



帶著孩子~乘著香氣去旅行

# 香氣發表會

禾場國際芳療學院 高階81期芳療師：李盈穎





# 分享 大綱

Contents

1

【 自我介紹】

2

【 個案介紹】

3

【 認識過敏】

4

【 芳療使用建議】

5

【 成果展現】

# 自我介紹





# 李盈穎的斜槓人生

Melissa Lee



現任 金融保險業業務  
明年即將回學校完成學業  
一打二 兩個小孩的媽媽

臺北醫學大學 學士後護理學系 (在學中)  
國立臺北大學 金融與合作經營學系 畢業  
國立師範大學 華語文師資班 結訓

國家證照美容丙級  
國家證照保母人員  
國家證照中餐丙級  
新北市婦女會產後照護月子人員證書  
社團法人青年種子協會母乳泌乳顧問證書  
台北市政府社會局兒童早療專業人員結業  
靖娟兒童安全文教基金會OK蹦說故事志工  
龍貓老師LASYS益智積木培訓課  
EMT-1 緊急救護人員證照  
BLS基本生命救命術  
CPR+AED證照





# 當初為什麼會想學芳療?



用藥?用精油?

想讓自己開心  
學習新知識



# 個案介紹





# 個案介紹



5歲及3歲的小男孩(本次個案)

遺傳過敏體質，皮膚時常搔癢

搔癢時常常抓到破皮流血

傷口留疤 皮膚暗沉

呼吸道過敏

夜咳

腸胃不適（脹氣）

情緒敏感



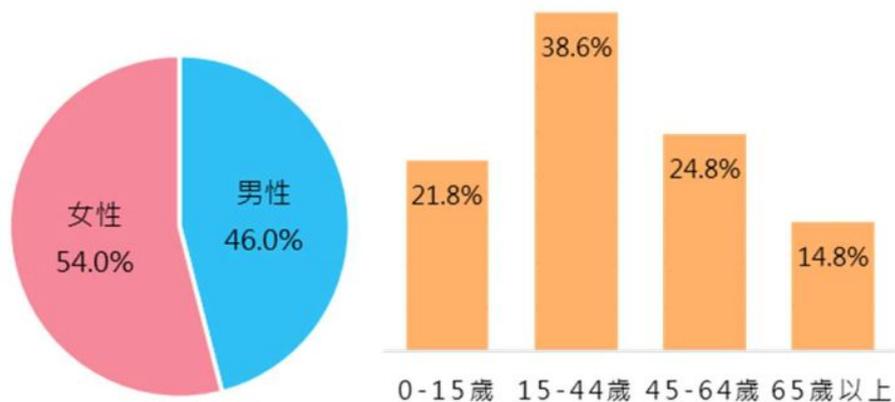
# 認識過敏





# 認識過敏~台灣過敏人口

108年國人過敏性疾​​病就醫統計



資料來源：衛生福利部統計處

108年因過敏性疾​​病就醫約355萬人



圖片來源：世界過敏組織(WAO)



