

IXアロマ通信 2011

11

アロマセラピーのメリット

アロマセラピーは体と心、両方に作用する
ホリスティック＝全身的な療法です。

精神的なストレスから体の不調へ、身体の不調から
精神的なストレスへと心身の不調が互いに影響しあい、
深刻化するトラブルにアロマセラピーは多大な力を発揮します。



アトピー性皮膚炎

かゆみや乾燥・炎症を抑える精油
のパワーで皮膚状態をマイルドに
修復

アトピー性皮膚炎は顔や身体に見られる赤い発疹と猛烈なかゆみの特徴です。多くは食品やダニ、カビなどに対するアレルギー反応が原因です。アトピー性皮膚炎の診断は非常に難しく、①完全にアレルギーが関与している場合と、②皮膚の乾燥がベースにある場合とがあり、この2つをしっかりと見きわめ治療方針を決める必要があります。アトピー性皮膚炎の治療では、抗炎症剤であるステロイドの問題は避けられません。ステロイド剤をどうしても使いたくない人、また使うとしても最小限にとどめたいという人に対し、アロマセラピーは有効な補助療法といえます。

■主な使用例

●かゆみがとくに強い

ラベンダー 2 滴
ゼラニウム 2 滴
ペパーミント 2 滴
ホホバオイル 15ml

ホホバオイルに 3 種類
の精油を入れ、ガラス
棒などで、よくかき混ぜ
て 1 日 2~3 回、塗布し
ます。

ペパーミントは血管を引き締め炎症を抑えます。

●乾燥が特に強い

ゼラニウム 2 滴
ワセリン 10g

ワセリンに精油を入
れ、ガラス棒などで、よ
くかき混ぜて 1 日 2~3
回、塗布します。

ゼラニウムは抗炎症作用が高く、傷の回復を
助けます。

参考文献: 医師が教えるアロマセラピー(川端一永、吉井友季子)



アトピー性皮膚炎にアロマセラピーを始めるときは、必ず主治医に相談してください。また、アロマセラピーを始めたからといって、これまでの治療を急に中止するのは危険です。これまでの治療と併行してアロマセラピーを行い、数か月から半年という長い時間をかけて少しずつステロイド剤や内服薬を減らすようにしてください。また、精油はアレルギーの原因となり得ることも十分理解してください。パッチテストをきちんと行い精油選びも慎重にしましょう。

以上の点を踏まえ、アロマセラピーを安全に行いましょう。精油選びで不明な点はイクスアロマセラピストにご相談ください。

アロマセラピーのご相談は

「アロマセラピー&リフレクソロジースタジオ イクス」まで、お気軽に♪ ☎045-791-0437

AROMATHERAPY &
REFLEXOLOGY STUDIO IX 172

11月 セラピスト一覧

	月	火	水	木	金	土
		1 定休日	2 斉藤 澤田	3 田中 澤田	4 田中 斉藤	5 斉藤 澤田
6	7	8 定休日	9 斉藤 澤田	10 田中 斉藤	11 田中 澤田	12 臨時休業 (アロマ学会)
13	14	15 定休日	16 斉藤 澤田	17 田中 堀原	18 斉藤 澤田	19 堀原、相馬 田中
20	21	22 定休日	23 澤田、相馬 田中	24 斉藤、澤田 長島	25 斉藤、堀原 長島	26 斉藤、澤田 相馬
27	28	29 定休日	30 斉藤 長島			

ご予約 ☎045-791-0437

<http://www.ix-ix.net>

ご自分だけの香りでいつでもどこでもアロマセラピー♪

■リラックス・・・お疲れの時、就寝前に

カモミールローマン・ラベンダー・スイートオレンジ

■リフレッシュ・・・集中したいとき、気分転換に

ローズマリー・ユーカリ・グレープフルーツ

■アンチウィルス・・・風邪・インフルエンザの予防に

ティートリー・ペパーミント・レモン



10ml ￥1,050 (税込)

エッセンシャルオイルを配合したブレンドオイル。
ロールタイプで、塗りやすく香りも長持ち。
くつろぎタイム、外出先、様々な場面でお使いください。

上記3種類のほかにも、お好きな香りや目的別で、あなただけのオリジナルのタイプが
出来ますので、イクスアロマセラピストにお気軽にご相談ください♪

2011年11月12日(土)は、日本アロマセラピー学会出席のため、臨時休業致します。
お客様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解を賜りますよう、何卒、よろしくお願い申し上げます。
尚、学会のご報告はHP、IXアロマ通信等でさせていただく予定です。皆様の健康維持・増進の
ためのアロマセラピーの最新の情報をどうぞお楽しみに！

AROMATHERAPY &
REFLEXOLOGY STUDIO IX イクス

ご予約 ☎ 045-791-0437