



最近天氣又涼又乾，相信大家都感到皮膚非常繃緊，是時候加強滋潤。滲透力強的香薰，是炮製各類護膚或潔膚用品的好材料，對舒緩情緒亦有一定的幫助。其實親手製作適合自己的香薰護膚品很簡單，而且成分夠天然，今個冬天唔怕Dry喇！

文：Yali 攝：Owen 鳴謝：心儀香薰治療學院香薰治療師余珍儀 模特兒：Lillian (Talent 100)

香薰護膚品DIY

秋冬唔再Dry

香薰DIY護膚用品，成分自己控制，肌膚無扭計。(設計對白)



坊間有各式各樣的護膚或潔膚用品，但有些未必清楚列明成分或材料，加上近年社會崇尚天然產品，所以愈來愈多人喜歡香薰DIY，自行炮製合適肌膚的用品，迎合個別需要。

因應個人需要調校

炮製這些護膚或潔膚用品，香薰精華油是不可或缺的材料。心儀香薰治療學院香薰治療師余珍儀表示，香薰精華油有很多類型，各自發揮不同的功效，如乳香、柑橘、薰衣草等，因具備平衡皮膚分泌、改善皮膚彈性、減退皺紋、去斑等效果，多數用來做乳霜；性質較滋潤且較持久的花梨木、檀香等，多數用來做唇膏；含有舒緩神經、殺菌作用的苦橙葉、茶樹等，多數用來做沐浴液。大家可因應自己的需要而選擇相關的精華油，如果皮膚較乾燥，可加多幾滴油，又或者多添含滋潤成分的精華油。

器皿用火酒消毒

余珍儀提醒大家：「炮製期間，分量必須要準確，所以事前每個材料都要量得清清楚楚。既然是護膚或潔膚用品，要用得安心，所有器皿或材料都要確保衛生，所以事前一定要用火酒消毒。」這類天然香薰護膚或潔膚用品，成分天然，一般人士也適用，就算小朋友亦沒問題。不過有幾類人士需要格外注意，包括高血壓患者、對樟腦氣味敏感的人士等。孕婦亦要小心，因為並非所有香薰油均適合她們，且每人健康狀況各異，若她們打算使用香薰產品，事前最好諮詢專業香薰治療師的意見。☺

香薰治療師余珍儀表示，香薰精華油除護理肌膚外，還有助舒緩情緒問題。



天然香薰乳霜

材料：乳化蠟 2 克、矽靈 3 毫升、底油 5 毫升、花水 20 毫升、甘油 1 毫升、精華油 3 滴



做法：

步驟一



先做油劑部分，混和乳化蠟、矽靈及底油，慢慢攪勻。

步驟二



再做水劑部分，慢慢攪勻花水及甘油。

步驟三



將金屬盆加水放在熱爐上，加熱至大概攝氏 50 度。將油劑及水劑放上坐熱。

步驟四



把水劑部分加入油劑部分，停止加熱，繼續慢慢攪動，直至出現乳化液狀。

步驟五



待降溫，加入精華油。最後放入容器內便可。

注意事項：必須要趁乳霜未冷卻前，加入適量的香薰精華油。

天然香薰唇膏

材料：蜜蠟 0.17 克、乳木果 0.3 克、底油 0.8 毫升、精華油 1 滴



做法：

步驟一



混和蜜蠟、乳木果及底油，放在熱爐上，隔水熱溶至液狀。

步驟二



待降溫，加入精華油。最後放入唇膏容器內凝固便可。

注意事項：唇膏未凝固前，不要胡亂搖動容器，以免影響唇膏形狀。唇膏約需 15 至 20 分鐘便凝固完成，一般視乎天氣而定。

天然香薰沐浴液



材料：無味沐浴 Base 200 毫升、精華油 25-30 滴



做法：在無味沐浴 Base 內，加入精華油，然後攪勻。最後放入容器，以便儲存。