

ЛЕЧЕНИЕ ЦЕЛЕБНЫМИ МАСЛАМИ



Илья Рощин

Лечение целебными маслами

Текст предоставлен издательством
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=165524

Лечение целебными маслами: Вече; Москва;

ISBN 5-7838-0870-9

Аннотация

Как это ни печально, но в наш век технического прогресса никто не может похвастаться богатырским здоровьем. Один страдает от повышенного давления, у другого – большой желудок, третий был бы рад избавиться от зубной боли... И каждый носит с собой горы таблеток, травя свой многострадальный организм химическими препаратами. Нужно ли это? Ведь есть замечательное натуральное средство, обладающее воистину бескрайним спектром действия: целебное масло. Что это такое? Именно на этот вопрос и ответит данная книга. В ней собраны сведения о том, как самостоятельно изготовить необходимые вам целебные масла, как использовать ароматерапию в бане и сауне, как избавиться с их помощью от большинства недугов, а также о том, как применять масла в косметологии. Кроме того, в книге вы найдете краткий обзор готовых препаратов на масляной основе и описание их фармакологических свойств.

Содержание

Введение	4
Глава 1	6
Что нужно знать о лечебном масле	6
Основные способы применения	30
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Введение

С древних времен человечество стремится к жизни в согласии с природой, именно она дарует нам гармонию и красоту. Каждый из жителей Земли – маленькая частица огромного мира, которая неразрывно связана с природой и всеми ее составляющими.

На протяжении многих тысячелетий люди пытались учиться у природы ее мудрости и следовать законам гармонии, благодаря которым было создано все живое. Именно отсюда берет начало стремление человека разгадать тайны природного мира, которые могут быть необычайно полезными для использования их во благо каждому.

Природные стихии издревле считаются самыми главными врачевателями в мире. Земная стихия дарует нам растения, которые обладают целебными свойствами и чарующими ароматами. Благодаря их лечебной силе каждый из нас может обрести утраченные силы и вернуть себе здоровье, ценность которого можно сравнить только с жизнью каждого человека на Земле.

Учеными с давних времен установлено, что растения обладают фармакологическими свойствами, которые полезны для лечения множества заболеваний. Много веков назад ботаники заметили, что, помимо прочих целебных компонентов, в растениях содержатся вещества, обладающие сильны-

ми лечебными свойствами и прекрасным ароматом. Первые медики научились выделять эти загадочные и очень полезные для человеческого организма компоненты. Речь идет о ценных эфирных и жирных маслах, которые содержатся во многих видах лекарственных растений.

Вы узнаете, как производились первые попытки по выделению масел из растений, какие масла применяются для лечения определенного заболевания на разных стадиях его развития и как правильно проводить курс лечения.

Душистые вещества могут служить не только в качестве средства для избавления от физических недугов, но и как незаменимые компоненты многих препаратов по уходу за телом, кожей головы, рук и ног.

Эфирные масла можно назвать врачевателями не только телесных, но и душевных ран. Подробный рассказ об ароматерапии научит вас чувствовать гармонию, разлитую в природе. Благодаря этому искусству вместе с прекрасными ароматами, исходящими от целебных масел, в вашу жизнь войдут спокойствие и душевное равновесие.

Глава 1

Целебное масло – природное лекарство

Что нужно знать о лечебном масле

Еще в древности человек обратил внимание на растения с приятным или острым ароматом. Он широко использовал их для лечения различных заболеваний.

Эфирные масла научились получать около 5000 лет тому назад. В глубокую древность уходит история эфирных масел в таких странах, как Китай, Индия, Египет. Уже в IX в. были известны эфирные масла лаванды, розы, шалфея. В XVI–XVII вв. были получены основные эфирные масла из 120 растений и плодов.

Кстати, в Древнем Египте считалось, что любые заболевания у человека вызваны дурным демоном, поселившимся в душе человека, и, чтобы излечить человека, необходимо сжечь при нем ароматическое растение или устроить ароматерапию, чтобы выгнать нечистый дух из тела больного.

Кроме того, зная специфические особенности некоторых растений, ароматические масла использовали в мистических или религиозных ритуалах. Так, для введения человека в

транс использовали фимиам, который при сжигании давал специфический аромат.

