



媒體報導

日期：2014年5月16日(星期五)
資料來源：星島日報地區報 – 港島區 – Issue 420 – A01
標題：薄荷香茅油自製蚊怕水

薄荷香茅油自製蚊怕水

自己動手

避蚊胺會慢性中毒，蚊怕水的化學成分又或令皮膚過敏、污染地球，但不想「周身痕」，該如何是好？**基督教家庭服務中心「悅齡薈」導師伍雅芬**教大家「DIY」天然蚊怕水。

她指，檸檬草、薄荷、尤加利和香茅等香草，皆是蚊子抗拒的味道，市民除了可在家居種植香草外，亦可在有機店購買相關香薰油自製驅蚊噴霧。

「在二百五十毫升的水中，加入八滴薄荷精油和八滴香茅精油，再以小噴霧瓶盛載，就能除時帶在身上使用。」她提醒市民，要把驅蚊噴霧噴在衣服上，才不易被汗水沖淡，效果較持久，家長亦可給小孩製作香草包驅蚊。她指蚊子會在太陽下山後一小時最活躍，體溫高易惹蚊，如酒後和流汗時，另血液中二氧化碳濃度愈高愈惹蚊，因此應多做帶氧運動、多吃瓜菜、水果等散熱食物。



■ 伍雅芬教大家用香茅等香薰油，自製天然驅蚊噴霧。

避蚊胺會慢性中毒，蚊怕水的化學成分又或令皮膚過敏、污染地球，但不想「周身痕」，該如何是好？**基督教家庭服務中心「悅齡薈」導師伍雅芬**教大家「DIY」天然蚊怕水。

她指，檸檬草、薄荷、尤加利和香茅等香草，皆是蚊子抗拒的味道，市民除了可在家居種植香草外，亦可在有機店購買相關香薰油自製驅蚊噴霧。

「在二百五十毫升的水中，加入八滴薄荷精油和八滴香茅精油，再以小噴霧瓶盛載，就能除時帶在身上使用。」她提醒市民，要把驅蚊噴霧噴在衣服上，才不易被汗水沖淡，效果較持久，家長亦可給小孩製作香草包驅蚊。她指蚊子會在太陽下山後一小時最活躍，體溫高易惹蚊，如酒後和流汗時，另血液中二氧化碳濃度愈高愈惹蚊，因此應多做帶氧運動、多吃瓜菜、水果等散熱食物。

- 完 -