

失智症是一種腦部失能、無法恢復的症狀，目前某些醫療角度上為了尊敬年老者一直把失智症患者不稱為“**生病者**”，有此症狀者背因很複雜最常見的成因主要是“退化性失智”，而由腦部有異常蛋白長期沉積所引發的**阿茲海默症**則是最常見的“退化性失智”之起因，其次為**血管性失智症**亦屬於“退化性失智”起因於中風或小血管長期慢性梗塞而引起。

然而不論是何種原因所引起的失智症，失智患者的情緒都易不安、煩躁，但若有**安定的環境**；例如**簡單明亮的佈置、穩定的生活步調及熟悉親切的日常照顧**等，都可增加失智症者的穩定感，減少其不安及煩躁的情緒而降低發生失序的行為外，也能紓解失智患者之家人在照顧上的煩惱。

而由於芳香療法日益受到大眾的歡迎與肯定，乃源於芳香療法對情緒調和、尤其撫平煩躁的情緒十分有效。因此若選用薰衣草、檸檬、紫檀木、杜松、高針葉松、廣藿香、佛手柑等純草本精萃的精油約3~4種用以香薰法、間接吸入法及按摩法都是舒緩煩躁情緒的芳療用法，若將此芳療法用於舒緩失智症的煩躁及不安情緒亦極賦有幫助性！



Ps:

認識芳療按摩法:

藉用精油與植物油或由植物油製成的純植物性乳液來融合所進行的按摩法是一項十分具有效用的芳療方式，不但可巧用精油的草本性並可藉由按摩的柔和手法來增進和諧。而調配按摩方時通常單方精油（一種精油/即由一種草本所萃出的精油）選用適合的3~4種；至多5種，而精油的總滴數約共3~7滴，或選

用合適的一瓶複方精油（已由 3~5 種精油調和而成）；而精油滴數約共 4~7 滴，再與植物油 / 乳(調理品)10ml 調和一起。

芳療吸入法:

間接吸入法是將適用的 2~3 種精油；共約 3 滴加於手帕或衣領上，使香氣環繞人體四周。

芳療香薰法：

香薰法即以適合的 3 種精油，每種約 1~2 滴加入各式擴香器如插電型薰香台的散香法。

陳秀麗



現任 / 唯愛香草藝有限公司教育總監 。ARDC 芳療學術研究發展中心主任

實踐大學 高齡所畢 研究論文:探討中高齡職業婦女經驗芳香療法舒壓歷程

英國 Shirley Price 國際芳療學院 芳療專修文憑/臨床專題:芳療與情緒影響

英國 Shirley Price 國際芳療學院 合格芳療師證書

芳療相關著作: 和香氛談戀愛、打造一個芳療寶寶、草本芳療生活全書、解讀生命靈數及從芳香療法開啟幸福的味道。

其他經歷: 貓頭鷹、三采文化出版社相關芳香療法、按摩及植物養生書籍的審訂、翻譯顧問及專家推薦。

康健、漂亮家居及 Career 就業情報等雜誌的專訪對象。曾任健康 100 雜誌的香草芳療專欄作家。