Использование ароматических веществ простиралась достаточно широко – от применения в парфюмерии до медицинских лечений.

К сожалению, в современном мире уже потеряны ценнейшие секреты ароматерапии, но медики и ученые все так же соглашаются, что ароматы могут влиять на психологическое и физическое состояние человека.

Существует большое количество масел, которые вы можете приобрести в аптеках и специальных магазинах или приготовить самостоятельно в домашних условиях.

Для сохранения лечебных свойств масел храните смеси в герметичной коробочке или светозащищенной стеклянной банке с крышкой.

Какие же бывают лечебные масла?

АИРНОЕ МАСЛО – получают из листьев и корневищ аира, которые содержат до 3 % эфирного масла, гликозиды, дубильные вещества, витамины и полисахариды. Желтое или темно-коричневое, оно напоминает по запаху камфару. Эфирное масло аира обладает антимикробной активностью в отношении ряда микроорганизмов. Компонент этого масла – азарон – успокаивающе влияет на центральную нервную систему, оказывает противосудорожное, спазмолитическое, бронхолитическое действие.

АНИСОВОЕ МАСЛО – получают из плодов аниса. Масло обладает противовоспалительными, спазмолитическими и отхаркивающими свойствами и используется для лечения заболеваний органов дыхания (таких как кашель, бронхит, коклюш, воспаление верхних дыхательных путей, трахеит, ларингит и пр.). Применяется также при нарушениях пищеварения.

В состав анисового масла входят анетол, белковые вещества, некоторые кислоты и другие полезные вещества.

Анисовое масло служит для улучшения вкуса многих лекарств, зубных паст и пр.

АПЕЛЬСИНОВОЕ МАСЛО – ароматная желтая смесь, которую получают из плодов и кожуры (содержащей несколько видов эфирных масел) апельсинов. В состав масла входят органические кислоты, фитонциды, а также витамины А, С, группы В. Благодаря наличию в нем фитонцидов апельсиновое масло обладает великолепным антисептическим свойством. Способ применения – ингаляция.

БАГУЛЬНИКОВОЕ МАСЛО – получают из листьев и плодов растения багульник. Масло с резким запахом, в его состав входят ледол, углеводороды, бициклический спирт и др. Благодаря входящему в состав масла ледолу его широко применяют в качестве отхаркивающего, сосудорасширя-

ющего средства. Кроме того, оно способствует понижению кровяного давления. Благодаря жидкой части эфирного масла – элеоптену и стереоптену – масло багульника применяют при лечении острого ринита и гриппа.

БАДЬЯНОВОЕ МАСЛО – выделяют из семян бадьяна, в которых содержатся анетол и терпены. Наличие смол, танина, сахаров позволяет использовать это масло в качестве лечебного средства. Бадьян оказывает противоспазматическое, мочегонное действие, улучшает деятельность желудка.

Масло из бадьяна помогает при нарушениях пищеварения и заболеваниях дыхательных путей. Масло обладает сильным своеобразным ароматом.

БАЗИЛИКОВОЕ МАСЛО – готовят из листьев базилика, которые насыщены витамином Р, рутином, провитамином А. Эфирное масло базилика содержит эвгенол. Масло обладает антибактериальным свойством, оказывает местное обезболивающее действие, расслабляет гладкую мускулатуру желудка и матки.

Применяется при нервном истощении, нервной бессоннице, мигрени, спазмах желудка и кишечника, затруднении пищеварения. Кроме того, оно эффективно при хроническом насморке, при артритах. Применяется как противовоспалительное средство, в качестве обезболивающего при отитах и зубной боли.

МАСЛО БЕЛЕНЫ – получают из листьев растения, в состав которых входят алкалоиды, гликозиды. Благодаря им беленное масло обладает болеутоляющим действием и применяется наружно в качестве растираний при миозитах, невралгии и артралгии.

БЕРЕЗОВОЕ МАСЛО – получают из почек и березовых листьев. Почки богаты эфирным маслом, смолами, аскорбиновой и никотиновой кислотами, флавоноидами, сапонинами, каротином, гиперозидом и дубильными веществами. Масло характеризуется антисептическими свойствами. Применяется в качестве желчегонного, мочегонного и дезинфицирующего средства.

