

葡萄柚、桔、乌橙、柠檬、莱姆、欧洲冷杉  
 胶冷杉、西伯利亚冷杉、道格拉斯杉  
 欧洲赤松、落叶松、黑云杉  
 杜松浆果、高地杜松、丝柏、格陵兰喇叭茶  
 杜鹃、欧白芷根、白松香、苜蓿  
 榄香脂、乳香、卡奴卡、岩玫瑰、黑胡椒  
 熏陆香、贞节树、罗马洋甘菊  
 快乐鼠尾草、苦橙叶、柠檬薄荷  
 真正薰衣草、醒目薰衣草  
 佛手柑、花梨木、芳樟、芫荽  
 沉香醇百里香、侧柏醇百里香  
 龙脑百里香、蜂香薄荷、玫瑰草  
 波旁天竺葵、玫瑰天竺葵  
 大马士革玫瑰、橙花、茶树  
 马郁兰、胡椒薄荷、野洋甘菊  
 甜罗勒、黄桉、白珠树、安息香  
 秘鲁香脂、鹰爪豆、银合欢  
 桔叶、大高良姜、阿密茴香草  
 摩洛哥玫瑰、摩洛哥茉莉  
 阿拉伯茉莉、黄玉兰、白玉兰  
 水仙、晚香玉、红花缅甸  
 松红梅、永久花、大西洋雪松  
 喜马拉雅雪松、大根老鹳草  
 马缨丹、印蒿、桂花、紫罗兰  
 鸢尾草、零陵香豆、土木香  
 圆叶当归、芹菜 ……

汕頭大學出版社

THE COMPLETE GUIDE TO ESSENTIAL OILS

茹丝·冯·布朗史万格 (Ruth von Braunschweig) / 温佑君◎著

# 精油图鉴

150种  
全球最佳  
植物精油



## 图书在版编目 (CIP) 数据

精油图鉴 / 茹丝·冯·布朗史万格(Ruth von Braunschweig), 温佑君著. — 汕头: 汕头大学出版社, 2006.5

ISBN 7-81036-961-X

I. 精... II. ①茹... ②温... III. 香精油—图集 IV. TQ654.64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 039176 号

中文简体字版 ©2006 由汕头大学出版社发行

本书经城邦文化事业股份有限公司商周出版事业部授权, 同意经由汕头大学出版社出版中文简体字版本。非经书面同意, 不得以任何形式任意复制、转载。

## 精油图鉴

作 者: 茹丝·冯·布朗史万格(Ruth von Braunschweig) 温佑君

责任编辑: 廖醒梦 梁志英

责任校对: 蒋惠敏

封面设计: 黎小红

责任技编: 姚健燕 李 行

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编 515063

电 话: 0754-2903126

印 刷: 深圳大公印刷有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 11.5

字 数: 100 千字

版 次: 2006 年 7 月第 1 版

印 次: 2006 年 7 月第 1 次印刷

印 数: 6500 册

定 价: 29.80 元

ISBN 7-81036-961-X/TQ·43

发行 / 广州发行中心 通讯邮购地址 / 广州市天河北路 177 号祥龙阁 3004 室  
邮编 / 510620

电话 / 020-22232999 传真 / 020-85250486

马新发行所 / 城邦 (马新) 出版集团

电话 / 603-90563833 传真 / 603-90562833

E-mail: citeckm@pd.jaring.my

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

## 作者简介

茹丝·冯·布朗史万格  
Ruth von Braunschweig

国际知名芳香疗法专家、精油专家，目前为德国芳疗协会荣誉会员及专任讲师。

拥有专业芳疗师与生物、化学学士双头衔的Ruth老师，在德国举办过无数的专题演讲并写过无数的专刊。凭着丰富的化学专业背景，她所创立的精油化学结构分析模式，已经为广大的精油爱好者提供一条明确且科学的学习途径。

