

香氣發表

異位性皮膚炎
發表者：許玉英

個案介紹

- ◇16歲高中女學生無住院疾病史及任何長期用藥，喜歡重口味食物及肉類食物，平時每日飲用水量約1000-1500ML。屬過敏體質，抽血檢驗有以下過敏源：蛋白質、豆類、麩質、奶類。平日約11點就寢，睡眠7小時。
- ◇皮膚問題接受過西醫及中醫藥物治療過，但仍反覆發作。
- ◇此次想改善臉部皮膚問題



未使用精油前皮膚狀況反
覆發作，皮膚破損且有組織
液滲出

文獻查證：病因

- 異位性皮膚炎又稱為異位性濕疹，是一種反覆發作的過敏性皮膚疾病，常與遺傳有關。
- 免疫功能的改變
- 皮膚角質層防禦功能失常
- 皮膚脂質變性
- 情緒與壓力。

文獻查證：臨床症狀

1. 癢
2. 乾燥症
3. 苔癬化

芳療配方

名稱(Eo、Vo、Hy)	劑量	選用理由	濃度
4/3 薰衣草純露	50ml	用於臉部濕敷較無刺激性，緩解過敏發炎情形〈本來用羅馬洋甘菊純露，因個案覺得刺痛故立即更換〉。每日早晚洗完臉後濕敷，臉部不適時局部噴灑使用。	純露未稀釋
4/9 甜杏仁油	10ml	潤滑及保護肌膚，強化皮膚屏障功能。	
純正薰衣草精油	1D	抗焦慮，促進傷口癒合。	1%
乳香精油	1D	修護肌膚傷口。	

4/19 金盞花浸泡油+	2ml+8ml	金盞花浸泡油: 抗菌消炎, 促進傷口癒合。荷荷芭油:	
荷荷巴油		潤滑及保護肌膚, 強化皮膚屏障功能, 當作調和油。	
		抗焦慮, 促進傷口癒合。	1.5%
純正薰衣草	1D	抗感染發炎, 細胞修復。	
廣藿香	1D	抗過敏止癢, 平復破裂的微血管。	
德國洋甘菊	1D		

4/29 金盞花浸泡油+	2ml+8ml	金盞花浸泡油: 抗菌消炎, 促進傷口癒合。荷荷芭油:	
荷荷巴油		潤滑及保護肌膚, 強化皮膚屏障功能, 當作調和油。	
		修護肌膚傷口。	1.5%
乳香	1D	抗感染發炎, 細胞修復。	
廣藿香	1D	抗過敏止癢, 平復破裂的微血管。	
德國洋甘菊	1D		

相關建議

1. 選用配方建議早晚洗完臉後局部塗抹。
2. 生活習慣、作息調整
3. 勿熬夜。避開已知過敏源。物理性防曬(戴帽子或撐陽傘)。
4. 避免搔抓皮膚導致發炎破損。
5. 情緒放輕鬆，可以適當運動。

A photograph of a forest with sunlight filtering through the trees, creating a serene and natural atmosphere. The text "芳療評值" is overlaid in the center.

芳療評值

4/3



4/9



4/19



4/29



個案分享

之前體質很容易過敏，夏天長濕疹，冬天皮膚還會裂掉，背上、臉上全都是傷口，嚴重時還會流湯，還記得之前就是反反覆覆沒有完全好過。自從媽媽接觸精油後，會開始在我睡覺時用擴香儀擴香，讓我睡覺品質變好之外，也讓我放鬆，常常拿書在房間讀，有時會不知不覺睡著了。媽媽還調了許多配方幫助我皮膚改善，我都沒有不喜歡的味道。因為濕疹很癢會一直抓，也是讓傷口無法恢復的原因。媽媽調的精油很神奇，它會止癢，我連續使用了兩星期就有明顯改善。它不只讓我皮膚改善，還讓我心情愉悅，很放鬆。塗在臉上有一種很大自然的味道，我很喜歡。

結論

之前個案濕疹反覆發作常看皮膚科。我本身是學護理的，知道類固醇長期使用有害無益，所以非常反對常看皮膚科用類固醇藥膏及口服藥物。接觸芳香療法後，覺得真是天助我也，立馬將老師上課所教的還有相關書籍的參考資料內容，用在治療此個案的皮膚上。其實我也是邊做邊學。因為她是過敏體質，很怕她對精油不適應，覺得純露是最沒問題的，也是她用了我才知道羅馬洋甘菊純露會刺痛，所以純露還是會有人敏感的。因為學得不多用的就保守，後來她一直說皮膚很癢，如果沒止癢還是想抓，抓了會有傷口，會讓好的地方又復發了，剛好接觸到德國洋甘菊，就將它用來調油，真的很神奇，止癢效果超好的。用油期間不只對她皮膚有明顯改善，覺得她的情緒也改善很多，收穫真大。有回饋就有進步，應該多多調油來改善周遭親友的非急性健康問題，讓自己能在芳療的使用更精進。

A photograph of a forest with sunlight filtering through the trees, creating a soft, hazy atmosphere. The text "謝謝聆聽" is overlaid in the center.

謝謝聆聽