

《精油之化學基礎與實務應用》

图书基本信息

书名：《精油之化學基礎與實務應用》

13位ISBN编号：9789861940557

10位ISBN编号：9861940553

出版时间：2008

出版社：華興

作者：作者：易光輝等

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

內容概要

第一章 芳香療法的演進歷史

芳香療法是指使用精油來舒緩精神壓力與增進身體健康，屬於整體的另類療法。最早起源於埃及等古文明國家，近代之盛行則始於歐洲。1928年法國化學家蓋特佛塞（René Maurice Gattefossé）使用「芳香療法」之名詞，並將相關研究成果發表於科學期刊上，而開始了芳香療法學說。

「芳香（aroma）」係指嗅覺、芳香、氣味，「治療（therapy）」是指一種治癒個體的治療方式，而「芳香療法（Aromatherapy）」則是藉由植物內的精油做為媒介，以薰香、按摩、泡澡等方式，經由呼吸或皮膚管道進入體內，達到保健與預防身心靈疾病的功效。

西元前4000 ~ 1000年

由許多古書及古廟石牆上記載，埃及的祭司們會使用數種的植物，將芳香療法運用在神聖儀式的薰香、祭典的獻禮、慶典中舞者助興、美化身體、保存屍體及日常活動中，其中保存屍體方面，埃及人將法老王、權貴、貓、猴子等製作成木乃伊，製作時會先將臟器取出，將亞麻布浸置在泡有防腐效果的松柏科樹脂中，再用以纏繞包裹屍體達到保存的功效。

西元前1370 ~ 1352年太陽王Akhenaton時代，祭司每日三次皆會在公共場合以香藥草薰香的方式淨化空氣。早晨焚燒樹脂，中午以沒藥樹脂焚燒，傍晚時再以具有提振心靈效果的乳香、沒藥、肉桂、薄荷、絲柏、杜松子、白菖蒲、穗甘松、番紅花及中國肉桂等十六種的芳香植物進行祭祀祈禱時的薰香。1922年埃及「圖坦卡門法老（Tutankhamun Pharaohs）」出土時，考古學家發現埃及人使用了肉桂、乳香、樹脂、白松香、香柏木及雪松等，來防止屍體腐化，經過三千年考驗的木乃伊，展現了這些植物和芳香精油極佳的抗菌與防腐能力。

西元前460 ~ 377年

希臘人承襲了古埃及的藥草醫學，更加了解植物的特性與功用並發揚光大。西元前460 ~ 377年，整體療法之父希波克拉底（Hippocrates）相信「每日進行芳香藥油浴及按摩可以找回健康」，並常以沒藥、百里香做為治療瘡傷的處方用油，也會建議以焚香的方式來淨化空氣品質、杜絕疾病的傳染，之後更將傳承至古埃及的知識，用科學的方式解析了三百多種藥草，運用系統組織的方式分類及索引，記載成冊，成為《藥草集》一書，為藥草醫學重要的經典。

由於羅馬採用了許多希臘人作為宮廷御醫，因此也將植物精油的知識傳入羅馬。而羅馬人的植物藥油主要則以香藥粉、香藥膏、香藥油這三種形式呈現，常運用於生活中的油、燈、香水、酒、食物、沐浴、床單及衣服上。

其中，蓋林（Galen）依照植物的醫藥功能，運用醫學、解剖學與生理學的思考方式，將植物分門別類，成為《蓋林分類法》一書，留下中古世紀至今的不朽著作，並且已翻譯成多國語言，隨著戰爭及文化交流傳向了東方世界。

西元900 ~ 1100年

羅馬帝國滅亡後，隨著流亡的醫生，許多的醫書典籍也被傳到了東方世界。11世紀，阿拉伯極富盛名的醫生阿維森納（Avicenne）研發了蒸餾精油的萃取技術，讓精油脫離傳統的藥草醫學，使精油的品質與萃取技術更趨完整，而他編寫的《醫典》更記載了八百種以上的植物及對人體的效用，讓他成為阿拉伯歷史上最偉大的醫生。

西元1100 ~ 1910年

12世紀，十字軍東征時意外開啟了商旅的盛行風氣，促成了香料與新路線的發展，不但將阿拉伯的香水及蒸餾技術帶回歐洲，也開始會使用歐洲的本土芳香植物萃取精油，成為歐洲黑暗時期一股新興的曙光。