著作有《茶树精油》、《植物油》、《薰衣草与松红梅》（均为德文）。

## 温佑君

专业芳疗师。东吴大学社会系、英国肯特大学哲学研究所毕业。因对精油疗法的喜爱，后进入伦敦芳香疗法学校学习并取得优异成绩。目前为肯园香气私塾负责人。

本书为其采借在德国已注册著作权的“茹丝的蛋”，来介绍150种精油的成分，使初学者得以一目了然地掌握各种精油的身心疗效。

作品有：

翻译：《芳香疗法精油宝典》。

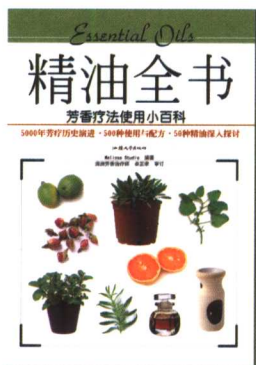
审订：《芳香疗法大百科》、

《芳香疗法的艺术》、

《发现肯园》。



《芳香疗法全书》 39.80元



《精油全书》 30.00元



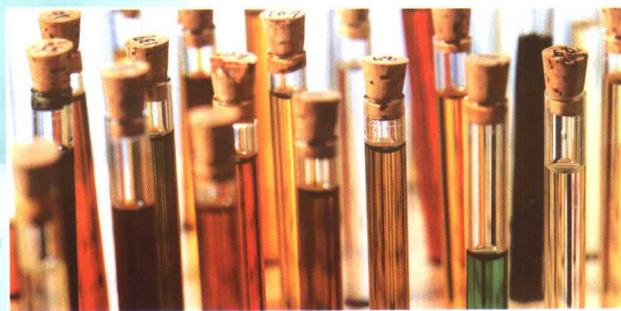
《精油芳疗养生事典》 36.00元

责任编辑：廖醒梦 梁志英

封面设计：黎小红

精油图鉴

The  
Complete Guide to  
Essential Oils



茹丝·冯·布朗史万格 (Ruth von Braunschweig)

温佑君◎著

汕头大学出版社

试读结束，需要全本请在线购买：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)



# CONTENTS

The Complete guide to essential Oils



推荐序	4	白松香	37	黄玉兰	68
引言	6	莳萝	38	白玉兰	69
如何使用本书	8	榄香脂	39	水仙	70
芳疗年表	10	乳香	40	晚香玉	71
光合作用—— 精油是如何形成的？	12	卡奴卡	41	红花缅甸	72
精油蒸馏过程	13	岩玫瑰	42		
气卦七轮与 其对应范围	14	黑胡椒	43	<b>单萜醇类</b>	<b>73</b>
精油化学结构图	15	熏陆香	44	花梨木	74
精油成分属性表	16	贞节树	45	芳樟	75
<b>单萜烯类</b>	<b>18</b>			芫荽	76
葡萄柚	19	<b>酯类</b>	<b>46</b>	沉香醇百里香	77
桔	20	罗马洋甘菊	47	侧柏醇百里香	78
苦橙	21	快乐鼠尾草	48	龙脑百里香	79
柠檬	22	苦橙叶	49	蜂香薄荷	80
莱姆	23	柠檬薄荷	50	玫瑰草	81
欧洲冷杉	24	真正薰衣草	51	波旁天竺葵	82
胶冷杉	25	醒目薰衣草	52	玫瑰天竺葵	83
西伯利亚冷杉	26	佛手柑	53	大马士革玫瑰	84
道格拉斯杉	27			橙花	85
欧洲赤松	28	<b>苯基酯类</b>	<b>54</b>	茶树	86
落叶松	29	黄桉	55	马郁兰	87
黑云杉	30	白珠树	56	胡椒薄荷	88
杜松浆果	31	安息香	57	野洋甘菊	89
高地杜松	32	秘鲁香脂	58	甜罗勒	90
丝柏	33	鹰爪豆	59		
格陵兰喇叭茶	34	银合欢	60	<b>倍半萜酮类</b>	<b>91</b>
杜鹃	35	桔叶	61	松红梅	92
欧白芷根	36	大高良姜	62	永久花	93
		阿密茴	63	大西洋雪松	94
		香草	64	喜马拉雅雪松	95
		摩洛哥玫瑰	65	大根老鹳草	96
		摩洛哥茉莉	66	马缨丹	97
		阿拉伯茉莉	67	印蒿	98



桂花	99
紫罗兰	100
鸢尾草	101

### ▶ 香豆素与内酯类 102

零陵香豆	103
土木香	104
圆叶当归	105
芹菜	106

### ▶ 醛类 107

柠檬香桃木	108
柠檬细籽	109
柠檬香茅	110
柠檬尤加利	111
山鸡椒	112
柠檬马鞭草	113
香蜂草	114
小茴香	115

### ▶ 氧化物类 116

蓝胶尤加利	117
澳洲尤加利	118
史密斯尤加利	119
绿花白千层	120
白千层	121
香桃木	122
罗文莎叶	123
月桂	124
高地牛膝草	125
桉油醇迷迭香	126
豆蔻	127
穗花薰衣草	128

### ▶ 酚类 129

多香果	130
中国肉桂	131
锡兰肉桂	132
丁香	133
神圣罗勒	134
野马郁兰	135
冬季香薄荷	136
印度藏茴香	137
野地百里香	138
百里酚百里香	139

