日忙碌的步調下，讓困擾已久的頭皮脂漏性皮膚炎又再度發作。

芳療諮詢內容及配方

第 1 次諮詢

諮詢日期：109年7月16日

評值內容：個案主訴頭皮脂漏性皮膚炎已經有些時日，後頸部位及頭皮多處嚴重脫屑、破皮、紅腫、癢，已困擾多時但並未積極醫治，希望能夠藉由自然療法減緩不適感。

選用配方：羅馬洋甘菊純露20ml

使用方法：頭皮患部搔癢時噴灑止癢

選用原因：個案在此之前並未接觸過芳香療法，對於芳療知之盛少，因此對於直接用植物油塗抹於頭皮上的油膩感較無法接受，所以在第一次諮詢時也就不強迫使用，只選擇了純露暫時紓緩頭皮搔癢的問題。

第2次諮詢

諮詢日期：109年7月23日

評值內容：頸後及頭皮破皮狀況緩解，紅腫範圍縮小，頭皮屑症狀還是持續發生落屑現象，當壓力較大或是睡眠狀況差時此現象更為嚴重。

選用配方：甜杏仁油+金盞花浸泡油5+5ml
羅馬洋甘菊純露20ml

使用方法：

複方油：洗髮前塗抹於頭皮患部，停留15分鐘後再依照正常洗頭程序清洗頭髮。

純露：一日2~3次 噴灑於頭皮

選用原因：在第1次諮詢時，慢慢跟個案溝通芳療的用意及作法後得到個案的同意用油，此次選用純植物油先讓頭皮修復。

第3次諮詢

諮詢日期：109年8月5日

評值內容：頸後、頭皮破皮狀況緩解，紅腫範圍縮小，搔癢次數減少，開始對芳療產生了信心。

選用配方：甜杏仁油+金盞花浸泡油 5+5ml
E o 大西洋雪松2d 濃度：1%
H y 羅馬洋甘菊+薄荷10ml+10ml

使用方法：

複方油：洗髮前塗抹於頭皮患部，停留15分鐘後再依照正常洗頭程序清洗頭髮。

純露：一日2~3次 噴灑於頭皮

選用原因：因個案截至目前為止所接觸的精油不多，在不知道會不會對精油過敏的情況下先從單方精油著手，並且針對脂漏性皮膚炎給予消炎效果，舒緩患部搔癢不適感，大西洋雪松精油收斂出油頭皮及止頭皮屑，並且搭配使用純露隨時止癢。

第4次諮詢

諮詢日期：109年8月13日

評值內容：頸後、頭皮破皮造成的紅腫已消，頭皮屑現象改善，搔癢的症狀明顯改善，並表示希望之後能對於自己身心靈的其他議題能一起幫忙解決。

選用配方：甜杏仁油+金盞花浸泡油 10+5ml

E o 大西洋雪松1d

杜松果1d

桉油醇迷迭香1d 濃度：1%

H y 羅馬洋甘菊+薰衣草10ml+10ml

使用方法：

複方油：洗髮前塗抹於頭皮患部，停留15分鐘後再依照正常洗頭程序清洗頭髮。

純露：一日2~3次 噴灑於頭皮

選用原因：

Co 消炎 止癢

Eo 大西洋雪松收斂及止頭皮屑

杜松精油抗菌、調理出油頭皮及平衡焦慮情緒

桉油醇迷迭香活化頭皮毛囊、刺激毛髮生長，減少頭皮屑。

Hy 舒緩患部不適感、安撫鎮定情緒。

使用建議

精油使用建議：

每種配方建議使用2週, 且在使用上有任何問題隨時與芳療師聯繫。

其他改善建議：

1. 建議於洗髮前將複方按摩油塗抹頭皮患部，等待15分鐘後在清洗頭皮與頭髮。
2. 請勿過度清洗頭皮，水溫切勿過熱。
3. 暫停染燙髮以及使用頭髮噴霧、髮膠及其他造型產品。
4. 減少自己的工作壓力及焦慮不安、穩定情緒。
5. 作息需規律
6. 清淡飲食
7. 適度運動

~END~