14世紀，由於瘟疫和黑死病的流行，人們在公共場所運用植物香水、香草、花瓣、藥草、香木頭，以焚燒、塗抹、嗅吸作為防止蚊蟲滋長、杜絕傳染病的方式。為了防制黑死病，甚至會在大街上每隔12小時焚燒杜松子與月桂，再以丁香、甜橙、橙果、肉荳蔻、快樂鼠尾草製成香料包，用以預防黑死病的傳染。

工業革命時代，世界各地科學快速興起，化學合成藥物成為了醫藥學的主流配方。然而，此時人們卻發現人工合成藥物有許多副作用，使得人們從新審視天然植物精油，也讓許多科學家開始著手研究精油的特性與功效。

西元1920 ~ 1949年

《精油之化學基礎與實務應用》

1928年，化學家蓋特佛塞首次提出了「芳香療法」一詞，1937年出版了《芳香療法》一書，並且於第一次世界大戰的時候得到臨床上的證實，因而讓更多科學家加入植物精油的研究。而開啟蓋特佛塞對植物精油的研究動機，乃因一次意外的化學實驗爆炸，蓋特佛塞不幸灼傷手，當時身旁剛好有薰衣草精油，便直接將手浸入其中，其後發現薰衣草精油不但能消除疼痛感，傷口復原的狀況也十分良好，且沒有留下任何疤痕，因此非常訝異於薰衣草精油對治癒皮膚的效果。

另外，加提（Gatti）和開久拉（Cajola）兩位芳療先師，透過嗅吸法釋放病患的情感與記憶，從相關的臨床經驗中證實了精油除了有助於身體上的療效外，在心理治療上也具有療效。

西元1950～1981年

1950年，珍瓦涅醫生（Jean Valnet）著有《芳香療法》一書，並以精油治療戰爭時的傷兵、降低傷口感染的風險，並研究精油的使用劑量與方法，建立了精油與醫療的關係。

1961年，倫敦的保養專家摩利夫人（Marguerite Maury）出版了《摩利夫人的芳香療法》，將芳香療法結合臉部、身體與脊椎的按摩手技，並針對病患的心理需求及症狀選擇植物精油，讓芳香療法擴展到輔助醫療和整體醫療的領域，也讓芳香療法在英國奠定了深厚的基礎。

1977年英國的迪莎蘭德（Robert Tisserand）出版了《芳療藝術》一書，並於1978年創辦了芳療學校。

1978年英國的普萊斯（Shirley Price）開辦了芳療學校，並編著了《專業健康芳香療法（Aromatherapy for Health Professionals）》，她認為芳療師應該具有解剖生理學及病理學的知識，並熟悉芳香療法之各種精油的組成成分與效用。

1981年法國的包若威（Daniel Penoel）醫生與同事皮耶、佛朗秀姆，發表了植物醫學的研究成果，在1985年創辦了可內服的精油品牌“Essential Therapeutic”，並提出芳療是結合心、手、油、知四元素的美麗事業的想法。

近代芳香療法

近代，各地政府及學院陸續將芳香療法視為一門正式的學科，許多的私人診所、醫院與療養院也開始使用這種「整體療癒」的方式來輔助人們恢復健康。所謂整體療癒，是指對人體身、心、靈做全面性的照顧，不再局限於消毒殺菌方面，而是能促進健康與紓解壓力，畢竟在世界上還未出現人造化學藥品前，古代的醫師都是利用草本植物、天然食物等物質，運用溫和且不侵犯人體自癒能力的方式進行治療。

然而，為了讓精油的品質具有一定的水準，每種精油皆須經過比重、定量、旋光度、氣相層析之成分分析與香味的評估等多方考量，亦需符合相關規定之標準安全值才能安心使用，所以，每種精油都應該有其完整的分析報告與臨床經驗之資料，用以說明該精油的成分及功效。

芳香療法依照應用方式的不同，大致可分成以下三類：

- 1.居家芳香療法：在家居透過芳香療法作為日常保健用途。
- 2.臨床芳香療法：透過臨床實證及藥理分析，運用芳香療法來協助病患回復健康。
- 3.心理芳香療法：研究芳香療法對於使用者心靈層次的影響。

芳香療法依照國情的不同，發展的現況也不太相同：英國的美容、美髮與日常生活應用之芳香療法較為擅長。德國則特別重視科學理論，因此於精油成分的分析方面特別有研究。澳洲由於具有地理環境與氣候的優勢，因此植物的種類繁多且栽種成本較低，所以澳洲治療物品管理局（Therapeutic Goods Administration; TGA）對於精油之品質、醫療、保險、補助及生活的應用皆有訂定一套標準。