### ▶ 单萜酮类 140

头状薰衣草	141
艾草	142
鼠尾草	143
牛膝草	144
绿薄荷	145
藏茴香	146
万寿菊	147
樟树	148
薄荷尤加利	149
多苞叶尤加利	150
樟脑迷迭香	151
马鞭草酮迷迭香	152

### ▶ 醚类 153

热带罗勒	154
龙艾	155
肉豆蔻	156
洋茴香	157
茴香	158
欧芹	159

### ▶ 倍半萜烯类 160

西洋蓍草	161
德国洋甘菊	162
南木蒿	163
摩洛哥蓝艾菊	164
没药	165
穗甘松	166
缬草	167
蛇麻草	168
维吉尼亚雪松	169
依兰	170
郁金	171
姜	172
古巴香脂	173
一枝黄花	174

### ▶ 倍半萜醇类 175

檀香	176
胡萝卜籽	177
岩兰草	178
广藿香	179
暹罗木	180

### 科属索引 181

### 学名索引 182



## > 推荐序



“Ätherische Öle wirken nicht auf geheimnisvolle, wunderbare Weise, sondern auf Grund ihrer biochemischen Zusammensetzung. Diese ist bei den einzelnen Ölen sehr unterschiedlich und prägt die spezifischen Eigenschaften und Indikationen.

Jedes ätherische Öl setzt sich aus einer Vielfalt organischer Verbindungen zusammen, den Inhaltsstoffen, die für den Duft und die Wirkung verantwortlich sind. Es ist nie ein einzelner Stoff, der den Charakter und die Eigenschaften eines ätherischen Öls bestimmt, sondern immer die Gesamtheit der Inhaltsstoffe.

Jeder Inhaltsstoff hat zwar eine spezifische Wirkung, die auch häufig einzeln chemisch nachgewiesen sind. Aber nur die individuelle Kombination in jedem ätherischen Öl macht seine ganz speziellen Eigenschaften aus.

Es gibt hunderte von Wirkstoffen in den verschiedenen Ölen. Um jedoch den Überblick zu behalten und einen Einblick in die spannende Welt der Wirkweisen zu ermöglichen, werden die Hauptgruppen der Inhaltsstoffe vorgestellt. Die Einzelstoffe lassen sich in Gruppen zusammenfassen, da viele einen ähnlichen biochemischen Aufbau haben und somit auch ähnliche Wirkungsweisen aufweisen.

Benannt werden die Hauptgruppen nach ihrer chemischen Zusammensetzung.

Modell zu Wirkung ätherischer Öle: Das Modell gibt einen Überblick über die Zusammensetzung eines Öls, Konzentration bzw. Quantität einzelner Inhaltsstoffgruppen, sowie die Wirkung der einzelnen Stoffe und im Zusammenspiel die Eigenschaften des gesamten Öls.

Angeregt zur Entwicklung dieses Modells wurde ich durch die vielfältigen Diskussionen in Seminaren. Es wurde darin deutlich, dass der Anwender / Therapeut ein einfaches Hilfsmittel für einen verantwortungsvollen Umgang mit ätherischen Ölen benötigt, denn z.B. sind einige Inhaltsstoffgruppen stark anregend und gleichzeitig in hoher Dosierung auch hautreizend während andere seelisch ausgleichend und hautpflegend sind.

Ich freue mich herzlich darüber, daß dieses Modell von Yo-June ins Buch eingeführt ist. Durch die Beschreibung der Inhaltsstoffe und ihre Eingliederung in das Modell erleichtert dem Anwender die chemischen Zusammenhänge zu erkennen und im Rahmen der Aromatherapie sinnvoll anzuwenden”

Herzliche Grüsse



精油的运作模式并非深奥莫测、玄不可解，而是建构在生化的组成成分上。

每一种精油的生化组成均不相同。精油的特质、气味、作用及临床应用皆取决于各种有机体的独一无二组合。

学习者需谨记在心的是，精油的特质并非由某种特定分子所决定，而是取决于一种综合的协调性。虽然生化实验证明某些成分确实具备特定的功效，但因每一种精油都拥有百种以上的有效物质，其作用机制自然不是单一的，也因此使得这个领域的探索随处充满令人惊喜之处。

为了带领有心人一窥芳疗之堂奥，我兴起了将数百种精油大类化的构想。

从化学属性来看，许多单一的化学成分具备类似的生化结构、拥有近似的作用机制，故可被归为同类。每一种精油依其化学组合类化后，再定义其基本的身、心、灵疗愈力，因而有了“茹丝化学结构图”的产生。

