

增加 SPA 樂趣--使用入門精油套裝的好點子



頭部 SPA 前：

(水滴圖案)在進行頭部 SPA 前，取一滴薰衣草精油，塗上唇、眉毛上方額頭處或其他肌膚敏感處，來舒緩過敏或紅腫處的肌膚。並降低 SPA 過程中對肌膚的刺激性。(注意事項:請避開眼睛)

頭髮保養：

(水滴圖案)洗髮時加入一滴檸檬與薰衣草精油進行頭皮按摩；然後在潤絲時加入兩滴薄荷精油，輕柔按摩頭皮後沖洗。可保持頭皮與頭髮的健康。(注意事項:請避開眼睛)

指甲保養：

(水滴圖案)在使用過指甲去光水後，滴幾滴檸檬精油在指甲上按摩，進行深度清潔和淨化。在指甲彩繪前，修剪指甲或指甲周圍表皮後，可用幾滴薰衣草精油按摩，舒緩敏感表皮。在指甲彩繪後，可滴一滴薄荷精油到手掌上，可以幫助中和彩繪指甲後留下的化學氣味。

#### 手部按摩：

(水滴圖案)在手部按摩前，可以先使用精油在手上。可以先問自己或客戶現在需要什麼樣的心情。如果需要的是放鬆和沒有壓力，先使用薰衣草精油。如果需要的是精神充沛、激勵的情緒，使用幾滴檸檬或薄荷精油，之後才開始按摩。(注意事項：過程中請不要用手碰觸眼睛)

#### 環境擴香：

(水滴圖案)可以混合等量的檸檬、薰衣草和薄荷精油，來創造美好、提振的香氛空間。如果沒有芳香噴霧器，可以把上述這些精油滴於棉球上放置在空間中。

#### 提神小撇步：

(水滴圖案)把一滴薄荷或一滴檸檬滴入冷水裡，檸檬精油是天然的抗氧化劑和解毒劑。薄荷可以在炎熱夏天裡幫助你冷靜下來，同時舒緩

胃部不舒服與反胃感。

注意:所有多特瑞精油都是天然、純正精油，非常安全，在正確使用下有效且沒有副作用。眼睛、耳朵、鼻腔內盡量不要接觸到精油。如不小心接觸，請不要用水清洗，用分餾椰子油稀釋。