# 為什麼台灣這麼多人過敏?

## 氣候

溫度 濕度 天氣變化 空氣汙染  
PM2.5

環境

情緒

找不出原因

壓力

西化飲食

精緻飲食 基改食品 慢性發炎

## 主因

80% 50% 15%

遺傳

飲食





# 常見的過敏原



## 吸入性過敏原：

經由呼吸道進入體內，像是塵蹣、蟑螂、黴菌、狗毛、貓毛、花粉、空氣汙染物，易產生呼吸道過敏的症狀，像是打噴嚏、流鼻水、咳嗽等。



## 接觸性過敏原

由皮膚接觸引起，像是冷熱空氣、清潔劑、化妝品、金屬飾品等。



**注射性過敏原**：像是藥物注射或是蚊蟲叮咬。



## 食入性過敏原：

經由消化道進入體內，像是牛奶、蛋白、有殼海鮮、花生、食品添加物、藥物等，可能會有皮膚或腸胃道，甚至是全身性的過敏反應。。



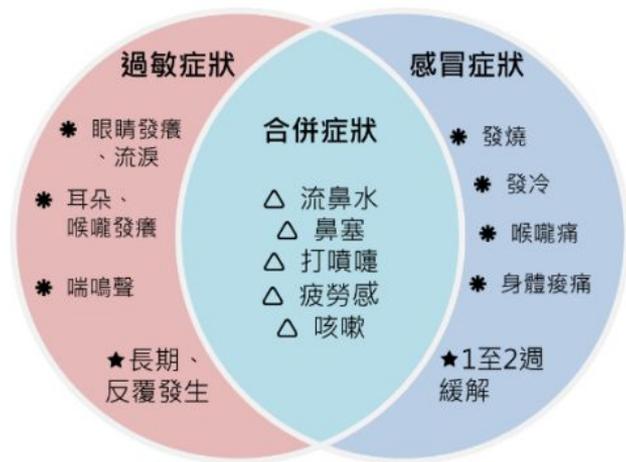
## 其他刺激來源

精神緊張、工作壓力、運動、天氣變化、微生物汙染、輻射線、燒傷等因素讓組織抗原發生改變，就有可能出現過敏症狀。





# 認識過敏~臨床表現



鼻子癢 眼睛癢  
皮膚發紅  
拉肚子  
喉嚨腫



# 常見過敏相關疾病

**食物過敏**除了皮膚癢  
也可能出現這些症狀

**身體紅腫**

- 臉部 • 嘴唇
- 舌頭 • 喉嚨
- 其他部位

**呼吸道**

- 鼻塞
- 氣喘

**腸胃問題**

- 腹瀉
- 嘔吐
- 噁心

**其他**

- 頭暈
- 焦躁

**嚴重過敏可能會有**

- 呼吸困難
- 心悸、脈搏急促
- 休克，且血壓突然下降
- 暈眩、昏迷或失去意識

Heho 健康

過敏性鼻炎

結膜炎

異位性皮膚炎

蕁麻疹

濕疹

花粉熱

氣喘

全身性過敏反應

口腔過敏症候群





# 過敏三部曲



長期過敏有哪些影響？



# 芳療使用建議





# 芳療使用建議

## 促進傷口修復

義大利永久花  
薰衣草  
乳香 廣藿香

## 鎮靜舒緩

羅馬洋甘菊  
甜馬鬱蘭  
穗甘松

## 強化免疫

柑橘類  
茶樹  
花梨木 桉油樟

## 基底油

芝麻油80%  
荷荷芭 20%  
甜杏仁油  
金盞花油

1 傷口流血期 使用岩玫瑰+沒藥

2 調油:3% 或是 製成蘆薈油膠

3 外用/口服純露:羅馬洋甘菊、香蜂草

4 睡前/起床擴香



# 成果展現

(預告一下會有可愛的小屁屁)





# 過程記錄



2021 12 12  
第六天



2021 12 14  
第八天



2021 12 16  
第十天



# 芳療的幫助

- 1 過敏急性期之症狀反應
- 2 趕走塵蟎=趕走過敏原
- 3 提升睡眠品質
- 4 平穩情緒
- 5 平衡免疫力





## 資料出處

台灣過敏問題就醫年逾 341 萬人次！醫：檢測過敏原要到「風濕過敏免疫科」 - Heho健康

<https://heho.com.tw/archives/144076>

衛服部統計資料

[https://www.nhi.gov.tw/Content\\_List.aspx?n=D529CAC4D8F8E77B&topn=23C660CAACAA159D](https://www.nhi.gov.tw/Content_List.aspx?n=D529CAC4D8F8E77B&topn=23C660CAACAA159D)

社區氣喘照護<https://health99.hpa.gov.tw/material/3304>

[世界過敏性疾日衛生福利統計通報](https://www.mohw.gov.tw/dl-69973-a0fc439c-edba-4345-92f6-4cef0583e72.html)

<https://www.mohw.gov.tw/dl-69973-a0fc439c-edba-4345-92f6-4cef0583e72.html>



# 謝謝聆聽

Chinese companies will no longer remain in the hard stage and they are also promoting a culture  
Chinese companies will no longer remain in the hard stage and they are also promoting a culture