这个模式的好处在于能通过图解，使大家对精油的主要成分、每一大类的比重，以及各种成分间交替作用的方式，获得快速且清晰的概念。

这个模式的原创动力亦要感谢许多曾经和我共同学习的学员。在许多各式各样的研讨会中，我发现精油的使用者 / 治疗师需要一个简易、一目了然的原则，辅助他们有意义且安全地使用精油。例如：某些化学类属具有强大激励的作用，高剂量使用时会刺激皮肤；某些则具有镇定情绪、护肤的效果。

很高兴看到佑君在这本书里采用“茹丝化学结构图”的概念来介绍精油，我衷心期望所有芳疗爱好者能藉由这个化学结构图的帮助，安全、正确地应用芳香疗法。

**茹丝·冯·布朗史万格**

德国生化学者  
国际知名芳疗专家

## 引言



编写这样一本严肃的教科书，背后其实有一个浪漫的理由。

一般人都以为学芳疗该是鸟语花香似的乐事一桩，但在我培训班上的学生，却常感“没顶”之苦。平日再熟悉不过的薰衣草，一会儿得分辨它长相互异的各个品种，一会儿要区隔它们相差无几的气味，不多时又出现变化多端的化学结构，最后还来段闻所未闻的电影情节，给这种精油的应用做寓言式总结。目不暇给的学生为免顾此失彼，只有拼命描摹“茹丝的蛋”——以德国生化学者Ruth von Braunschweig提出的模型为依据，替每种精油剪影塑像的成分图。

“茹丝的蛋”确实是我一再鼓吹的学习重心，因为消费大众的精油概念已被商品化，而有心深究者往往囿于语言的限制，仅能取得一些人云亦云的资讯，若不从罕见讨论的化学结构切入，是不可能突破这重重迷障的。就拿安眠的薰衣草来说吧，为什么它有这种作用？是否对任何睡眠困扰都有帮助？怎么有些人却愈用愈有精神、反而睡不着？如果你晓得，薰衣草富含的酯类以抗痉挛见长，自然不会怀疑它要如何让神经紧绷的人放松下来。但酯类是阴性的分子，不像阳性的醚类同时兼具抗痉挛和充电的功效，所以对那些耗损过度、累到睡不着的个案，富含醚类的罗勒可能比薰衣草更有帮助。而用起来反倒提神醒脑的怪胎薰衣草，其实并不是大家印象中的薰衣草，而是萃取自一种名为醒目薰衣草的杂交品种。同属不同种的薰衣草，就像同被归为印象派的塞尚与莫内，相去岂可以道里计？因此，我总要不厌其烦地提醒学生，开启精油大门的两把钥匙，一是植物分类，另外一把就是化学结构。受到这种观念的反复习染，学生将茹丝的蛋视若珍宝，应该可以算是尽得真传了。可是看到她们心无旁骛地画蛋，我总有一丝怅惘。因为，精油并不是芳香疗法的终点。

那么，什么才是芳香疗法的终点？这个重要问题的另一个提法是，学习芳香疗法的终极目的为何？既然是门疗法，习用的意义必然在于获得某种疗愈能力。表面上看来，的确是精油的化学结构决定了它的药学属性，是那些药学属性带给芳疗神奇的治愈力量。然而，多年的教学与临床经验让我清楚看到：单凭精油的化学结构，并不能产生全面的疗效。这个世界上最具疗愈力的，其实是德性之真和艺术之美，没有这两股力量“加持”，精油恐怕也是徒善不足以自行。举另一个对失眠和头痛有奇效的精油穗甘松来说好了，这种精油富含倍半萜烯，可以使人产生怡然自得的感觉。而一个人在做下宽厚的决定时，或是赏玩书画之际，心中一样会产生怡然自得的感觉。在这抽象感受的背后，是脑内啡与血清素具体运作的结果。脑内啡足以止痛，血清素助人安眠，可见人体内原就蕴藏着巨大的自愈能力。使用精油的目的，

本在唤醒这种自愈能力，而德性与艺术既能带来相近的感受，自然也能唤醒这种自愈能力。相反的，若是长期抱持睚眦必报或汲汲营营的心态，或是生活当中只有柴米油盐或声色犬马，那么穗甘松带来的怡然自得，也会逐渐被剥蚀殆尽，使人再次坠入失眠头痛的深渊之中。

