



# 院内芳香について

晩秋～冬にかけて風邪やインフルエンザの流行のシーズンです。  
暖房の効いた待合室では感染が気になる方も多いと思います。  
当院の待合室では【風邪・インフルエンザ対策】の  
芳香をしています。



## 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。



## 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。ニキビにつけると治りが早く、お風呂のカビ対策にも有効です。
- ・北アフリカではマラリアの拡大を防ぐためにユーカリの樹が湿地に植えられています。スーッと染み通るような心地よい香りです。鼻やのどが弱い方におすすめの精油です。咳、風邪、インフルエンザ、花粉症、副鼻腔炎、痰、ぜんそくなどに効果があります。
- ・ラベンダーは、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。イライラする時、緊張する時など心を落ち着かせてくれます。またお肌への作用も抜群で、やけどや肌荒れ、手あれなど1本持っておくと便利な精油です。