



# 香氣發表

芳療師 潘瑞萍

# 個案資料

---

女性

24歲

醫護人員

混和性肌膚

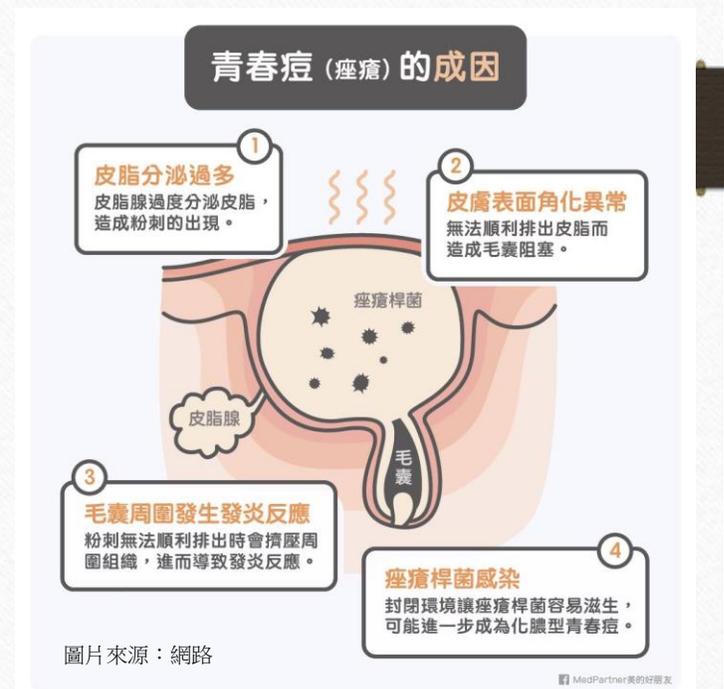
三餐不規律

作息不正常

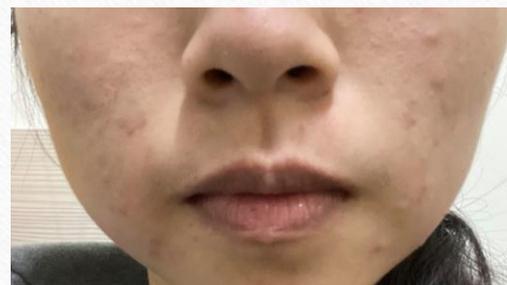
# 青春痘

- 其實是毛囊發炎的疾病，正式名稱是「**痤瘡**」。一般最常見的痘痘，稱為「尋常性痤瘡」
- 有許多原因都會造成長痘痘，例如壓力、熬夜、睡眠不足、飲食、荷爾蒙變化、不當使用保養品或化妝品、悶熱流汗、環境髒污、某些口服藥.....等

- 青春痘的保養原則，基本上就是：**清潔、保濕、控油、防曬**。



# 使用過程



圖片來源：發表者經個案授權提供

# 個案芳療配方

- 荷荷芭油 5ml(1%)
- 茶樹+羅馬洋甘菊+沒藥  
1d+1d+1d

永久花純露



圖片來源：發表者經個案授權提供



# 個案芳療配方

- 荷荷芭油 5ml(1%)
- 茶樹+羅馬洋甘菊+沒藥+岩蘭草  
1d+1d+1d+1d+1d

永久花純露



圖片來源：發表者經個案授權提供



# 個案芳療配方



- 荷荷芭油 5ml(1%)
- 茶樹+沒藥+苦橙葉+天竺葵+羅馬洋甘菊  
1d+1d+1d+1d+1d



圖片來源：發表者經個案授權提供

永久花純露

# 個案芳療配方

- 荷荷芭油 5ml(1%)
- 茶樹+沒藥+苦橙葉+花梨木  
1d+1d+1d +1d

羅馬洋甘菊純露+永久花純露



圖片來源：發表者經個案授權提供



# 個案芳療配方



- 荷荷芭油 5ml(1%)
- 茶樹+沒藥+花梨木+廣藿香  
1d+1d+1d+1d

羅馬洋甘菊純露+永久花純露

# 個案心得

---

- 透過這次的芳療精油治療，改善了不少皮膚冒痘及粉刺的狀況，剛開始會害怕使用精油會讓本身混合肌的皮膚感到更敏感及容易冒痘，但在使用的第一個禮拜出油的狀況減少，相對感到穩定，雖然臉上還有一些悶痘，但發炎的情形也逐漸好轉，而在使用的1個月後，膚況都逐漸穩定，上妝時皮膚也比較不會乾燥起皮，持妝效果也可以維持近一整天，加上本身比較淺眠，使用精油可以達到放鬆兼助眠的效果，也減少睡眠中斷的情形，是相當不錯的體驗！

# END

---

