

芳療
精油手作

講師
陳柳卉



2023

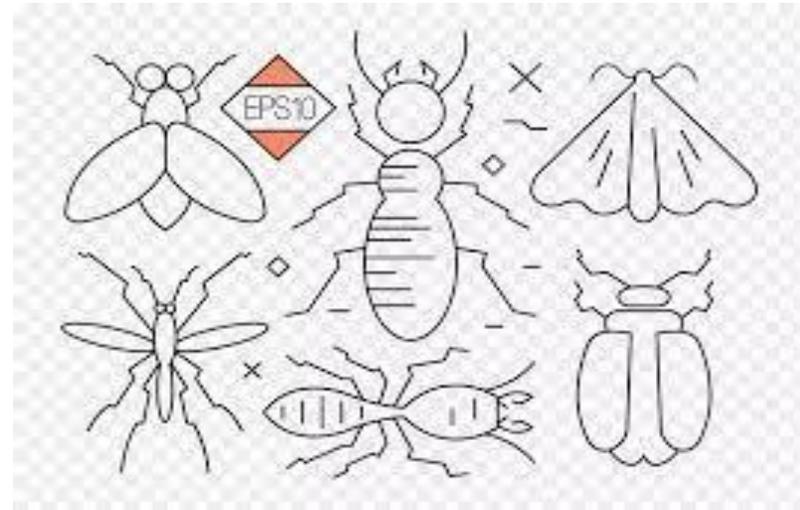
週三 9/27 12:30-
13:30

夏天的利器
防蟑蚊磚

蟑螂螞蟻怎麼來？

●根據統計，媽媽們的噩夢80%來自於蚊蟲狀況，當**季節轉暖**再加上**清潔的粗心**，導致蟑螂螞蟻大軍悄悄地侵入家裡，蟑螂螞蟻出現的地方像是**廚房、浴室**，甚至到**房間**都有可能。

●居家環境而言，螞蟻、果蠅、蚊子，還有讓最多人厭惡的蟑若是知道來源，像是食物沒有收好長螞蟻、或是窗戶忘了關所以有蚊子，這種昆蟲只是「路過」的現象非常好解決，但如果已經是長久以來的問題，蟑螂螞蟻也在你的家裡築了一個屬於牠們的家，那麼就要有方法的驅逐牠們。



蟑螂螞蟻最怕什麼？



什麼蟲怕什麼精油？



植物在大自然中為了要生存，防止昆蟲啃咬，會分泌具揮發性的精質來幫助再生、保水、抗菌、抵抗天敵、驅蟲..等，讓植物在各種惡劣的環境中得以繼續繁殖生存。因此，從植物花朵、葉子及根莖內精油孢子所萃取提煉出來的「精油」在人類的日常生活中，也有抗菌消毒、驅趕蚊蟲…等功效。



蒼蠅

薰衣草、羅勒、尤加利、薄荷、迷迭香、檸檬、天竺葵



蚊子

薰衣草、檸檬、香茅、薄荷、羅勒、檸檬、杜松



白蟻

薰衣草



螞蟻

薄荷、檸檬 (在門窗縫隙噴灑一直線)



蝸子

羅勒、檸檬、杜松



老鼠

尤加利



蜘蛛

薄荷

花草盃頒獎典禮

【抗蟲最廣泛】



蟑螂

尤加利、雪松、茶樹、檸檬、檸檬香茅、薰衣草、薄荷



飛蛾

薰衣草、薄荷、柑橘類 (甜橙、橘子、檸檬、萊姆)



塵蟎

尤加利



跳蚤

薰衣草、薄荷、檸檬香茅



壁虱

薰衣草、檸檬香茅

自製無毒殺蟲劑

●小蘇打粉:

小蘇打粉與糖以1：1等比例混合，就是很有效的殺蟑毒餌。

●肥皂水除臭劑、衣物柔軟精:

肥皂、清潔劑含有界面活性劑，能溶掉蟑螂體節上的氣門的蠟質與油脂，進而堵住其氣門，使蟑螂窒息而死。

●酒精:

用高濃度的酒精大量噴灑在蟑螂身上，酒精揮發時產生的降溫效果，有時會讓蟑螂失去行動能力。

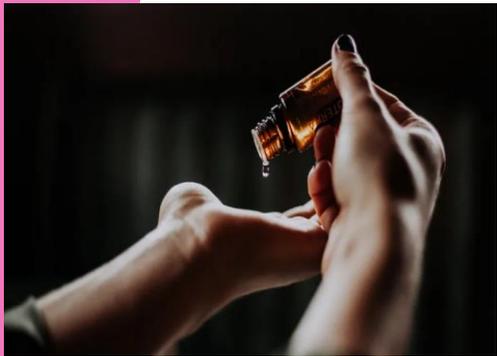
●精油噴霧雙效合一/防蟑磚:

羅勒（九層塔）、香茅、尤加利、茶樹、薰衣草、雪松。



精油對策

精油	介紹
香茅/檸檬尤加利	擁有獨特且強烈的味道，是所有害蟲皆避而遠之的 香草之王
檸檬草	天然驅蟲劑
茶樹	穿透力極強的配方，因此也適用於加強驅蟲
雪松	蟑螂極討厭的味道，因此建議在驅蟑的精油選擇上，可以加入雪松味道
薄荷	天然驅蟲劑



檸檬尤加利



止痛, 抗風濕, 抗發炎, 抗菌, 抗痙攣, 抗病毒, 殺菌, 促進結疤, 解除充血, 除臭, 利尿, 去痰, 退燒, 降低血糖, 殺蟲, 激勵, **驅蠕蟲**, 治創傷.

