

aromaharvest

禾場國際芳療第73期

香氣發表會

朱萱宜

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



爆走厭世的中一生

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲

個案介紹

- 今年15歲
- 目前身高166公分 45公斤
- 個性：樂於幫助別人、同理他人
有苦都往肚裡吞、不善於說出口
從小就是高敏感兒

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



我要教的是孩子們的乙太體，而我要滋養培育的是孩子們的星芒體。

壹

源起

轉學

體制外→體制內

貳

轉變

青春期

個性

生長發育

叁

現況

暖男

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲

ADHD注意力不足（不專注為主）之症狀：

- 1.經常無法仔細注意細節或者在做學校功課、工作或其他活動時，容易粗心錯。
- 2.工作或遊戲時難以維持持續注意力。
- 3.對話時，常心不在焉、好像沒在聽
- 4.經常無法遵循指示而無法完成學校功課、家事或工作場所的責任
- 5.經常在組織工作與活動上有困難。
- 6.經常逃避、討厭或不願從事需要持久心力的工作。
- 7.經常遺失工作或活動所需的東西。
- 8.經常容易受外在刺激而分心。
- 9.在日常生活中常忘東忘西。

個案國小以前都就讀體制外的學校
七年級後轉到體制內學校

第一學期環境的不適應、學習上明顯跟不上進度
也發現他在同時間出現一些青春期發育的症狀
聲音變的很低沉、變的不愛說話
常常頂狀父母、把自己關在房間.....等等
在學校更是狀況連連
媽媽都快不認識他了

導師跟父母都有發現一些問題
專注力不足(ADHD)是最大問題
同時也帶了他去多家醫院做檢查
目前都還在檢查中，也沒有真正的答案

有位醫生認為他是不適應壓力造成的
另一位醫生說可以懷疑再做進一步檢查

anyway總之媽媽心中也沒有答案
只是想幫助他渡過這一段時間

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



今年一月開始

剛好上課上到兒童芳療

老師說到香蜂草純露可以處理ADHD的症狀
於是開始給他...

每天給早晚10 cc的香蜂草純露

每週2-3次的睡前按摩 按摩背部心輪 腳底

香蜂草純露對於注意力不足過動症ADHD具有正面的臨床效果，很值得各年齡層服用 Ritalin 藥物的患者嘗試。對於兒童患者可以將30ml的香蜂草純露稀釋於1Litre 的水中整天飲用。而對於成人患者則可以將純露的劑量提高兩倍；就是60ml的香蜂草純露稀釋於1Litre 的水中飲用 ---- Suzanne Catty 《純露芳香療法》

由於香蜂草的精油萃取量非常少，因此導致精油的價格也比較高，相對於精油，香蜂草純露的價格就平易近人得多了。

在2001年，由Terry.Friedman博士完成的一項研究發現，岩蘭草精油可以有效的治療兒童多動症。案例研究進行了兩年（1999-2001年），涉及到40名6歲到12歲的兒童。其中20名兒童沒有被診斷患有多動症的作為對照組，另外一組20名兒童患有多動症。在研究中使用的精油是**薰衣草、岩蘭草、雪松和強腦複方精油（混合了乳香、檀香、香蜂草、雪松、絲柏、薰衣草和永久花精油）**。每30天換一種精油測試，孩子們晚上使用吸入裝置，在白天，當「注意力分散」時，吸入精油，每天約三次。

最終的結果是非常樂觀的-薰衣草精油的好處是明顯的，因為它提高了53%的性能（效果），用雪松精油提高了83%，而岩蘭草精油提高了100%！研究發現，岩蘭草精油放鬆和鎮靜的特性可以幫助孩子們抵抗ADHD和ADD的症狀，通常包括注意力難以集中、集中時長短、容易分心、難以投入組織活動、難以根據指令行動、沒有耐心、煩躁不安等。用岩蘭草及其他精油針對多動症的研究仍在進行，作為一種有效的自然療法，前景非常令人期待。

- ✓薰衣草-53%
- ✓雪 松-83%
- ✓岩蘭草-100%

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲

配方：岩蘭草0.5% 基底油：聖約翰草浸泡油15%/ 甜杏仁油85%

寒假



經過二週後

每天早晨起床第一句話一定是『媽媽我睡的好好，謝謝你幫我按摩』。

早餐胃口大開他要求要二份 7點吃一份10點再吃一份；飯量從斤斤計較的半碗到二碗

整個寒假就像再餵一隻小豬一天5餐..

