



## Эфиромасличные растения местной флоры. Использование эфирных масел



# Бархатцы (*Tagetes patula*)



Однолетнее травянистое растение высотой 30-80 см, соцветия крупные, всех оттенков.

Для получения эфирного масла используют наземную часть растения в период его цветения.

В Африке это растение применялось для того, чтобы отгонять мух от жилища, высаживалось между картофельных кустов для борьбы с нематодами.

Хорошо известно, как противомикробное средство, препятствующее развитию инфекций после укуса насекомых. Помогает при кашле.

Масло заживляет раны, порезы на коже, применяется для лечения грибковых заболеваний.



Запах бархатцев в аромалампах рекомендуется при неврозах, депрессиях, неуверенности и растерянности.

# Герань (Pelargonium roseum)



В древности герань применяли при переломах и для лечения рака.

Люди верили в целительные свойства герани и для защиты от нечистой силы высаживали её вокруг жилища.

В 1819 году фр. Реклуз впервые получил эфирное масло из листьев герани. Его стали применять для лечения воспаления среднего уха, пазух носа.

Маслом герани лечат грипп, ОРЗ, кашель. Оно улучшает микроциркуляцию в сердечной мышце, устраняет явление ишемии, тахикардии и синусовой аритмии.

Сеансы ароматерапии с гераниевым маслом помогают при депрессии, переутомлении, нервном напряжении, состоянии страха.



# Девясил (*Inula helenium*)



Многолетнее растение высотой до 1,5 м, с волосистым стеблем. Листья крупные, овальной формы, снизу ворсистые, цветы крупные, желтые, похожие на маргаритки.

Растение известно с древних времен как сладость, приправа и лекарство. Используется в виде чая при астме, бронхите, кашле, нарушении пищеварения и для лечения кожных заболеваний.

В парфюмерии и косметике используют как фиксатор и отдушка для производства мыла, дезодорантов, кремов и духов, а в пищевой промышленности – для ароматизации напитков и десертов.



Эфирное масло применяют как очищающее, противовоспалительное, антисептическое, противоспазматическое, заживляющее, бактерицидное, потогонное, мочегонное, отхаркивающее средство.

# Жасмин (*Jasminum grandiflorum*)



Народы стран Юго-Восточной Азии широко используют цветки жасмина для ароматизации чая и в лечебно-профилактических целях. В Китае он использовался для очищения крови.

Эфирное масло жасмина показано при неврозах, депрессии, расстройствах сна, апатии, головной боли. Ингаляции с ароматом жасмина показаны при ларингите, бронхите, пневмонии.

В настоящее время некоторые духи содержат до 2% абсолютного масла жасмина. По мнению творцов духов высокого класса без него невозможно получить интересную композицию.



Лайт Миллер: «Это масло вернет Вам равновесие, надежду и уверенность, поможет увидеть новые возможности и ощутить свою связь со всем сущим».

# Кипарис вечнозеленый (*Cupressus sempervirens*)

Вечнозеленое хвойное растение из семейства Cupressaceae. Имеет пирамидальную крону высотой до 30 м.

Эфирное масло получают из кипарисовых орехов, а также из листьев и веточек.



Согласно легенде Аполлон превратил в кипарисовое дерево греческого юношу Купариссоса.

Добываемое из молодых побегов кипариса эфирное масла употребляли для пропитки папирусов, пергамента и полотняных повязок, в которые пеленали мумии, а также использовали в сложных рецептах для бальзамирования.



Эфирное масло кипариса обладает сильным бактерицидным действием. Показано при рассеянности, нервных и эмоциональных срывах, жирной коже, угрях, жирных волосах, перхоти. Его применяют для ароматерапии при лечении бронхолегочных болезней.

# Лаванда лекарственная (*Lavandula officinalis*)



Вечнозеленый полукустарник высотой 30-60см из сем. *Lamiaceae*.

Все части растения содержат эфирное масло, но наибольшее количество накапливается в соцветиях (3,5-4,5 %).

Первые французские парфюмеры использовали эфирное масло лаванды для составления композиций знаменитых духов и туалетных вод.

Гиппократ указывал, что «лаванда согревает мозг, уставший от прожитых лет. Кушать ее очень полезно при болезнях печени и селезенки; если сделать обкуривание, то уничтожается злой запах и дух».

Обладает выраженными антисептическими свойствами, уничтожает паразитов, насекомых, является противоядием при укусах ядовитых насекомых и змей.

Лавандовое масло – исключительное средство для лечения ожогов.



# Мелисса лекарственная (*Melissa officinalis*)



Многолетнее растение из семейства *Lamiaceae*.

Масло получают из свежей, цветущей надземной части растения.

Авиценна описывал способность мелиссы "бодрить и укреплять сердце, прекращать перебои, помогать при закупорке мозга, устранять дурной запах изо рта".

Основное действие эфирного масла мелиссы — успокаивающее при бессоннице, страхе, депрессии, меланхолии, снижении памяти, головной боли.

