

Оглавление

Введение	2
Основная часть	3
Выводы	8
Заключение	9
Список источников и литературы	9

Введение

Запах - стихия непреодолимая: от яркого света можно закрыть глаза, от громкой музыки - уши, но при воздействии запаха - зажать надолго нос невозможно. 90% информации мы получаем глазами, 8% ушами и всего 2% - носом.

Индивидуальные запахи растениям придают эфирные масла, которые находятся в их листьях, плодах, корнях, цветах и т.д. Эфирные масла различают и называют за растениями, из которых их получают: *мятное, лавандовое, розовое* и прочие.

Тема моей работы: «Влияние эфирных масел растений на здоровье человека»

Почему я выбрала эту тему? Дело в том, что в аптеках нашего города я увидела много различных эфирных масел, и мне стало интересно, как получают эфирные масла, какую пользу они приносят и только ли пользу, когда и как их надо применять, что такое ароматерапия?

Актуальность: в наш век научно - технического прогресса, плохой экологии и дорогих лекарств очень важно использовать естественные природные средства для профилактики и лечения заболеваний.

Цель: изучение влияния эфирных масел растений на организм человека.

Задачи:

1. изучить теоретические основы использования природных эфирных масел, историю применения, рассмотреть классификацию, способы получения эфирных масел из растений и на основе изученного материала сделать вывод о пользе или наоборот их вреде;
2. составить список растений Чувашской Республики, из которых можно получить эфирные масла;
3. доказать эффективность получения эфирных масел из российского сырья.

Объект исследования: эфирные масла.

Основная часть

Согласно Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия человека.

Вы задумывались над тем, что такое запах? Зачем природа дала всем живым существам способность ощущать запахи? Запахом обладает всё, что существует вокруг нас. Некоторые виды растений способны выделять так называемые фитонциды, которые, проникая через лёгкие в кровь, усиливают защитные свойства организма и улучшают иммунитет. Самые известные и доступные фитонцидные растения – лук и чеснок.

Основное и чудодейственное свойство запахов в том и состоит, что они способны исцелять не только болезни тела, но и болезни, вызванные нарушениями в эмоциональной и интеллектуальной сферах человека. Раньше, когда человек жил в тесном контакте с природой и непосредственно соприкасался с живыми объектами - деревьями, горами, реками, воздухом, они питали его духовную сферу. Теперь он забыл эти знания. И тем более важно восполнять недостаток этого общения с помощью чистой энергии в ее сконцентрированном виде - с помощью эфирных масел.

Эфи́рное масло (масла́) - летучие, с характерным сильным запахом и вкусом, маслоподобные (маслянистые), нерастворимые в воде, в основном бесцветные или слабо окрашенные жидкости. В отличие от настоящих жиров они не оставляют жировых пятен на бумаге, потому что испаряются (улетучиваются) уже при комнатной температуре. Эфирные масла образуются только в растениях, но имеют чрезвычайно сильные физиологические и фармакологические свойства. Большинство эфирных масел хорошо растворяются спиртом (растворимость эфирных масел в спирте сильно зависит от его крепости), бензином, эфиром, липидами и жирными маслами, восками и в таких формах очень широко используются в парфюмерии. Эфирные масла находят также применение в пищевой промышленности - в пряностях и специях.

Эфирные масла различают и называют за растениями, из которых их получают: мятное, лавандовое, розовое и прочие. Каждое из них представляет смесь нескольких отдельных химических соединений - терпенов и их производных.

Благовония гармонизируют не только энергию самого человека, но и пространство вокруг него. На основе древних знаний возникло современное направление лечения, названное ароматерапией.

Ароматерапия - это метод лечения с применением натуральных эфирных масел, вводимых в организм через дыхательные пути, кожу и (или) слизистые оболочки. Ароматерапия - это прекрасный, мудрый, полностью научный метод профилактики и лечения многих заболеваний. Основоположницей ароматерапии является Западная Европа, а точнее, Франция. В России это также не новое направление в лечении, впервые в нашей стране пытаются реализовать комплексный подход к состоянию здоровья человека, включая исцеление с помощью запахов не только его физических недугов, но и прежде всего его эмоциональной и духовной сфер. Считается, что запахами лечатся все заболевания, за исключением тех, которые требуют хирургического вмешательства. Особенно хорошо поддаются лечению сердечно-сосудистые заболевания, заболевания дыхательных путей, инфекционные, простудные, нервные болезни.

К приоритетным свойствам следует отнести следующие эффекты эфирных масел:

- **Антимикробные** (бактерицидные, антисептические) свойства (листья эвкалипта, почки тополя, гвоздичное масло, масло сосны, корневища аира).

- **Противовоспалительные свойства** (камфора, цветки ромашки аптечной, трава тысячелистника, корневища девясила и др.).

- **Спазмолитическая активность** (листья мяты перечной, цветки ромашки аптечной, плоды кориандра, плоды укропа огородного и др.).

•**Отхаркивающие свойства** (побеги багульника, плоды фенхеля и аниса, корневища девясила, трава чабреца, трава душицы и др.).

•**Седативное действие** (корневища валерианы, трава мелиссы лекарственной, цветки лаванды и др.).

