

# 香氣發表 – 肘關節濕疹

96期

# 個案簡介

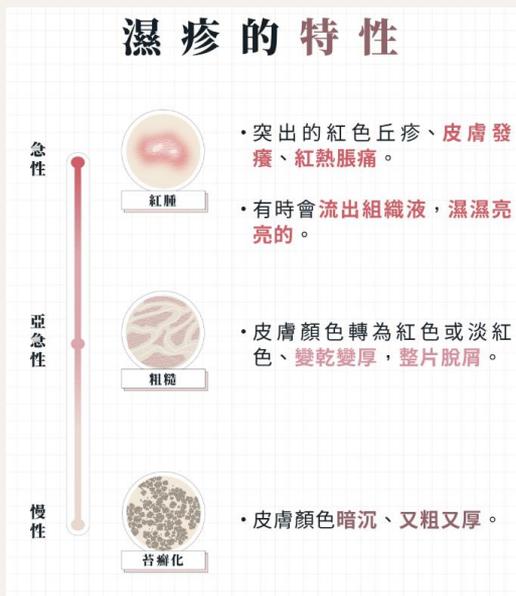
- 孫小姐
- 35歲職業婦女
- 152cm/42kg
- 飲食清淡，不喜吃肉
- 飲食時間較不固定。咖啡1-3杯/日
- 運動：飛輪、瑜珈、重訓，3次/周
- 睡眠品質尚可，時間較短。肩頸痠痛，關節較易不適



# 此次療程主要目的 - 肘關節濕疹

# 什麼是濕疹?

濕疹其實是皮膚炎的統稱，常聽到的異位性皮膚炎、脂漏性皮膚炎、汗皰疹等等，其實都能歸類為濕疹的一種



## 常見的濕疹類型一

- 脂漏性皮膚炎
- 富貴手
- 汗皰疹
- 異位性皮膚炎
- 酒糟肌
- 光過敏
- 皮膚癌



# 第一次療程 – 止癢、滋潤、消炎

判斷於天氣變化、免疫力下降及情緒壓力所導致。因此第一次配方使用霜狀以利鎖水，並著重於放鬆鎮靜

## 金盞大豆蠟油霜配方 - 25 ml, 3%

- 金盞花浸泡油 : 抗菌消炎、促進傷口癒合
- 大豆蠟 : 做為乳化劑、質地效果
- 沒藥4d : 清潔、滋潤和收斂皮膚
- 德國洋甘菊 5d : 緩解黏膜發炎，抗組織胺改善過敏
- 乳香 3d : 抗菌消炎、情緒鎮靜
- 純正薰衣草 3d : 止癢、舒緩、鎮靜情緒



## 第二次療程 – 加強抗敏、保濕、放鬆心情

第一次配方反應良好，有效止癢，且保濕效果佳，持續使用了一個月。  
但過敏部位依舊泛紅，且若無塗抹乳霜，部位持續發炎且乾燥

### 抗敏油配方 - 5 ml, 5%

- 禾場BBF植物油：
- 廣藿香 1d：情緒平衡、抗發炎、改善過敏
- 德國洋甘菊 1d：緩解黏膜發炎，抗組織胺改善過敏
- 乳香 1d：抗菌消炎、情緒鎮靜
- 純正薰衣草 1d：止癢、舒緩、鎮靜情緒



# 第三次療程 – 積極抗敏、保濕、情緒平衡

個案反映第二次配方塗抹時會有發癢的感覺，且容易油膩膩，不是很喜歡，效果不佳。於是第三次配方改回乳液，希望能夠有更好的吸收效果

抗敏乳液配方 - 20 ml, 5%

- 禾場BBF植物油
- 禾場蘆薈膠
- 廣藿香 5d：情緒平衡、抗發炎、改善過敏
- 德國洋甘菊 5d：緩解黏膜發炎，抗組織胺改善過敏
- 沒藥 5d：清潔、滋潤和收斂皮膚
- 純正薰衣草 5d：止癢、舒緩、鎮靜情緒



# 第四次療程 – 強化保濕、情緒平衡、淡化疤痕

使用第三次配方後發癢的感覺就不見了，質地上還可以，希望能夠再濃稠一些  
於是第四次配方更改為乳霜，並著重於加強保濕及淡化疤痕

**抗敏乳霜配方 - 25 ml, 3%**

- 禾場BBF植物油
- 廣藿香 5d：情緒平衡、抗發炎、改善過敏
- 德國洋甘菊 5d：緩解黏膜發炎，抗組織胺改善過敏
- 純正薰衣草 5d：止癢、舒緩、鎮靜情緒
- 佛手柑 2d：放鬆緊張情緒、舒緩及活化肌膚
- 永久花 3% 9d：強化免疫系統，舒緩情緒、淡化疤痕



# 相關療程建議

個案長期受工作壓力所苦，易將工作情緒帶入私人情緒，以致精神緊繃進而影響身體狀況。壓力越大，濕疹狀況越嚴重

- 建議維持正常生活作息，減少熬夜
- 多喝水
- 定期打掃環境
- 多運動以提升身體狀況並維持心情上的平穩



# 個案回饋

除了第三次的味道多了一些油味之外，配方味道三次都蠻喜歡的。

質地上第一次偏厚重，第三次有點過頭，變太輕了，有點像是抹水。第四次是最喜歡的，吸收度佳、延展性也OK。對於油的部分並無特殊印象。在第四次的配方感受到明顯的進步。

使用上因第一次剛好在日本，氣候偏乾燥，除了修復的作用外，保水力也相當好。

傷口的部分則因為天氣及壓力起起伏伏，第一次配方有幫助傷口收乾，不再留湯。第四次的修復作用也很滿意。

味道上洋甘菊及金盞花的味道較明顯，很舒服的味道，可以幫助放鬆，有點今天結束了的感覺，較易進入睡眠模式。

# 成果與感想

濕疹/過敏是台灣常見的症狀，氣候及生活壓力都大有影響。因此除了針對症狀做出緩解之外，能夠將個案的心情藉由芳療的輔助能夠更加平衡及放鬆，也是很重要的一環。

個案本身先前經驗便是研究化學，研發美容保養品相關產品，因此對於配方上也有給我一些建議。起先擔心個案並不會積極使用，沒想到越用越喜歡，算是非常意外的收穫。

因自身也是濕疹的長期患者，做此次個案特別有感。每次調配方時也都會幫自己留一下適用，用在自己身上也是相當有感，尤其第四個配方，現已成為包包中的常備款。由於長期使用藥物，原先一開始有些猶豫是否能將精油與植物油直接塗抹於發作部位，擔心會使情況變得更糟，沒想到效果竟是加分，也讓我對芳療更有信心

---

**THANKS!**