Оно обладает противовирусной активностью и может применяться для лечения герпеса, гриппа и опоясывающего лишая.

Одно из лучших средств при аллергии и других расстройствах иммунной системы.

Масло мелиссы регулирует гормональную систему.



# Можжевельник обыкновенный (*Juniperus communis*)



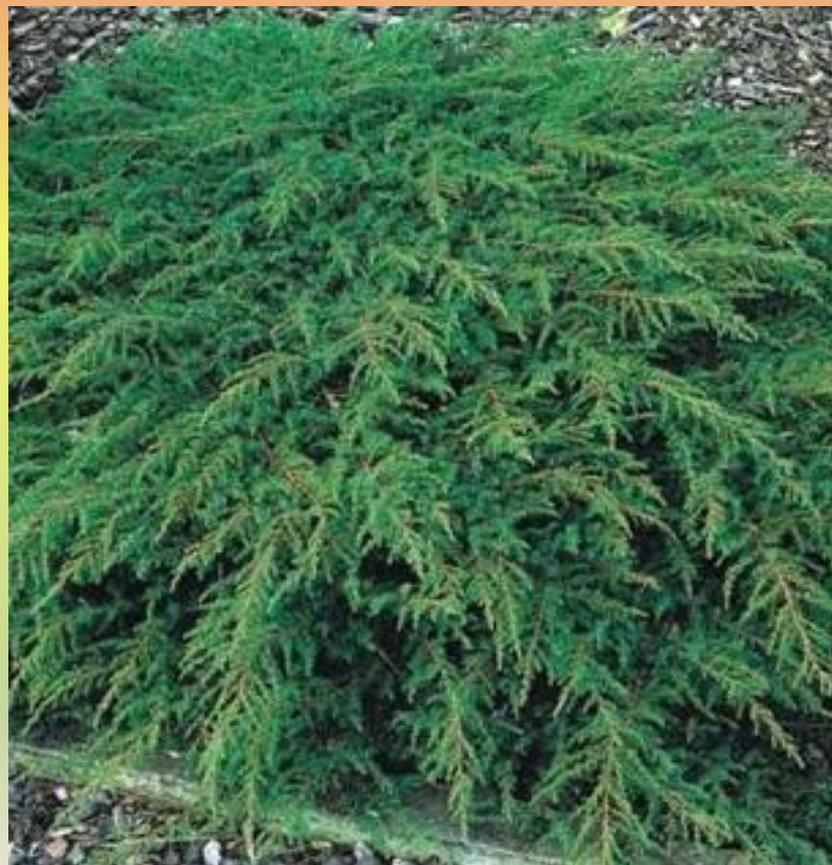
Вечнозеленый кустарник высотой 100-300 см. Из семейства кипарисовых (*Cupressaceae*).

Шишкочегоды содержат до 2% эфирного масла.

Ещё в I веке Виргилий писал, что во время эпидемий холеры жилища следует окуривать дымом от веток можжевельника. Во Франции ветки можжевельника жгли в больничных палатах для обеззараживания воздуха.

Эфирное масло показано при отёках, артрите, ревматизме, опухании суставов, диабете, слабости пищеварения, для укрепления иммунной системы.

В детских садах, школах, служебных и жилых помещениях в период вирусного гриппа его можно использовать при мойке полов, влажной уборке или же испарять в аромолампе.



# Мята перечная (*Mentha piperita*)



Мята перечная — многолетнее травянистое растение из семейства яснотковых (*Lamiaceae*), высотой 80-100 см.

В листьях мяты содержится до 3 % эфирного масла, в соцветиях — 4-6%, в стеблях — до 0,3%.

Персефона, жена бога Аида, застала своего мужа в объятиях прекрасной нимфы, которую звали Мята. Разгневавшись, она превратила нимфу в кустарник.

Мятное масло оказывает противовоспалительное действие.

Масло используют в микстурах по 10-15 капель при заболеваниях печени и желчного пузыря. Его можно включать в композиционные смеси, применяемые для ароматизации воздуха в закрытых помещениях.

Широко используется для ароматизации зубных паст и жевательной резинки.



# Полынь горькая (*Artemisia pontica*)



Представитель семейства астровых (Asteraceae).