ГВОЗДИЧНОЕ МАСЛО – получают из незрелых высушенных бутонов. Обладает сильным ароматом и жгуче-горьковатым вкусом. Составной частью гвоздики является эфирное масло (до 26 %), в котором содержится 96 % эвгенола. Гвоздичное масло содержит также другие полезные вещества: кариофиллен, дубильные и жировые вещества. Масло обладает отхаркивающим и болеутоляющим свойствами. Используется при сильной зубной боли, а также для облегчения дыхания при различных заболеваниях дыхательных путей. С древности масло из гвоздики известно как хорошее антисептическое средство.

МАСЛО ГЕРАНИ – получают из листьев и побегов растения. В состав масла входят дубильные вещества, каротин и витамин С. Еще в древности оно считалось целебным средством для сращивания переломов, лечения раковых опухолей. Именно благодаря наличию в нем дубильных веществ масло используется как тонизирующее, вяжущее, антисептическое, противодиабетическое, глистогонное средство.

Масло герани помогает также при лечении язвы желудка, маточных кровотечений, кровохаркания, диабете, камнях в мочевых путях. Этим маслом можно лечить ожоги, язвы, раны.

ГРЕЙПФРУТОВОЕ МАСЛО – желтоватая смесь с приятным запахом, которую получают в основном из плодов и кожуры (содержащей эфирные масла) данного растения. В состав грейпфрутового масла входят органические кислоты, минеральные соли, пектиновые вещества, витамины А, D, Р, С, группы В. Используется в качестве общеукрепляющего тонизирующего средства.

МАСЛО ИЗ ГРЕЦКОГО ОРЕХА – получают из листьев, которые содержат дубильные вещества, эфирное масло, каротин, витамин В₁, кислоты и другие полезные компоненты. Ореховое масло применяют при камнях в мочевом пузыре, при заболеваниях кишечника.

ЕЛОВОЕ МАСЛО – получают из зеленых веток ели. Еловое эфирное масло содержит до 30 % борнилацетата. Именно содержанием этого вещества и объясняется его антимикробная активность, особенно в отношении стафилококка.

Еловое масло издавна применялось как мочегонное и желчегонное средство. Оно также обладает хорошим успокаивающим и расслабляющим действием.

ЗВЕРОБОЙНОЕ МАСЛО – получают из всех частей растений. Травы и цветы содержат в себе флавоноиды (до 1 %), красящие вещества (около 0,5 %), эфирное масло (более 0,1 %), дубильные вещества (до 13 %), каротин (до 15 %), аскорбиновую кислоту, витамин РР.

Масло принимают при язвенной болезни и заболеваниях ротовой полости (стоматитах, пародонтозе, гингивите), при фарингитах, а также при заболеваниях желчных протоков и при почечно-каменной болезни. С древности это масло используют как болеутоляющее и глистогонное средство. Кроме того, его употребляют наружно – при ожогах, длительно незаживающих ранах, язвах, при укусах, при герпесе.

МАСЛО ИЛАНГ-ИЛАНГ – получают путем перегонки из цветков кананги с водяным паром. Масло обладает успокаивающим действием. Помогает людям с пониженным артериальным давлением. Применяется также при тахикардии, ги-

пертензии, половом бессилии, фригидности.

ИМБИРНОЕ МАСЛО – получают из корневища имбиря, содержащего гингерол, феноловые вещества, смолы, крахмал, сахар, жир. Обладает сладковатым, похожим на аромат древесины запахом и довольно жгучим вкусом. Употребляют в качестве стимулирующего средства для желудка и кишечника, при метеоризме. Масло оказывает согревающее и расслабляющее действие. Применяется также при простудных заболеваниях.

МАСЛО ИЗ КАЛЕНДУЛЫ – получают из цветков растения, которые содержат каротиноиды (около 3 %), эфирное масло (0,02 %), смолы (до 3,4 %), органические кислоты, фитонциды. Это смесь янтарно-желтого цвета, характеризуется бактерицидными свойствами, применяется обычно при ранах и ушибах во избежание образования некрасивых рубцов, шрамов, ссадин.

КАМФАРНОЕ МАСЛО – достаточно часто используется в косметических и косметологических целях в качестве составляющего компонента масок, кремов и различных компрессов. Оказывает успокаивающее действие.

