



## クンゼア

### *Kunzea ambigua*

クンゼアはアロマセラピー界に比較的最近登場したエッセンシャルオイルです。多くのアロマセラピスト達がすぐにこのオイルの素晴らしさに気づき、すでにアロマセラピーに活用しています。ロビー・ゼックはクンゼアの治癒的な作用を次のようにまとめています。

身体が疲労でガチガチになっているとき、筋肉痛、関節痛、過緊張をほぐしてくれるのがクンゼアオイルである。

### 学名

*Kunzea ambigua*

### 異名

オーストラリアンクンゼア、ティックブッシュ、タスマニアンスプリングフラワー

### 植生と原産地

クンゼアは森林に生えるまっすぐな木で5mまで成長しますが、それより小さいものが多く見られます。小さな白い花が咲きます。この木はタスマニア島の北東部とオーストラリアの南東部に見られま

す。グーバによると、プランテーションのような環境で維持されているクンゼアの自然林、つまり野生のものが収穫されているということです。<sup>1</sup>

クンゼアはブラシノキやレプトスペルマム属の植物の近縁種です。オーストラリアの全ての州に見られ、約40種の存在が確認されています。ニュージーランドには1種が確認されています。<sup>2</sup>

### 抽出方法

植物の地上に出ている部分を水蒸気蒸留して抽出します。

### 特徴

透明で流動性の高いオイルで、フレッシュで少しスパイシーな心地よい香りです。<sup>3</sup> オーストラリアの森の活力を思わせる、爽やかな香りです。<sup>4</sup>

### 使い方

#### アロマバス

お風呂で全身浴するためには、お湯に最大5滴まで入れてください。足湯や手浴の場合は適当な大きさの容器に入れたお湯に2~3滴入れてください。

### マッサージ

適切にブレンドしたエッセンシャルオイルをキャリアオイルに2.5%の割合で希釈します。キャリアオイルが10mlの場合、エッセンシャルオイルを5滴入れると2.5%の濃度になります。

### 吸入

エッセンシャルオイルを吸入するのに最もよい方法はディフューザーを使うことです。超音波ディフューザーを使う際は説明書どおりに使用するようになしてください。

### 作用

抗炎症、鎮痛、抗関節炎、消毒、抗微生物、リラックス。<sup>1,3,4</sup>

### 安全性

毒性、刺激性はありませんが、軽度の感作反応を引き起こすことがあります。敏感肌の人はず、パッチテストをしてから使用するようになしてください。<sup>1</sup>