所以，在我看来，芳香疗法的终点就和所有宏伟深刻的学问一样，是要引领我们走进存在的本质，使人更加了解这个世界，同时也得以重新认识自己。而精油的化学结构，不过是这趟探索之旅的起点。话虽如此，泰半的芳疗书籍连这个起点也未能站上，在精美的印刷之下，却多是些立论不知依据、评述少经考证的传闻。因此，这本《精油图鉴》试图从严谨的科学事实出发，希望能帮助读者突破盲信、扫除疑虑。书中罗列的精油成分与属性疗效，除了对照法国芳疗权威潘威尔医师 D.Panoel 和化学家法兰贡 P. Francomme 的研究成果，也参考世界各地的精油期刊文献，而且，大部分被选录的资料，都曾经过我自己或师友学生的临床印证。

这本书最特别的地方，当然还是前述的“茹丝的蛋”。这个模型是茹丝老师匠心独运的发明，使初学者得以一目了然地掌握各种精油的身心疗效。“茹丝的蛋”在德国已注册著作权，多蒙茹丝老师慨然应允，让我在书中采借其模型来介绍精油成分，以嘉惠中文读者。本书另一特点是，所有植物图片都经过品种方面的核对确认，就连手绘的部分也不例外，读者绝对可以放心从中捕捉植物原貌。但这本书并非DIY用油指南，而比较像是提供研究材料的简明手册。事实上，最初便是有感于学生抄笔记太辛苦，才兴起出版本书的念头，现在如愿完成，也算得上是教学相长的一种收获吧。

最后，特别要感谢肯园的艺术总监刘寅生先生，和肯园的芳疗师吴佳陵，佳陵栩栩如生的白描手绘，让那些罕能目睹的植物如在眼前。同时也让我那个浪漫的想法有机会实现——希望我的学生们，可以省下抄笔记与描图的时间，听听精油如何和音乐、绘画、戏剧、文学和所有美的元素对话；也希望所有对精油感兴趣的朋友，能在坚实的科学基础上，探索和人生一般艰难但美妙的芳疗世界。

温佑君

## 如何使用本书

根据植物精油内含的主要芳香化学成分，将本书共区分为15个主要的章节；分别为单萜烯、酯类、苯基酯、单萜醇、倍半萜酮、香豆素及内酯类、醛类、氧化物、酚类、单萜酮、醚类、倍半萜烯及倍半萜醇等。这些成分组成提供了精油不同的性质、气味、作用及临床应用的的身心疗效，接之各章节内的精油则再依其植物科属及化学成分的含量多寡依序排列。

精油颜色：萃取出的精油色泽。

药学属性：精油内含的芳香分子应用在医疗上的作用机制。

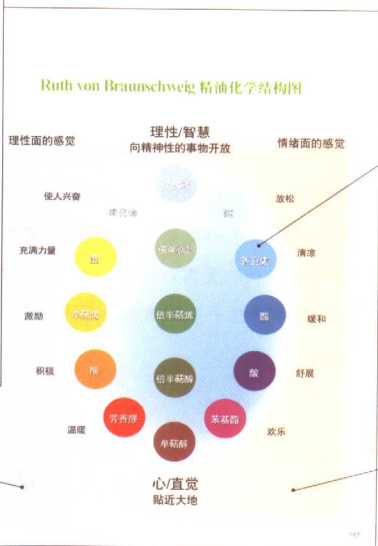
适用症候：适合使用的疾病或生理症状。

心理处方：特别适合在某些情绪状态使用，帮助内在重新回归平衡。例：丁香帮助化解无能为力不如归去之感。或者，可以提供某种特定的正面特质。例：茉莉带给人信心。



人体气卦七轮：精油对应人体的脉轮能量。(见14页详细说明)

