



院内芳香について

季節の変わり目で何となく体調や気分がすぐれない時を乗りきるためにメディカルアロマテラピーは強い見方になります。

当院の待合室では空気を浄化し、清々しい気分になれる芳香をしています。深呼吸したくなり、爽快感を得たい時にお勧めの香りです。



使用している精油

- ・ティートリー 菌やウィルスに効果を発揮。体の抵抗力もアップしてくれます。
- ・ユーカリラジアタ 殺菌作用があり、呼吸器系の調子を整える働きがあります。
- ・真正ラベンダー 殺菌作用や鎮静作用があり、病原菌に負けない抵抗力をつけます。
- ・ペパーミント ガムや歯磨き粉など、様々な香り付けに使われています。集中したい時(勉強や工作中)また、気分転換したいときにも有効



アロマ豆知識

- ・ティートリーは、白血球を活性化して病気の予防をしたり、風邪やインフルエンザにかかりにくい身体を作ります。優れた殺菌作用があります。
- ・ユーカリラジアタは、数百種類あるユーカリの一種です。ラジアタは、比較的作用が穏やかで子供から高齢者にも使用可能な精油です。しみ通るような心地よい香りで、咳、風邪、インフルエンザ、花粉症、副鼻腔炎、痰などに効果。
- ・ラベンダーは、ラベンダーには色々な種類があり、スパイクラベンダー、ラバンジン、フレンチラベンダーなどが売られています。「真正ラベンダー」は大人から高齢者まで使用でき、万能精油と呼ばれるくらい何に対しても効果的に使用する事が出来る精油です。1本持つておくと便利です
- ・ペパーミントは、消化器系にも良い作用があります。消化不良、胃痛、二日酔いや乗り物酔いなどにも有効です。また、花粉やホコリの鼻づまりにもおすすめです。