

น้ำมันหอมระเหยคืออะไร ?

น้ำมันหอมระเหยคือ น้ำมัน หรืออินทรีย์สารที่สร้างขึ้นมาจากกระบวนการชีวสังเคราะห์ของพืชตามธรรมชาติ และถูกเก็บไว้ตามส่วนต่างๆ เช่น ใบ ผิวผล กลีบดอก ราก เมล็ด เปลือกลำต้น มีลักษณะเป็นน้ำมันอนุภาคเล็กๆ มีคุณสมบัติและกลิ่นเฉพาะตัว



คุณสมบัติของน้ำมันหอมระเหย

คุณสมบัติขึ้นอยู่กับองค์ประกอบทางเคมีของน้ำมันหอมระเหยแต่ละชนิด เช่น ลดการอักเสบ แก้ปวด ฆ่าเชื้อ คลายเครียด จึงนิยมนำมาใช้ในงานด้านสุขภาพบำบัด

สุขภาพบำบัดคืออะไร ?

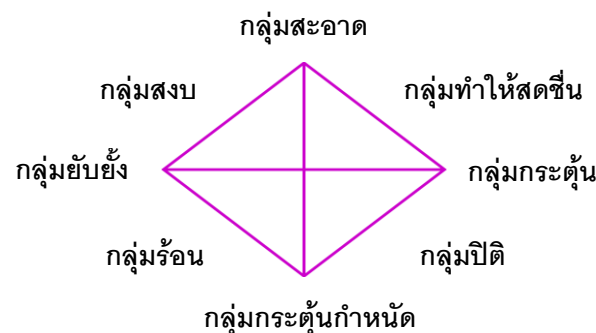
สุขภาพบำบัด (aromatherapy) หมายถึงศาสตร์ของการใช้กลิ่น โดยเฉพาะกลิ่นของน้ำมันหอมระเหยจากพืชเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและสุขภาพกายให้ดีขึ้น โดยใช้วิธีการสูดดม ทาผ่านผิวหนัง ซึ่งต้องเจือจางน้ำมันหอมระเหยก่อน

น้ำมันหอมระเหยเพื่อการบำบัด

คุณสมบัติ	น้ำมันหอมระเหย
ลดการอักเสบ	คาโมไมล์ ไธม์ มะนาว
สดชื่น ตื่นตัว	เปปเปอร์มินต์ ยูคาลิปตัส ส้ม
ผ่อนคลาย	ลาเวนเดอร์ กระดังงา กุหลาบ
แก้ปวดเมื่อย	น้ำมันไพล น้ำมันขิง
ฆ่าเชื้อ	น้ำมันกานพลู ตะไคร้ กระเทียม

หลักการผสมน้ำมันหอมระเหย

- จุดประสงค์การนำไปใช้
- รู้คุณสมบัติของน้ำมันหอมระเหย
- เลือกใช้น้ำมันที่เข้ากันได้
- หลีกเลี่ยงการผสมน้ำมันที่มีสรรพคุณตรงกันข้าม



เอกสารประกอบการอบรม-สาริต

เรื่อง

สารพันประโยชน์จากน้ำมันหอมระเหย



โดย

สาขาวิชาเทคโนโลยีชีวภาพ

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก

สูตรน้ำมันหวดแก้ปวดศีรษะ

คาโมไมล์	2 หยด
เปปเปอร์มินต์	4 หยด
โรสวู้ด	8 หยด
ลาเวนเดอร์	4 หยด
น้ำมันพี้น	50 มิลลิลิตร

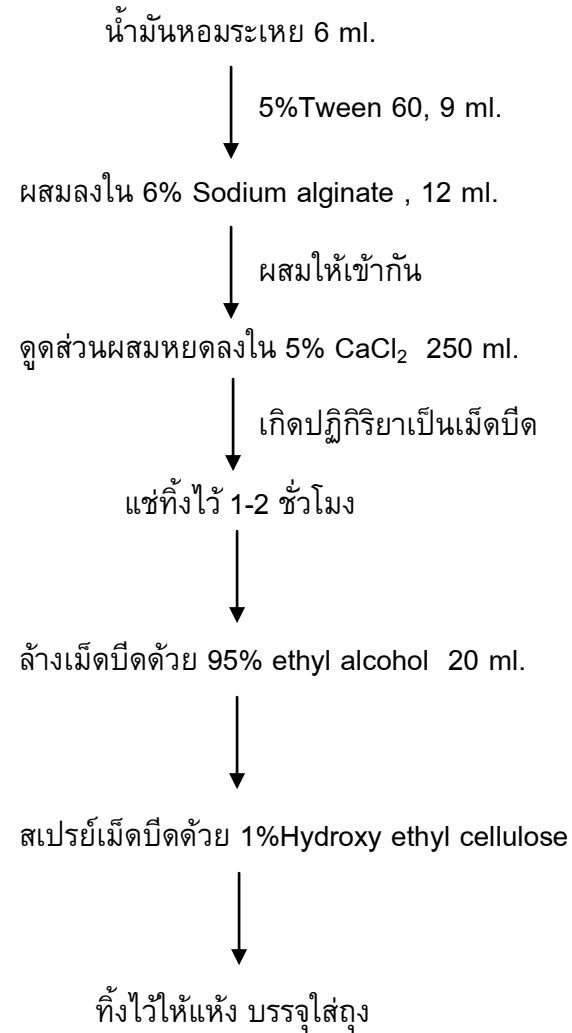
สูตรน้ำมันหวดแก้ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ

น้ำมันไทม์	6 หยด
ลาเวนเดอร์	12 หยด
โรสแมรี่	7 หยด
น้ำมันพี้น	50 มิลลิลิตร

สูตรน้ำมันหวดคลายเครียด

เบซิล	5 หยด
เนโรลี	15 หยด
น้ำมันพี้น	50 มิลลิลิตร

การทำเจลก้อนหอมอะโรมาเทอราพี



การทำสเปรย์ปรับอากาศ

ส่วนผสม

น้ำมันส้ม	5 ml
Tween 80	1 ml
95% ethyl alcohol	60 ml
น้ำสะอาด	34 ml

วิธีทำ

1. ผสมน้ำมันส้มในเอทิลแอลกอฮอล์
2. ละลาย tween 80 ในน้ำ
3. เติมส่วนผสมข้อ 2 ลงในข้อ 1 ผสมให้เข้าเป็นเนื้อเดียวกัน
4. บรรจุใส่ในขวดสเปรย์