使用禁忌：使用时须注意的安全问题。

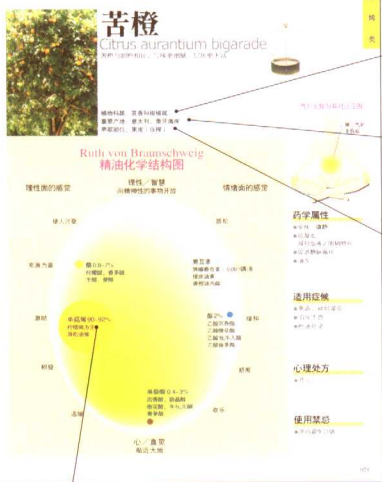


化学分子：代表同属性芳香化学成分。

茹丝蛋左侧：对应阴性情绪的阳性芳香分子位于此，如醛类、氧化物类。

茹丝蛋右侧：对应阳性情绪的阴性芳香分子。





植物科属：相同科属的植物常具相仿的特性或作用功能。

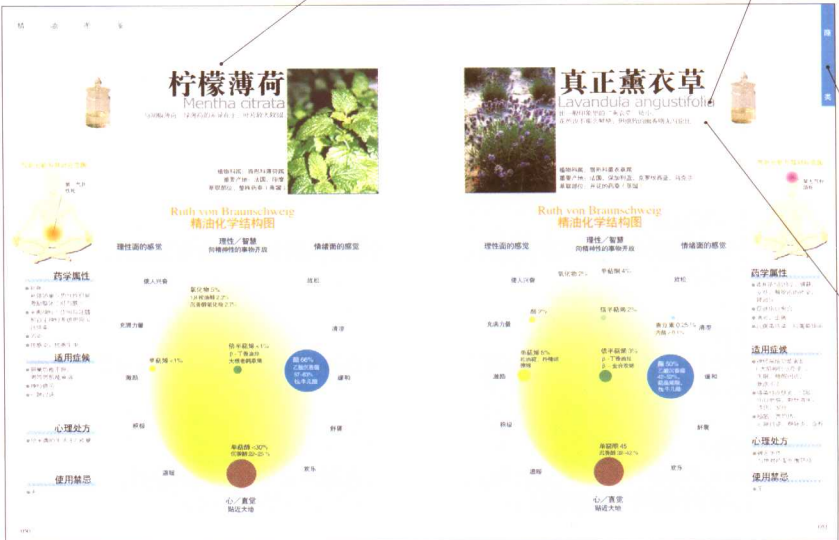
重要产地：显示植物生长环境的气候土壤等天然因素。

萃取部位：植物萃取的部位和萃取方式的不同将影响成分差异。

化学分子比例：组成精油芳香分子的化学成分比例。

植物名称：一般俗名，也是我们一般常见的植物精油名称。

拉丁学名：完整的拉丁学名，是世界共通的精油标示名，可作为读者购买精油时，俗名之外的共同依据。



分类标签：所属的化学分类。

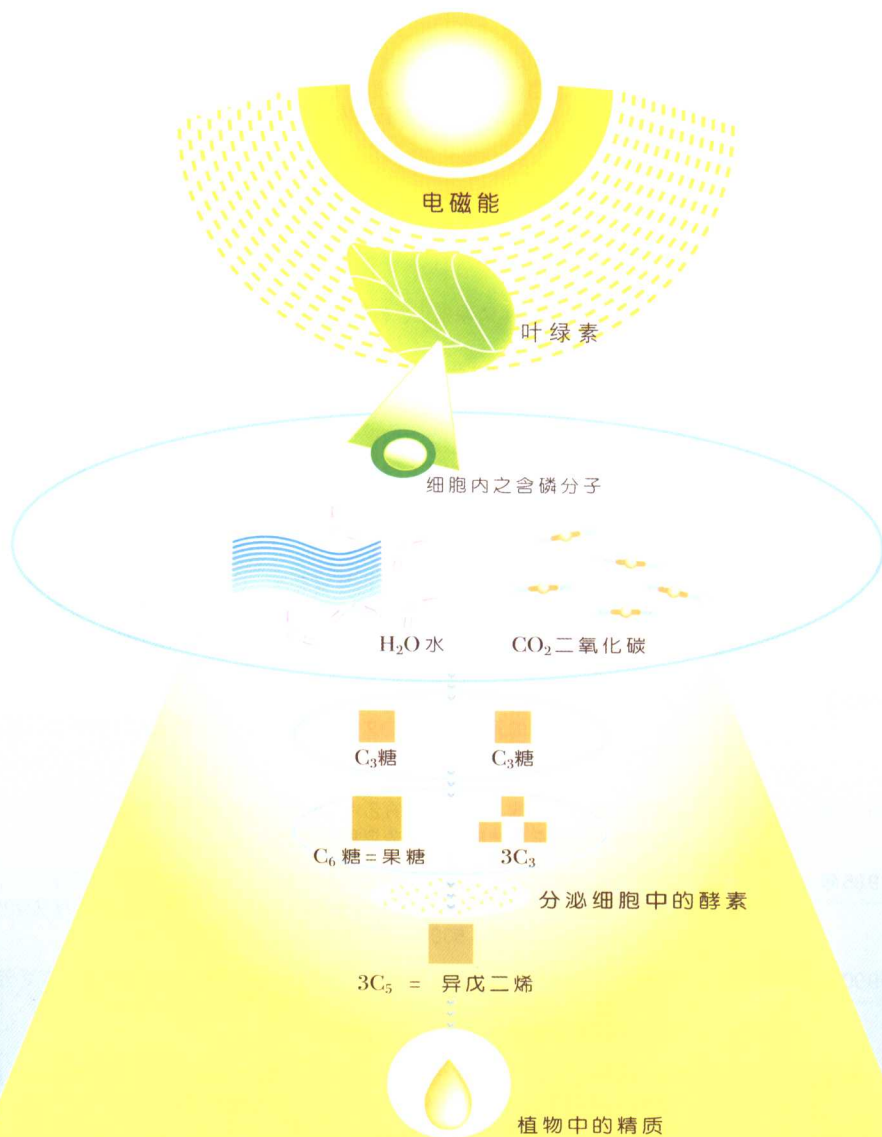
图说：精油植物的特殊属性及外形描述。

## 芳疗年表

- 史前** 烟熏病患，食用芳香药用植物。
- 公元前 4000 年** 古迹石板记录苏美人使用芳香植物。
- 公元前 3000 年** **埃及**  
历史记录芳香药用植物的使用，包括医疗、美容、制作木乃伊、宗教仪式。
- 公元前 2000 年** **印度**  
吠陀经典记录芳香药用植物的使用方法。（夏 2205~1766 BC，商 1765~1200 BC）
- 公元前 460 ~ 377 年** **希腊**  
希波克拉底，整体疗法之父。其著作所载之药草处方有三百多种，现代医生在就业前仍需宣读“希波克拉底誓言”。（战国时代，黄帝内经 403~221 BC）
- 公元 78 年** **希腊**  
狄奥司哥底，其五大册的本草经中，列举了药草处方达五百种。（东汉章帝 58 ~ 88 BC，班超的时代）
- 公元 131 ~ 199 年** **罗马**  
率先对药用植物做出主要分类。（东汉华佗，208 AD）
- 公元 825 ~ 925 年** **阿拉伯**  
拉齐，撰述 24 册药书《巴格达的医院》。（唐朝孙思邈，备急千金药方，652 AD）
- 公元 980 ~ 1037 年** **波斯（今伊朗）**  
阿比西那，著作中记录了超过 800 种药用植物，运用按摩与食疗治病，改进当时的蒸馏法而萃取精油。（北宋王惟一，创制经络铜人，1026 AD）
- 10 世纪** **黑暗时代**  
罗马帝国崩溃后，药草传统主要保存于修道院中。盎格鲁·萨克逊药方集结成书，名为 *Leech Book of Bald*。（五代至北宋初）
- 12 世纪** **十字军东征**  
带回阿拉伯的香水与蒸馏配备，开始用欧洲本土的芳香植物萃取精油。（北宋末，南宋初 1127 AD）
- 15 世纪** **欧洲**  
印刷术传入，各国印制《药草志》，药商与药师都销售精油，大户人家会自备蒸馏房。（明朝）
- 16 世纪** **欧洲**  
Pietro Mattioli、Charles de l'Écluse、Banckes 出版药草志。（明朝李时珍，万历六年、1578 AD 成书《本草纲目》）