КАСТОРОВОЕ МАСЛО – используется в лечебных и косметических целях. Эффективное средство для улучшения

роста ресниц, бровей, волос на голове.

МАСЛО КОРИАНДРА – получают из плодов, в которых содержится до 1,4 % эфирного масла, до 20 % жирного масла, присутствуют белковые вещества. Главным компонентом эфирного масла кориандра является линалоол.

В народной и практической медицине масло применяется как мочегонное, улучшающее работу желудка, возбуждающее средство.

Масло кориандра улучшает память, помогает при нервном переутомлении, а также действует болеутоляюще при аэрофагии, затрудненном пищеварении, спазмах желудка, скоплении газов.

Кориандровое масло применяют в качестве кровоостанавливающего средства послеродовых кровотечений, при обильных и длительно протекающих менструациях.

Это масло добавляют в мази и применяют при ревматических болях.

КИПАРИСОВОЕ МАСЛО – получают из молодых побегов и плодов кипариса. В состав масла входят смолы, органические кислоты, эфирные масла (до 3 %). В древности это масло использовали для пропитки папирусов, пергамента и полотняных повязок, в которые пеленали мумии.

Масло кипариса применяют в качестве антисептического, мочегонного, успокоительного средства при расстройствах

нервной системы, а также при ревматических болях.

Масло кипариса губительно действует в отношении целого ряда болезнетворных микробов. Народная и практическая медицина рекомендует проводить лечение геморроя, варикозного расширения вен, некоторых гинекологических заболеваний маслом кипариса. Оно также помогает при недержании мочи, гриппе, спазмах, потении ног.

МАСЛО ЛАВАНДЫ – получают из цветов и травы, в которой содержатся до 30 % эфирного масла, дубильные вещества, горькие вещества и смола.

Масло обладает сильным сладковатым запахом и горьким вкусом. В эфирном масле лаванды имеются важные компоненты – линалилацетат, альдегид, кумарин, лимонен, валерьяновая, масляная кислоты.

Лаванду в основном разводят для получения эфирного масла, которое используется в медицине для лечебных ванн, в парфюмерной и косметической промышленности. Масло лаванды – хорошее противовирусное средство. Назначается врачами при подозрении какого-либо инфекционного заболевания (например, при гриппе), так как стимулирует защитные функции организма. Нормализует сон, успокаивающе действует на нервную систему.

Душ или ванна с лавандовым маслом улучшают кровоснабжение кожи. При помощи лавандового масла нормализуется кислотность желудка, его употребляют для поднятия

аппетита, снижения артериального давления, оттока желчи.

Масло лаванды, разведенное со спиртом, пьют во время мигрени, при сильном сердцебиении, в период повышенной раздражительности, при острых приступах ревматизма.

МАСЛО ИЗ ЛАДАННИКА КРЫМСКОГО – получают из молодых побегов растения. Еще в древности оно использовалось для лечения различных заболеваний. Это масло, в состав которого входят различные органические кислоты, помогает при опухлях молочной железы, при уплотнении матки, а также анальных опухлях.

Масло ладанника – смесь со специфическим запахом, обладающая успокаивающим действием. Главное свойство масла – противоопухолевое.

МАСЛО ЛИЛИИ – получают из цветков лилии белой. Они в большом количестве содержат эфирное масло, слизистые вещества, флавоноиды и ряд других компонентов. Масло употребляется при ожогах.

ЛИМОННОЕ МАСЛО – получают из плодов и кожуры плодов лимона путем холодного прессования. Для получения 1 кг такого лечебного средства требуется около 3 ц лимонов. В состав лимонного масла входят такие вещества, как эфирное масло (до 0,6 %), лимонная кислота, флавоноиды, фитонциды и др.

Лимонное масло обладает антисептическим действием. В косметических целях используется как прекрасное тонирующее, очищающее, укрепляющее и антибактериальное средство.

Применяют в качестве бактерицидного, освежающего, жаропонижающего, противоревматического, антиаритмического, кровоочистительного, глистогонного и гипотензивного (понижающего кровяное давление) средства.

Считается, что эфирное масло лимона делает воздух свежим, чистым, ароматным.

