



芳香成分類	精油	精油の持つ固有作用	禁忌
<モノテルペン炭化水素類> 鬱滞除去作用 +++ 抗炎症作用 +++ コーチゾン様作用 +++ 抗ウィルス作用 +++ 抗菌作用 ++	オレンジスイート	肝臓強壯作用、腎臓刺激作用、蠕動運動促進作用、血圧降下作用	
	ジュニパー	強壯作用	
	フランキンセンス	強壯作用	
	ベルガモット	肝臓強壯作用、腎臓刺激作用、蠕動運動促進作用	光毒性
	レモン	肝臓強壯作用、腎臓刺激作用、蠕動運動促進作用、血圧降下作用	光毒性
	サイプレス	強壯作用	乳腺症・ホルモン依存型癌
	グレープフルーツ	肝臓強壯作用、腎臓刺激作用、蠕動運動促進作用、血圧降下作用	光毒性
	マンダリン	肝臓強壯作用、腎臓刺激作用、蠕動運動促進作用、血圧降下作用	
<セスキテルペン炭化水素類> (-) に帯電 鎮静作用 +++ 抗炎症作用 +++	ジンジャー	催淫作用、消化促進作用、抗カタル作用	
<セスキテルペン炭化水素> (+) に帯電 強壯作用 +++ 刺激作用 +++	パチュリ	静脈強壯作用、リンパ強壯作用、鬱滞除去作用、細胞組織再生作用	乳腺症・ホルモン依存型癌
<モノテルペンアルコール類> 抗菌作用 +++ 抗ウィルス作用 +++ 抗真菌作用 ++ 免疫調整作用 +++ 神経強壯作用 ++ 抗寄生虫作用 +	ティートウリー	副交感神経強壯作用、鎮静作用、鎮痛作用、抗炎症作用、免疫強壯作用	
	ゼラニウム	昆虫忌避作用、鎮静作用、筋肉弛緩作用、血圧降下作用	子宮収縮 (出産時以外の妊産婦)
	ネロリ	鎮静作用、血圧降下作用、抗不安作用	乳腺症・ホルモン依存型癌
	マジョラム	副交感神経強壯作用、鎮静作用、鎮痛作用、抗炎症作用、免疫強壯作用	
	プチグレン	鎮静作用、血圧降下作用、抗不安作用	
		セロトニン生合成に関係が深い抗不安作用	

芳香成分類	精油	精油の持つ固有作用	禁忌
<セスキテルペンアルコール類> ホルモン様作用 ++ (主にエストロゲン様作用) 鬱血除去作用 ++ 強壯作用 ++ 刺激作用 ++	サンダルウッド	筋肉弛緩作用、延髄の呼吸中枢刺激作用	乳腺症・ホルモン依存型癌
<ジテルペンアルコール類> ホルモン様作用 ++ (主にエストロゲン様作用) 強壯作用 ++ 刺激作用 ++			
<エステル類> 鎮痙攣作用 +++ 神経バランス回復作用 ++++ 鎮静作用 +++ 鎮痛作用 +++ 抗炎症作用 +++ 血圧降下作用 +++	カモミールローマン	自律神経失調症、不眠、不安	
	ラベンダー	太陽神経叢の鎮静作用、ストレス、不眠	
	クラリセージ	エストロゲン様作用	乳腺症・ホルモン依存型癌
	イランイラン	興奮作用	
<ケトン類> 粘液溶解作用 +++ 脂肪溶解作用 +++ 胆汁分泌促進作用 +++ 去痰作用 +++ 癬痕形成作用 ++	ペパーミント	胆汁分泌作用	乳幼児・高齢者・妊婦・授乳中の産婦・てんかん患者
<フェノール類> 抗寄生虫作用 ++++ 抗菌作用 ++++ 抗ウィルス作用 +++ 抗真菌作用 +++ 強壯作用 +++ 刺激作用 +++ 免疫刺激作用 +++ 加温作用 ++	オレガノ	抗リウマチ作用、麻酔作用	皮膚刺激+++ (10%以下に希釈)
<フェノールメチルエーテル類> 鎮痙攣作用 ++++ 鎮痛作用 +++ 抗炎症作用 ++ 抗真菌作用 ++ 抗ウィルス作用 ++ 抗菌作用 ++	バジル	抗アレルギー作用、消化促進作用、筋肉弛緩作用	皮膚刺激+++ (50%以下に希釈)

芳香成分類	精油	精油の持つ固有作用	禁忌
<テルペン系アルデヒド類> 抗炎症作用 +++++ 鎮痛作用 +++++ 結石溶解作用 +++++ 鎮静作用 +++++ 消化促進作用 +++++ 血圧降下作用 +++++ 抗真菌作用 +++++ 抗ウィルス作用 +++++ 抗菌作用 +++++	レモングラス	抗ヒスタミン作用、抗菌作用、抗真菌作用、鎮静作用、昆虫忌避作用、抗ウィルス作用	皮膚刺激+++ (50%以下に希釈)
	ユーカリ・レモン	昆虫忌避作用、抗ウィルス作用、抗炎症作用、鎮痛作用	皮膚刺激+++ (50%以下に希釈)
<芳香族アルデヒド類> 抗菌作用 +++++ 抗ウィルス作用 +++++ 抗真菌作用 +++++ 抗寄生虫作用 +++++ 免疫刺激作用 +++++ 神経強壮作用 +++++ 発酵抑制作用 +++++			皮膚刺激+++ (50%以下に希釈)
<酸化物類> 去痰作用 +++++ 抗カタル作用 +++++ 抗ウィルス作用 +++++ 免疫調整作用 +++++ 抗菌作用 +++++ 抗寄生虫作用 +++++	ユーカリラディアータ	免疫調整作用、抗炎症作用	
	カモミールジャーマン	抗アレルギー作用	
	ラヴィンツァラ	免疫調整作用、抗炎症作用	長期間・広範囲・高濃度×
	ニアウリ・シネオール	エストロゲン様作用、静脈強壮作用、鬱滞除去作用、女性の万能薬	乳腺症・ホルモン依存型癌
	ローズマリーシオネール	免疫調整作用、抗炎症作用	
<ラクトン類> 粘液溶解作用 +++++ 脂肪溶解作用 +++++ 癬痕形成作用 +++++ 抗ウィルス作用 +++++			