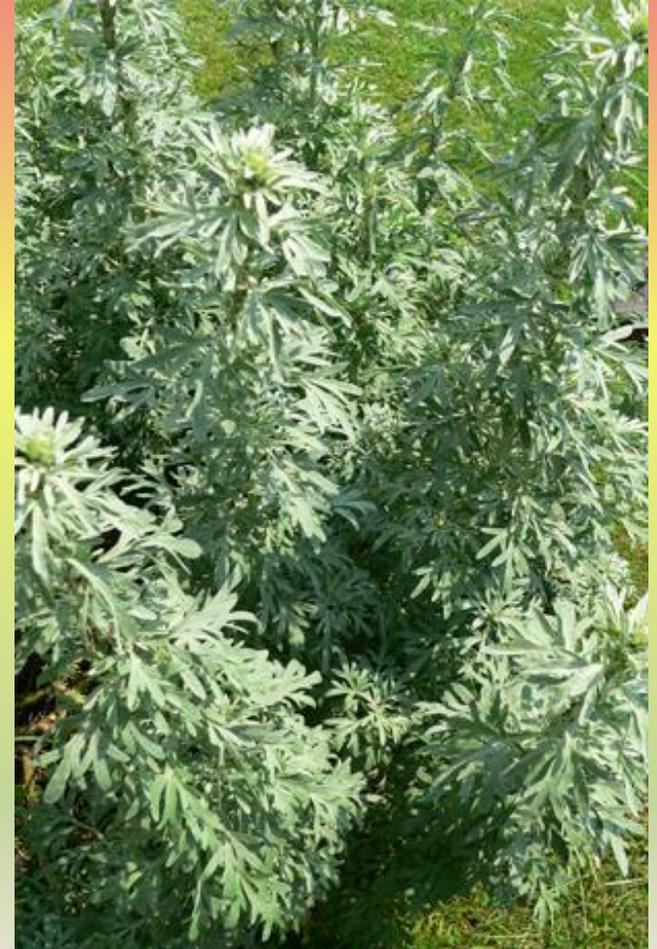
Царица Клеопатра масло полыни применяла в сочетании с другими эфирными маслами для получения туалетной воды.

На Руси полынью окуривали избы во время эпидемии чумы и холеры, многие стелили траву полыни на пол для отпугивания насекомых и ароматизации воздуха в помещении.

Особый интерес представляют подушечки из ароматических трав, в состав которых входит полынь, для лечения невротозов, нарушений сна.

Масло полыни используется как противодиарейное и противоглистное средство.

Отвар корней полыни рекомендуют при раке желудка, прямой кишки. Снимает раздражительность, нервное и мускульное напряжение, улучшает сон. Запах эфирного масла полыни помогает переносить морскую качку.



# Ромашка (*Matricaria chamomilla*)



Однолетник с сильным ветвистым стеблем высотой до 40 см из семейства сложноцветных (Asteraceae).

В Древнем Египте ромашка была в особом почёте из-за ее всесторонних лечебных свойств. Гиппократ сравнивал ромашку с Солнцем и использовал цветки для лечения малярии.

Эфирное масло ромашки губительно действует на целый ряд микроорганизмов, что позволяет применять его при ангине, бронхите, ларингите, пневмонии и язвах.

Масло восстанавливает естественный иммунитет, устраняет аллергические реакции. Оно стимулирует аппетит, помогает при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.



# Чабрец обыкновенный (*Thymus serpyllum*)

Многолетнее растение из семейства яснотковых (*Lamiaceae*). Стебли волосистые, длинноползучие.

Наземная часть растения содержит 0,5-1 % эфирного масла.

В народной медицине растение применяли как мочегонное, успокаивающее средство, при невралгии, спазмах желудка. В виде примочек использовали при ревматизме.





Эфирное масло чабреца показано при анемии, гипотонии, бронхолегочных заболеваниях, коклюше, микозе, ожогах, для лечения долго незаживающих ран, при бессоннице, цистите, туберкулезе, инфекциях кишечного и мочевого трактов, гриппе и различных простудных заболеваниях, а также при дерматозах, педикулезе, чесотке, общей усталости, ревматизме, выпадении волос.

# Шалфей лекарственный (*Salvia officinalis*)



Растение из семейства яснотковых (*Lamiaceae*). Кустарник высотой 50-60 см.

Египтяне давали их бесплодным женщинам, а также использовали как защиту от чумы.

"Против власти смерти растет в садах шалфей" – такие стихи слагали древние греки, веря в чудодейственную силу растения.

Шалфейное эфирное масло – хорошее средство при бронхиальной астме, кашле, ангине, простуде, гриппе, увеличении лимфатических узлов, выпадении волос, дерматите, нарушении обмена веществ, анемии, дисфункции коры надпочечников, перхоти.

Его широко применяют в виде ингаляций, для ароматизации служебных и жилых помещений.



# Роза дамасская (*Rosa damascena*)

Кустарник высотой 150-200 см из семейства Розоцветных (*Rosaceae*).

Считалось, что потребление лепестков розы внутрь укрепляет сердце, легкие, желудок, печень, почки, кишечник.

Древнейшими препаратами из розы были розовая вода и мази, обладающие целебными свойствами.





Масло розы издревне применяли внутрь при болезнях желудка и печени, при запорах. Оно входило в состав многих мазей и косметических средств. Смесь розового масла с уксусом использовалась для лечения инфицированных ран. В настоящее время роза в свежем и сушеном виде, розовое эфирное масло, розовая вода широко используются.

**Спасибо за внимание**