- 公元1597年**                   **英国**  
御医约翰·杰洛出版《药草简史》，在民间广为流传，是英国最早的药草书之一。（明朝万历十八年，1590 AD刊行《本草纲目》，狂销三十几版）
- 公元1652年**                   **英国**  
卡尔·塔波刊行《英国医师增订本药草志》，许多译自希腊文与拉丁文的医书，也都描述了精油的应用，实验化学开始兴起。（清朝顺治年间）
- 公元1660 ~ 1742年**           **非德利奇·霍夫曼**  
对精油进行研究。（清朝雍正、乾隆年间）
- 18世纪**                        **外科手术兴起，化学药物昌盛，植物疗法渐衰。**（清朝乾隆年间，1735~1796 AD）
- 公元1926年**                   **赫内·盖特福赛**  
法国化学家，现代芳香疗法之父，发表一篇论文，首创Aromatherapie一词，其书旋即出了英文版。（公元十五年，孙文逝世后一年）
- 公元1950 ~ 1952年**           **尚·瓦涅医生**  
他在这段时间担任法国派驻越南的外科军医，以精油治疗许多疾病和创伤，1953年返回法国后便运用精油进行医疗直至今日。曾任法国植物疗法与芳香疗法学会主席，并获颁荣誉勋位。所著之《芳香疗法之临床医疗》于1980年出版。
- 公元1961年**                   **摩利夫人**  
出版《摩利夫人的芳香疗法》法文版，本是奥地利裔的法国外科护士，后来成为将芳香疗法引进英国与美容界的教母。
- 公元1977年**                    **罗勃·滴莎兰德的《芳香疗法的艺术》出版，这是英语世界的第一本芳香疗法专书，也使罗勃·滴莎兰德成为英国芳疗界的先驱。**
- 公元1985年**                    **本部在英国的国际芳香疗法师联盟IFA创立，主导英语世界芳疗教学的方向，影响深远，1993年为其全盛时期，当时全英约有90所大大小小的芳香疗法学校，60册以上的芳香疗法专书，5000名左右的执业芳香疗法师。**
- 公元1990年**                    **德国芳疗协会Forum Essenzia创立，该协会并定期出版内容严谨详实之芳疗期刊，举办由医师、化学家、护理专业人员、自然疗法师所教授的课程与讲座，以及三年一次的国际芳疗学术研讨会。**
- 公元1996年**                    **法国医师潘威尔与化学家法兰贡合著之《精确的芳香疗法》法文版出版，此书是他们两人自70年代以来的研究成果总结，被奉为最具学术价值之芳疗圣经。**
- 公元2002年**                    **芳香疗法已成为另类疗法中的显学，有愈来愈多的中、西医投身其中以进行研究或临床应用；另一方面，它也是休闲产业SPA与美容界的流行宠儿，所以，芳香疗法在大众心目中的评价，仍视其认识深浅而在两极间摆荡。**