МАСЛО МАЙОРАНА – получают из плодов майорана, которые чрезвычайно богаты витамином С, каротином, рутином, дубильными веществами. Масло отличается сладким, пряно-цветочным запахом, напоминающим камфару.

Масло из майорана легко растворяется в спирте, и это его свойство используют в фармацевтической промышленности. Обладает антисептическим, отхаркивающим действием. Кроме того, используется в качестве стимулирующего действия при скудных и болезненных менструациях.

Майорановое масло известно как успокаивающее средство, способное улучшить сон. Его применяют при головной и зубной боли, при заболеваниях органов пищеварения и дыхательных органов. Масло приносит пользу больным, страдающим от болезней почек, печени, желчного пузыря. Масло эффективно при простуде, действует против метеоризма.

Майорановое масло может быть рекомендовано больным сахарным диабетом, также оно полезно людям, перенесшим инфаркт миокарда.

МАНДАРИНОВОЕ МАСЛО – смесь оранжевого цвета с приятным запахом, получают из плодов и кожуры спелых растений. В состав масла входят различные органические кислоты, в том числе и лимонная, фитонциды, каротин, эфирное масло и другие вещества.

Мандариновое масло обладает противовоспалительным действием.

МЕНТОЛОВОЕ МАСЛО – аптечный препарат, бывает двух- и четырехпроцентным. Применяется обычно при насморке. Это масло не рекомендуют применять детям до 3 лет. Кроме того, данную прозрачную смесь можно употреблять при мигренях, при стреляющих болях в голове, при начинающемся насморке.

МИРТОВОЕ МАСЛО – получают из плодов (горошины синеватого цвета) и листьев. Масло богато пиненом, цинеолом, камфарой, альдегидами, белковыми и дубильными веществами, смолами. Ароматный и целебный растительный препарат, помогающий избавиться от перхоти, прыщей, болезней десен, герпеса.

Миртовое масло действует как антисептическое, бактери-

цидное, тонизирующее и мочегонное средство. Народная медицина рекомендует мирт при бронхитах, тонзиллитах, туберкулезе легких. Примочками из масла лечат раны, ожоги, гнойничковые заболевания ушей, глаз. Миртовое масло используют для лечения женских заболеваний.

В косметических целях миртовое масло используют для укрепления корней волос.

МОЖЖЕВЕЛОВОЕ МАСЛО – получают из зрелых плодов можжевельника, которые богаты виноградным сахаром, а также содержат органические кислоты (яблочную, уксусную, муравьиную), до 2 % эфирного масла (в виде жидкости с желтоватым и зеленоватым оттенком, издающей скипидарный запах). В состав масла входят пинен, дипентен, терпинол, борнеол, надинен и др.

Это масло издавна используется как лечебное средство при ослабленной перистальтике кишечника.

Эфирное масло из можжевельника втирают при ревматических болях в суставах и мышцах. Оно помогает также при аллергии, диатезе, дерматитах, лишаях, кожных сыпях. Кроме того, это масло обладает противовоспалительными свойствами. При пиелонефритах и беременности применение масла противопоказано.

МАСЛО ИЗ МУСКАТНОГО ОРЕХА – получают из спелых, лопнувших плодов мускатного ореха. Обладает пряным

сильным ароматом. Содержит крахмал, слизь, пектиновые вещества. Существует утверждение, что мускатный орех обладает и наркотическим действием.

Масло характеризуется антисептическими свойствами. Снимает нервное напряжение, успокаивает при перевозбуждении. В основном в лечебной практике его используют для лечения желудочных заболеваний.

МАСЛО ИЗ МЯТЫ ПЕРЕЧНОЙ – получают из листьев. Мята перечная содержит эфирное масло, основными компонентами которого являются ментол, эфиры, пинен и пр. Это ароматное терпкое масло, которое отлично успокаивает и расслабляет. Применяется при ингаляции и массаже.

Мятное масло является бактерицидным препаратом. Оно обладает болеутоляющими, а также сосудорасширяющими свойствами. Мятное масло входит в состав многих лечебных препаратов: мятных капель, желудочных таблеток, различных мазей.

Масло улучшает пищеварение, ликвидирует тошноту, обладает желчегонными свойствами, применяется при астме, метеоризме, при воспалительных процессах в бронхах, легких, а также при сердечно-сосудистых и гинекологических заболеваниях.