檸檬草



- **天然驅蟲劑**。抗炎和抗菌, 改善胃腸脹氣、消化道發炎、乳糖不耐症。
- 調節血膽固醇, 維護心血管健康。
- 可消除乳酸、促進循環。
- 克服疲勞、抑鬱與精神不振。

薄荷



緩解疼痛:助於放鬆肌肉、舒緩肌肉緊繃。

緩解鼻竇壓力:舒緩上呼吸道的發炎狀況，同時也能消除鼻子的腫脹感。

減少飢餓感:抑制食慾助減重，更能紓緩腸胃道緊張，減輕腸胃道發炎。

改善焦點並提升能量:增加注意廣度、專注力和記憶力。

減少發燒:具有散熱、發汗功效，可以幫助降低體溫、達到退燒的作用。

減少噁心:薄荷跟生薑一樣都可以改善腸胃問題。

改善頭皮屑:在你最喜歡的洗髮水和護髮乳中加入幾滴薄荷精油可以幫助對抗頭皮上的頭皮屑。

天然驅蟲劑。

治療青春痘。

舒緩曬傷。

雪松



天然助眠神器:具有非常好的鎮靜效果.

能調理油性膚質，修復肌膚:具有清潔控油的效果.

具有消炎和消毒作用，尤其對呼吸系統好:有消炎、抗菌作用,預防感冒.

驅趕蚊蟲蟑螂

有助於冥想與沈思，適合靜坐使用.

可避邪、消除負面情緒.

緩解容易緊張、焦慮的狀態.

提神醒腦好處，讓注意力集中.

有助頭髮健康，防止落髮:有效刺激頭皮的血液循環，疏通頭皮的堵塞,對於落髮預防和促進毛髮生長有明顯的改善效果.

針對生殖、泌尿系統改善很有幫助:

外陰部搔癢、陰道感染、膀胱炎等，尤其對於體質較為濕寒的人效果更好.

茶樹



居家清潔

茶樹精油稀釋比例為5公升的清水中加入6滴茶樹精油，即可得到有效的清潔效果。

去除霉味

在洗滌衣物、床單、毛巾等布製品時，可加入3 - 4滴的茶樹精油搭配使用，可去除霉味，以及增加防護效果。

防護效果

在生活中難免會遇到小意外，可以加入些許茶樹精油，透過茶樹精油的防護效果，減緩不適。

臉部淨化控油

可先將1滴茶樹精油滴於化妝棉後，再將化妝水也滴入化妝棉，並輕輕擦拭臉部易出油的區域，可控油。

頭皮調理清潔

在清潔頭皮時，可將精油加入於洗髮精中，提升控油的效果。

消除異味小幫手

1. 汗味除臭劑：可加入甜杏仁油稀釋後，將茶樹精油直接塗抹於指定部位。
2. 足浴：將數滴茶樹精油滴入泡腳水中，可幫助減緩異味，保持清香。

驅避蚊蟲

1. 驅避效果：出外活動時，建議可以添加茶樹精油於身體防曬乳中，而防曬乳與茶樹精油稀釋比例大約為50元硬幣大小，加入1滴茶樹精油。
2. 驅蟲劑：若家中蚊蟲較多時，可以將茶樹精油混合酒精，噴灑於家中各角落，作為驅趕蟑螂螞蟻之用途。

家家必備精油驅蟲妙招

- ▶ 使用噴水瓶，在100CC的純水滴入香茅、檸檬尤加利、尤加利、茶樹、薄荷等精油，共10-30滴，噴之前搖晃一下即可！
- ▶ 使用香氛小物，掛在門把、電風扇、冷氣出風口，定期滴些上述精油，都有很好的空氣清新與驅趕蚊蟲的效果。
- ▶ 防蟑蟻(蚊蟲)磚DIY.

防蟑蟻(蚊蟲)磚DIY.

- ▶ 材料: 200克蜜蠟
- ▶ 燒杯/盆子(隔水加熱用) :500cc 1個
- ▶ 矽膠模具:2個(15格.28格)
- ▶ 調色珠光粉:隨機色
- ▶ 精油配方: 檸檬尤加利 :5CC(100滴)
 檸檬 草 :5CC
 薄荷 荷 :5CC
 雪 松 :3CC(60滴)
 茶 樹 :3CC

- ▶ 包裝袋顏色隨機數個.



謝謝聆聽與參與

