

## 如何辨別精油的真偽

不是聞起來有香味的就叫精油，味道像玫瑰的就是玫瑰精油，並非如此。我們一定要確認使用的是純淨精油，才会有它的療效。人工合成的化學物質，永遠無法取代天然有機成分的療效，而以低價的純精油混搭仿冒高價的純精油，這種東西根本不會有您所預期的芳香療法效果，反而對人體有害。

有些香水工業製造者生產所謂的「精油」，才不管是否有療效，只是為了供應市場謀取利益罷了。品質好的純精油會比完全不提供保證的精油來得貴，因為純精油的療效是不可被取代的。它有抗菌、抗病毒、抗黴菌的特性，包含殺菌、消炎、止痛、幫助傷口癒合、去痰、幫助消化、鎮靜、振奮、促進血液循環、防風溼、防腐等諸多功能與用途。

芳香療法使用的是最高品質的精油，它的生產必須依照標準而且複雜的方式，無論是萃取的方法、部位、時間以及萃取的植物品種，甚至連植物來源的國家以及種植土壤，都要斤斤計較，其目的就是為了得到最好的芳療效果。也因此，芳療用的精油是很昂貴的。

市面上的精油品質參差不齊，沒有專業背景的人，很容易買到假的或是不好的精油。而且現在精油市場的競爭愈來愈激烈，為了降低價格吸引顧客，那適合芳療用的精油就更難買到了。