МАСЛО ИЗ МЯТЫ КУРЧАВОЙ – получают из листьев, богатых эфирным маслом, которое содержит линалол, кар-

вон, лимонен, цинеол, цитраль. Эфирное масло используют в фармацевтике. В народной медицине применяют для снятия болей при ушибах, для лечебных ванн, а также в качестве успокоительного средства.

МАСЛО ИЗ МЯТЫ ПОЛЕВОЙ – получают из надземной части мяты, которая содержит эфирное масло (до 2 %), ментол, терпены. В состав масла входят каротин, флавоноиды, органические кислоты, рутин, фитонциды, дубильные вещества. Масло, приготовленное из мяты полевой, отличается резким запахом и горьким вкусом.

Это масло используют при головных болях, расстройствах, невралгиях, воспалительных процессах.

ОБЛЕПИХОВОЕ МАСЛО – получают из плодов облепихи, в которых содержится 3,5 % сахаридов (глюкоза и фруктоза) и 3,2 % органических кислот. В состав масла входят олеиновая, пальмитиновая, линолевая кислоты, витамины Е, группы В, каротин, каротиноиды, также смеси глицеридов. Масло облепихи – желтоватая смесь со специфическим запахом (в зависимости от вида приготовления бывает светлым и темным; считается, что светлое облепиховое масло обладает менее эффективными качествами). Масло применяют при лучевых повреждениях кожи, ожогах, обморожениях, раке пищевода. Эффективно при лечении эрозии шейки матки.

ПИХТОВОЕ МАСЛО – получают из хвои и молодых побегов пихты. Этот ценнейший экстракт люди с давних времен используют как дезинфицирующее, косметическое и лечебное средство очень высокой биологической активности. Это экологически чистый продукт, так как пихта может расти только в условиях чистого, незагрязненного воздуха.

Распыление пихтового масла в помещении способствует уничтожению болезнетворных микробов, устраняет неприятные запахи, оставляет приятный тонкий аромат хвойного леса.

Пихтовое масло – отличное косметическое средство. Помогает избавиться от морщин и дряблости кожи. Благоприятно влияет на центральную нервную систему, помогает избавиться от бессонницы и неврозов. Масло используется при лечении гинекологических и урологических заболеваний.

МАСЛО ПОЛЫНИ – получают из полыни таврической, произрастающей в диком виде, и полыни лимонной, которая выращивается специально. К маслу из полыни нужно относиться с большой осторожностью, так как по своему составу и воздействию на человеческий организм эти разновидности масла очень отличаются.

Масло из полыни таврической содержит пинен и ряд других терпенов. В масле полыни лимонной много альдегидов и терпенов.

Если эфирное масло полыни лимонной можно применять

в небольших дозах для ингаляций и полосканий, то эфирное масло полыни таврической рекомендуется использовать только для ароматизации воздуха в помещении.

Масло из полыни обладает возбуждающим свойством (причем действует на оба пола). Пары масла из полыни прекрасно дезинфицируют воздух в помещении. Кроме того, этот препарат снимает раздражение, нервное и мускульное напряжение, улучшает сон. Запах эфирного масла полыни помогает перенести морскую качку и справиться с тошнотой.

Масло полыни используется при гельминтозах различной этиологии, как противоглистное, а также как противодиарейное средство. Достаточно часто полынное масло применяют для нормализации менструального цикла.

РЕПЕЙНОЕ МАСЛО – получают из корней лопуха большого (репейника), в которых много инсулина (до 45 %), органических кислот, жироподобных веществ. Масло желтоватого цвета. Используется как косметическое средство – для улучшения роста волос.

РОЗМАРИНОВОЕ МАСЛО – получают из листьев и верхушечных побегов розмарина, особенно эфирными маслами богаты листья. Эфирное масло розмарина содержит цинеол, камфару, борнеол, лимонен, пинен, дубильные вещества, смолы, горечи. С древности пользуется славой целебного средства от многих заболеваний: помогает при простудах,

болезнях верхних дыхательных путей и воспалениях придаточных пазух носа. Его применяют для возбуждения аппетита, нормализации работы желудка, а также в качестве общеукрепляющего и успокаивающего средства. Используется против головокружения при низком кровяном давлении. Снимает стресс, нервное напряжение, улучшает состояние при неврозе, общем истощении и половой слабости.