•**Мочегонные свойства** (почки и листья берёзы, плоды можжевельника и др.).

•**Регенерирующее действие** (цветки ромашки аптечной).

Использование эфирных масел позволит победить заболевания, укрепить здоровье и сделать нашу жизнь лучше во всех отношениях. Запрещено использовать эфирные масла в чистом виде. Нельзя применять эфирные масла с зарегистрированными побочными эффектами (особенно, коричное, рутовое, пижмовое, вербеновое). И, конечно, не нужно применять эфирные масла (фитоэссенции), полученные из непроверенных источников и неизвестного качества.

Ароматические масла содержатся в самых различных частях растений: в семенах, коре, корнях, листьях, цветах, древесине, смоле.

Люди научились собирать запахи растений и надолго сохранять их волшебные свойства. В виде эфирных масел ароматы приобрели большую концентрацию, удобство в применении. Химический состав эфирного масла очень сложный. Количество различных органических и неорганических веществ, входящих в состав эфирных масел, варьируется от 120 до 500, поэтому искусственным, химическим путем скопировать его невозможно. Вот почему синтетические масла не обладают лечебными свойствами натуральных эфирных масел.

Способы получения эфирных масел

Метод перегонки с водой. Самый старый способ получения эфирных масел из растительного сырья.

Метод перегонки с водяным паром. Метод перегонки эфирного масла с водяным паром из растительного сырья также основан на физическом законе

парциального давления Дальтона-Ренье. Его используют в тех случаях, когда содержание эфирного масла в сырье достаточно высокое.

Анфлераж при нагревании.

Анфлераж без нагревания.

Отжим при охлаждении. Применяется для сырья, которое парфюмеры относят к цитрусовым.

Применение эфирных масел имеет широкий спектр:

- пищевые ароматизаторы (пищевые, вкусовые добавки);
- медицинские препараты, лекарственные средства;
- компоненты парфюмерных и косметических средств (косметология);
- ароматерапия;
- как растворители и др.

Практическая часть

Известно, что здоровье человека в настоящее время лишь на 8-12 % зависит от прямого воздействия на организм лекарственных средств. В то же время, более чем на 25% оно связано с состоянием окружающей среды. Живые растения и выделенные из них эфирные масла занимают важное место в улучшении воздушной среды мест, где работает, учится и отдыхает человек.

В ходе сбора информации по данной теме мне было очень интересно узнать о растениях, произрастающих на территории нашей республики. Изучив массу литературы, я собрала сборник с описанием растений Чувашии (см. приложение), которые могли быть сырьем для получения эфирных масел. Дело в том, что растения нашей республики действительно произрастают в экологически благоприятных зонах и соответственно накапливают в себе чистые натуральные эфирные масла. Но переработкой данного сырья в республике предприятия не занимаются.

В нашем городе имеется спиртовой завод, который на данный момент простаивает без работы. Процессы получения эфирных масел можно

производить в одном из цехов завода, благо для этого есть все условия (квалифицированные рабочие кадры, оборудование). Проблема производства как мне кажется, может возникнуть только по поводу сырья. Но для этого можно воспользоваться сбором материала с населения (в нашем районе трудно найти работу). Мы все понимаем, что данное производство не может быть масштабным. Качество и стоимость эфирных масел из российского сырья на рынке должно быть все равно лучше зарубежных. Почему бы предпринимателям не подумать о данном производстве?

Выводы: для сельхозпроизводителей района использование в севообороте эфиромасличных культур, также является выходом в сложившейся экономической ситуации (введение санкций Евросоюзом, активная поддержка государством отечественных сельхозтоваропроизводителей).

Предпосылки для выращивания подобных культур:

- большие площади свободных от пахоты земель (зарастающих сорняком);
- высокий уровень безработицы среди населения;
- простаивающие предприятия по переработке сельхозпродукции;
- высокая цена готового продукта на российском рынке;
- нет конкурентных предприятий в данном направлении производства и т.д.

Заключение

Таким образом, я провела обширный литературный обзор по теме «Влияние эфирных масел на организм человека». Ознакомилась с разными способами получения эфирных масел, действием на организм человека. Выполняя исследовательскую работу, я доказала, что эфирные масла имеют направленное положительное воздействие на организм человека. На территории нашей республики нет природных ископаемых, но имеются условия для выращивания эфиромасличных культур и получения эфирных масел. Надеюсь, данное направление исследования заинтересует молодых предпринимателей.

Список использованной литературы

1. Ажгихин И.С. Технология лекарств. Москва: Медицина - 1980, 440 с.
2. Кондратьева Т.С., Иванова Л.А. Технология лекарственных форм т.1,2. Москва: Медицина - 1991, 1038 с.
3. Милованова Л.Н. Технология изготовления лекарственных форм. Ростов-на-Дону: Феникс - 2002, 447 с.
4. Муравьев И.А. Технология лекарств т.1,2. Москва: Медицина - 1980, 704 с.
5. Сидоров И.И., Турышева Н.А. Технология натуральных эфирных масел и синтетических душистых веществ. Москва: Легкая и пищевая промышленность - 1984, 368 с.
6. Синев Д.Н., Гуревич И.Я. Технология и анализ лекарств. Ленинград: Медицина - 1989, 367 с.