L'olio essenziale di "verbena odorosa" ha effetti principalmente sul sistema digerente e nervoso; si può usare localmente con massaggio (20 gocce in 50 ml di olio base) in caso di indigestione, crampi o congestione epatica; gli effetti positivi sul sistema nervoso di riscontrano invece in caso di ansia, stress, tensione nervosa. E' utile per le persone che scaricano lo stress attraverso problemi digestivi. Si possono versare 2-3 gocce di olio essenziale su un fazzoletto e annusarlo frequentemente e/o quando se ne sente il bisogno, oppure si versano le gocce in un diffusore per ambienti, con poca acqua, e si lascia diffondere l'aroma in tutta la casa; il diffusore è indicato in camera da letto in caso di insonnia, per conciliare il sonno, nel caso l'ansia/stress creino pensieri che rendono difficoltoso l'addormentarsi. Mischiato alla lavanda può essere usato per profumare i cassetti dell'armadio: versare qualche goccia in un fazzoletto di cotone e riporre con la biancheria. Nella tradizione popolare,le foglie essiccate di verbena venivano usate per risollevare il fegato dai postumi di sbornia.