從西元前4000年到近代，芳香療法已從僅有消毒、殺菌功用，演變成為結合生命科學、自然與藝術且能促進健康與舒緩壓力的輔助型療法，因此，在面對精油這門複雜的知識前，消費者應該對精油更加深入的了解才能夠安全、有效且自由的應用。

第1章 芳香療法的演進歷史

西元前4000～1000年

西元前460～377年

西元900～1100年

西元1100～1910年

西元1920～1949年

西元1950～1981年

近代芳香療法

第2章 精油簡介

第一節 精油的來源

第二節 精油產地

第三節 植物精油萃取方法

冷壓榨法

水蒸餾法

蒸汽蒸餾法

溶劑萃取法

脂吸法

超臨界流體萃取法

第四節 精油進入人體之路徑

第3章 精油之調配

精油的調配方式

基礎油的介紹

入門常用之基礎油介紹

精油單位換算表

精油調性簡介

精油調配之建議劑量

精油使用方法與調配參考表

精油使用之注意事項

第4章 基礎化學

第一節 物質

物質的特性

物質的三態：固態、液態、氣態

物質的變化

物質的分類

組成物質的基本粒子

第二節 原子

原子說

原子序

原子量

第三節 週期表

元素符號

週期與族

化學鍵

離子鍵

離子化合物

共價鍵

金屬鍵

金屬晶體的特性

氫鍵

第5章 有機化學

第一節 鍵結形態

鍵

鍵

單鍵與多鍵

第二節 碳的鍵結形態

碳 - 碳單鍵

碳 - 碳雙鍵

碳 - 碳參鍵

第三節 同分異構物

第四節 有機化合物

烷類

烯類

炔類

醇類

醚類

醛類

酮類

羧酸類

酯類

芳香烴

第6章 精油化學

烯類

- 蒎烯

檸檬烯

松油烯

月桂烯

茨烯

羅勒烯

石竹烯

沒藥烯

酸類

苯甲酸

苯乙酸

庚酸

桂皮酸

茴香酸

繅草酸

醇類

苯甲醇

苯乙醇

龍腦

香茅醇

橙花叔醇

香葉醇

岩蘭醇

桉葉醇

雪松醇

沉香醇

沒藥醇

金合歡醇

薄荷醇

醛類 苯甲醛

葵醛

.口夫喃甲醛

香茅醛

香草醛

橙花醛

茴香醛

肉桂醛

枯茗醛

酯類

苯甲酸甲酯

苯甲酸苄酯

乙酸苄酯

乙酸龍腦酯

水楊酸甲酯

酮類

薄荷酮

茉莉酮

香芹酮

樟腦

酚類

香芹酚

甲酚

丁香酚

百里酚

醚類

黃樟素

內酯類

佛手柑內酯

欖香素

香豆素

口夫喃香豆素

芳香烴類

傘花烴

第7章 精油之抗氧化能力評估

DPPH自由基清除能力測定

總酚含量測定

螯合金屬離子之能力測定

還原能力測定

ABTS . + 自由基清除能力測定

第8章 市售精油產品分析

市售L牌之精油分析結果

肉桂葉精油

丁香精油

紅百里香精油

羅勒精油

絲柏精油

冬青樹精油

天竺葵精油

白千層精油

薑精油

荳蔻精油

茴香精油

茶樹精油

香桃木精油

胡薄荷精油
芫荽精油
樟樹精油
佛手柑精油
依蘭依蘭精油
乳香精油
沒藥精油
快樂鼠尾草精油
大西洋雪松精油
西洋薔草精油
永久花精油
橙花精油
茉莉精油
黑胡椒精油
市售V牌之精油分析結果
佛手柑精油
鼠尾草精油
絲伯精油
尤加利精油
茴香精油
乳香精油
薑精油
葡萄柚精油
茉莉精油
薰衣草精油
檸檬精油
橙花精油
甜橙精油
廣藿香精油
黑胡椒精油
洋甘菊精油
天竺葵精油
杜松精油
第9章 芳香療法按摩整體療癒藝術
Essential oil, 需要你的愛
澳洲藝術, 氳氳裊繞
芳香療法與預防保健
芳療按摩
芳療按摩的功效
芳香療法的律動
芳香旅程的開始
芳療按摩之步驟及技法
背部按摩
臀部按摩
腿背按摩
正腿按摩
足部按摩
腹部按摩
手臂按摩

頸胸按摩

臉部按摩 肩頸坐式按摩

參考文獻

附錄

附錄1 香味調性分類

附錄2 萃取部位分類

附錄3 成分屬性分類

附錄4 脈輪對應分類

附錄5 五行對應分類

序

《精油之化學基礎與實務應用》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com