吃飽、睡好，情緒也好轉許多...

每天給早晚10cc的香蜂草純露

為了迎接開學的到來.....

開學前三天我把配方修改，每晚按摩

只為了能讓他在開學後更穩定

按摩與撫觸的心理治療效果

改善過動兒問題及飲食問題：Field等人（1998）將28名ADHD（即一般所說的過動）男性青少年隨機分為按摩治療或放鬆治療（頸肩背肌肉放鬆）兩組連續十個上學天，結果發現按摩治療組自評快樂程度提高，觀察者評量其坐不住現象減少。兩週後追蹤發現，其教師評量認為按摩組花較多時間寫作業，教室中的過動行為減少。Field等人（1998）將24名食慾旺盛的女性青少年隨機分派至兩組，接受每週兩天連續五週的按摩治療或標準療程（每週30-40次團體治療，包括小團體，個別，家族與社區治療，口語及非口語治療活動），結果發現按摩組顯示立即的焦慮與憂鬱現象降低（自評與觀察者評量），且在治療最後一天顯示較少憂鬱分數，較低可體松水準，較高多巴胺，並在幾項生心理評量上均有較佳的改善。

配 方：岩蘭草0.5/羅馬洋甘菊1/真正薰衣草1.5/甜橙2(3%)

基底油：聖約翰草浸泡油15%/甜杏仁油85%

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



二月開學



開學我一樣持續..

每天給早晚10 cc的香蜂草純露

岩蘭草/羅馬洋甘菊/真正薰衣草/甜橙3% 每晚按摩

第一週 小考進步許多 每日早晨要考10個單字幾乎每天都可達到對8~10個；治療前怎麼背好，考對最多3個單字....

最明顯是字體.....

從小到扭成一團到現在可以很工整的寫完

第三周 老師發訊息問我，有給孩子吃西藥嗎？

我把告訴她沒有，因為二位醫生都還在觀察中
孩子這學期情緒明顯穩定，上課學習狀況也很好，胃口更是大開....

當然父母跟老師都看到考試成績的不一樣
雖然我不是很在意成績

爸爸問我到底給孩子喝了什麼神仙水...
這期間媽媽不在家時，爸爸都還會叮嚀孩子喝

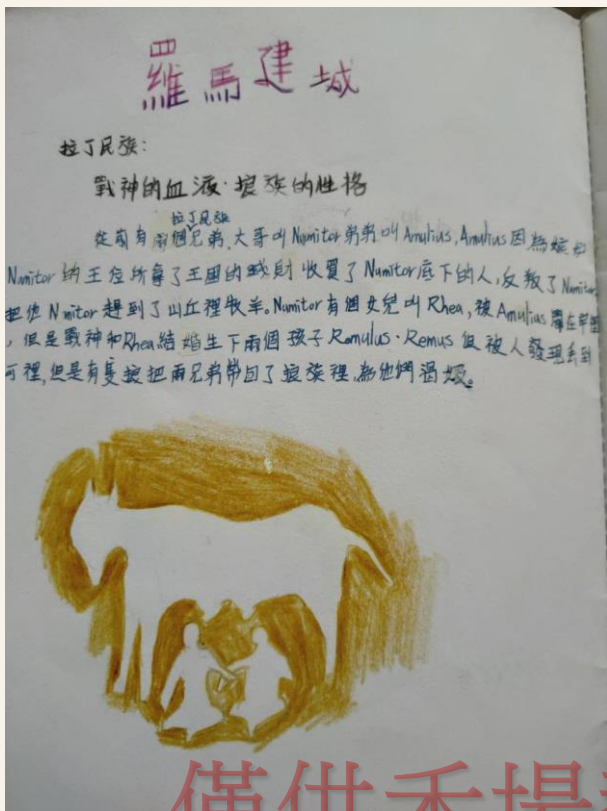
到底這些有什麼魔力呢？
神仙水也好、岩蘭草按摩也好 omega 3魚油...
這些都是在幫助 安撫情緒 穩定中樞神經的部份



僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



使用芳香療法前

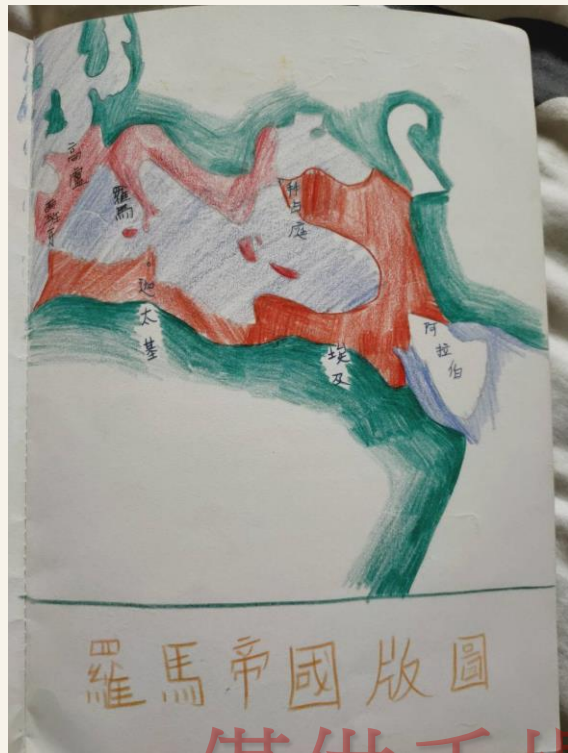


國小的五六年級工作本，字體跟畫風

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



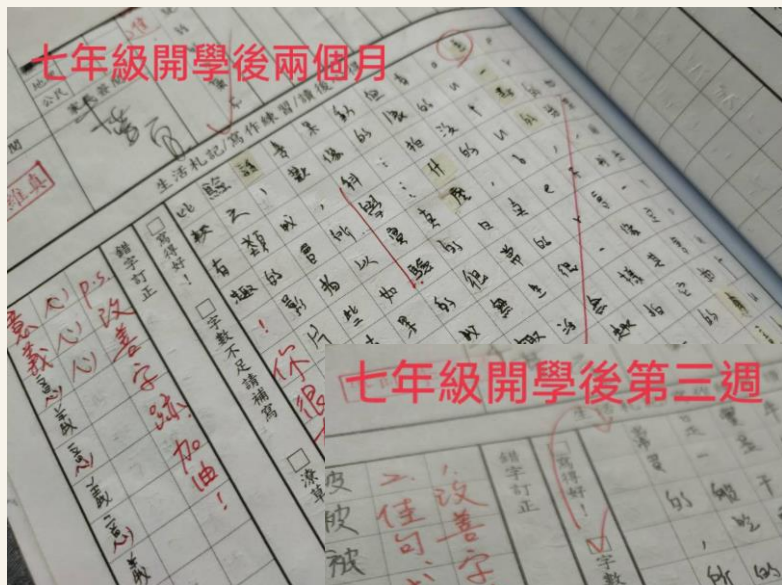
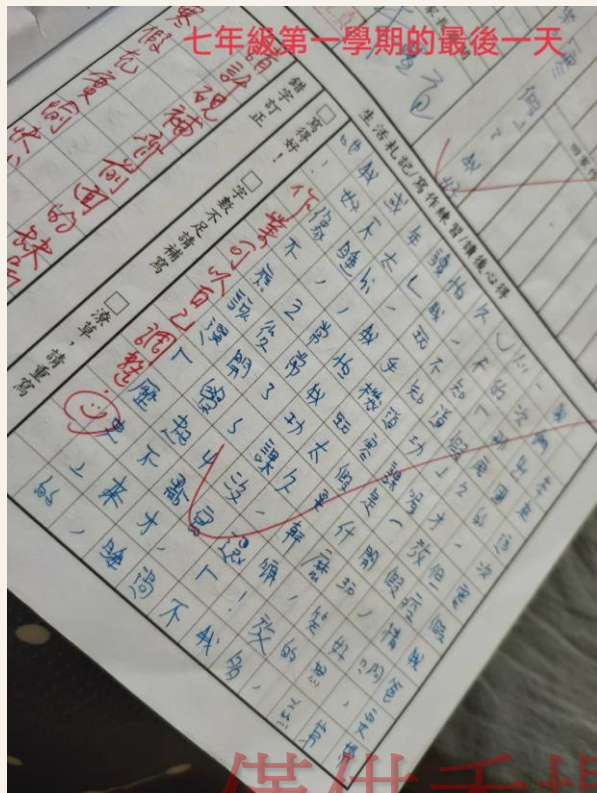
使用芳香療法前



僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲

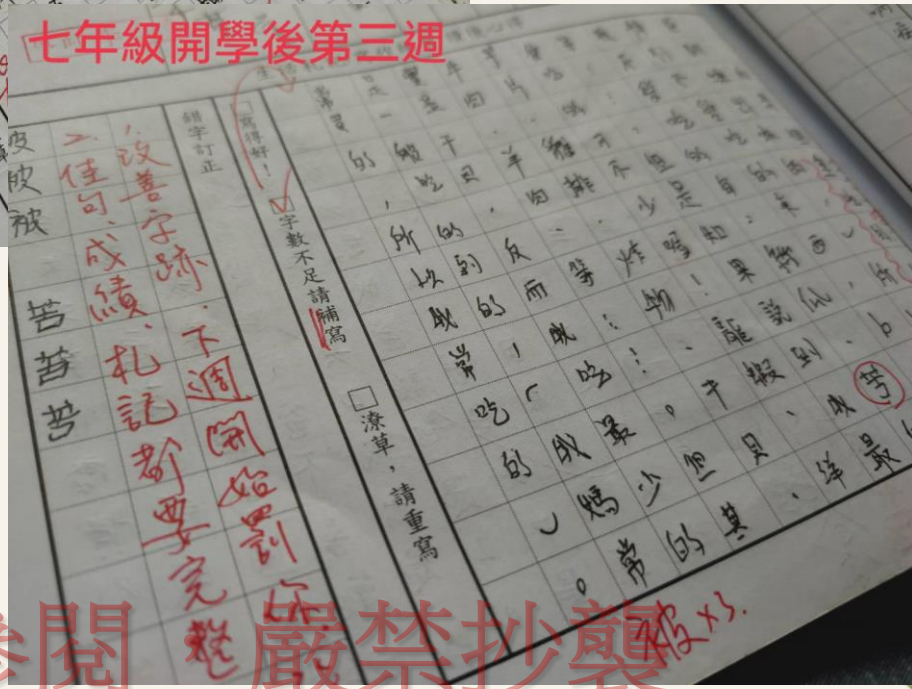
國小的五六年級工作本...字體跟畫風

使用芳香療法前



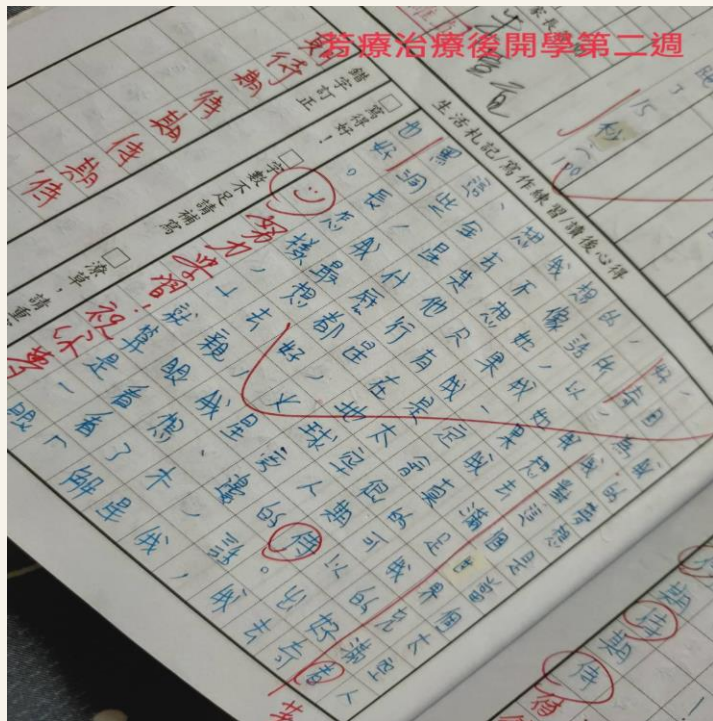
七年級開學後第三週

字越來越小
扭成一團...