## 光合作用——精油是如何形成的？

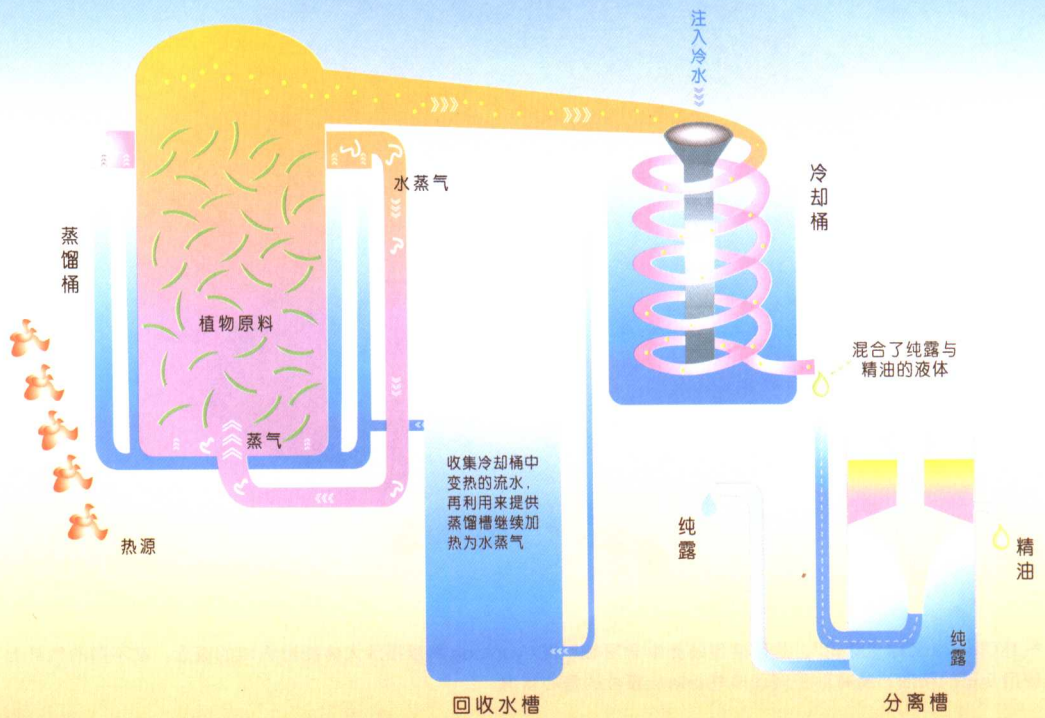


### 植物如何制造精油？

靠着众所周知的光合作用，植物不仅为自己生产粮食，某些植物还能进一步把这些养分再制成具有挥发性的芳香分子，以抵抗病虫害，或是在丛林大火时使地上枝叶迅速燃烧以保住根部。这些芳香分子被储存于植物不同部位的腺囊中，高温下或挤压时即会释出。



## 精油蒸馏过程图



### 人类如何萃取精油？

蒸馏法是最常用的萃取方式，同时还能获得一种珍贵的副产品：纯露。压榨法专门用来萃取芸香科柑橘属的果皮类精油，而许多昂贵花香类的原精，由于花瓣娇弱，只能用溶剂（己烷）萃取。目前最佳的萃取技术是二氧化碳萃取法，但因为设备昂贵，尚未普及。