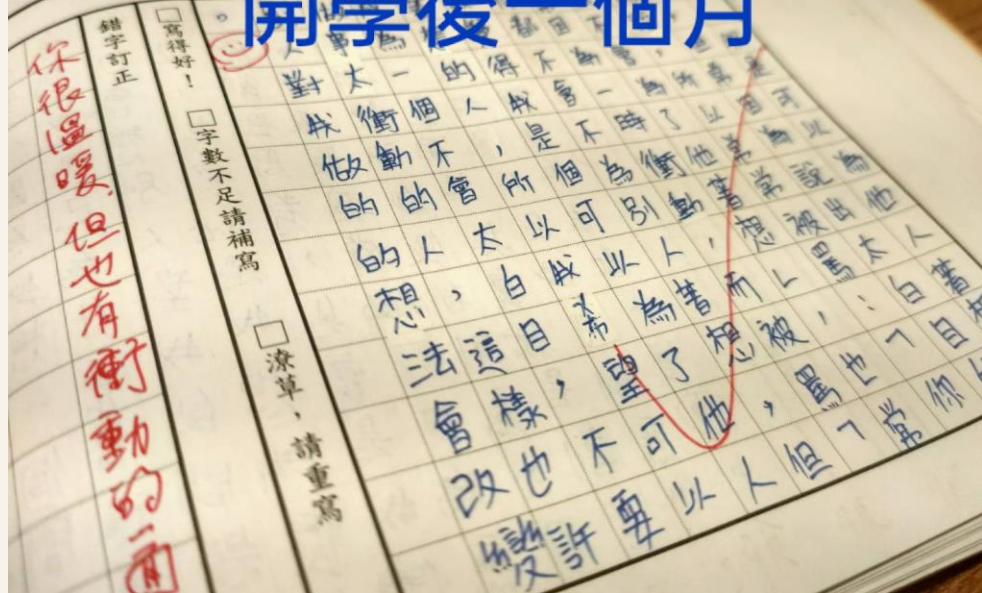


僅供禾場教學參閱 嚴禁抄襲

使用芳香療法後



芳療治療後 七年級下學期 開學後一個月



僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



使用芳香療法前後生長發育比較



年級	學期	身高	體重	BMI	判讀
一	1	120.5	20.7	14.30	體重適中
一	2	124.1	21.4	13.90	體重適中
二	1	126.3	21.8	13.70	體重過輕
二	2	128.9	23.9	14.40	體重適中
三	1	132.1	23.9	13.70	體重過輕
三	2	134.6	25.6	14.10	體重過輕
四	1	137.8	26.1	13.70	體重過輕
四	2	140.4	28	14.20	體重過輕
五	1	142.7	29.2	14.30	體重過輕
五	2	145.3	29.7	14.10	體重過輕
六	1	149.2	31.4	14.10	體重過輕
六	2	154.5	35.1	14.70	體重過輕

	身高	體重
108年9月	149.2	31.4
109年3月	154.5	35.1
109年9月	160.1	37.6
109年2月	161.3	38.5
110年3月	165.3	42.1
110年4月	166.5	44.2

七年級開學 4個月-身高增加1.2cm / 體重增加0.9kg
 使用芳香療法 2個月-身高增加5.2cm / 體重增加5.7kg

班級 702 座號 18 姓名 許碩 性別 男 女 入學年度 109

親愛的家長 您好：
 貴子女身高及體重檢查結果評值說明：1.過輕 2.適中 3.過重 4.超重
 評值如屬1、項請多注意營養的攝取，以免影響正常發育。如屬3、或4、項請注意體重控制。
 因很多慢性病如高血壓、心臟病、糖尿病、痛風、高血脂、脂肪肝等均與肥胖有關。
 身體質量指數【BMI】=體重(公斤) / (身高(公尺))²

年級	學期	身高(公分)	體重(公斤)	BMI	評值
七年級	上	160.1	37.6	14.7	過輕
	下	165.3	42.1	15.4	過輕


改變最多的還有.....我家的伙食費



僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲



現在的他....



不再爆走、不再厭世
不再跟弟弟大吵
媽媽眼中的小暖男
老師同學眼裡的陽光男孩

走過這一段風暴...
我真心感謝菩薩能再給我一次與兒子
嶄新的相遇
青春期的他還願意跟媽媽抱抱
跟弟弟搶著要跟媽媽睡
跟媽媽撒嬌討按摩

謝謝禾場、謝謝老師。

僅供禾場教學參閱，嚴禁抄襲