Масло действует также как ароматизатор и как бактерицидное средство.

РОЗОВОЕ МАСЛО – получают из лепестков, в которых содержится до 0,02 % эфирного масла очень сложного состава. Масло розы известно как лечебное средство с очень давних времен.

Масло применяли внутрь при болезнях желудка, печени, при запорах. Оно входило в состав мазей и косметических средств.

Смесь розового масла с уксусом может использоваться для лечения инфицированных ран. Оно помогает при ангине, бронхите, заболеваниях верхних дыхательных путей, гриппе.

Розовое эфирное масло борется с гемофилией, кишечной, синегнойной палочками. Оно входит в составы ингаляционных смесей, мазей для проведения физиопроцедур.

МАСЛО ИЗ РОМАШКИ – получают из цветков, кото-

рые содержат до 3 % эфирного масла, основными компонентами которого являются флавоноиды, полисахариды, горечи, органические кислоты, витамины. Благодаря им масло из ромашки отличается антисептическим, противовоспалительным, мочегонным, успокаивающим действием.

МАСЛО ИЗ ТУИ – получают из плодов и применяют при циститах, увеличении простаты, застое в тазовых органах.

Масло облегчает течение бронхолегочных заболеваний, широко используется при проведении различных оздоравливающих мероприятий весной и осенью.

В гомеопатии масло из туи применяют для лечения злокачественных опухолей. Оно также способствует постепенному рассасыванию новообразований на коже, слизистых оболочках, железах и внутренних органах.

Масло из туи с давних времен является эффективным средством при лечении бородавок, кондилом и папиллом.

УКРОПНОЕ МАСЛО – получают из травы и семян укропа. Зелень укропа богата витаминами А, С, РР, а также флавоноидами, минеральными веществами. Семена содержат эфирные масла, жирное масло, белки, аминокислоты.

Укропное масло из зелени стимулирует пищеварение, из семян получают успокаивающее и подавляющее чувство голода средство.

Эфирное масло из укропа способствует выделению пище-

варительного сока и отхождению газов. Древние заживляли раны маслом из семян укропа.

МАСЛО ФЕНХЕЛЯ – получают из плодов фенхеля – многолетнего травянистого растения. Содержит аскорбиновую кислоту, рутин в большом количестве, каротин, витамины Е, К, группы В. В плодах фенхеля содержится от 2 до 5 % эфирного масла, от 9 до 12 % – жирного масла, а также белки, сахар и другие вещества.

Фенхелевое масло – признанное народное средство от многих заболеваний. В первую очередь оно служит для улучшения работы желудка при его атонии. Обладает желчегонным, мочегонным, успокоительным действием.

Масло характеризуется дезинфицирующими свойствами. Его употребляют при кашле, бессоннице, для стимуляции лактации у кормящих матерей.

МАСЛО ИЗ ЧАБРЕЦА – получают из травы, в которой содержится 1 % эфирного масла. Оно содержит дубильные, горькие вещества, флаваноиды, смолы, яблочную, уксусную и оманоловую кислоты, минеральные соли, около 30 % тимола и 20 % карвакрола.

Масло показано при астении, гипотонии, атонии кишечника, туберкулезе, астме, инфекциях мочеполовой системы, гриппе и различных простудных заболеваниях, отсутствии менструаций.

Масло чабреца помогает при различных кожных заболеваниях: дерматозах, фурункулах, чесотке. Его также применяют при общей усталости, выпадении волос и ревматизме.

Лечебное масло из чабреца помогает при сильных головных болях, депрессии, умопомрачении. Этот препарат очень полезен как общеукрепляющее средство, при расстройствах центральной нервной системы, при бессоннице.

ЧЕСНОЧНОЕ МАСЛО – получают из луковиц, которые содержат эфирное масло, полисахариды, фитонциды, азотистые соединения, фитостерины, никотиновую кислоту, витамины С, В1, В2, В6, а из минеральных веществ – соли калия, кальция, фосфора, железа, серы, магния, йода и марганца.

Масло представляет собой смесь сероватого цвета со специфическим запахом. Обладает антибактериальным свойством. Снимает спазмы сосудов головного мозга, сердечные спазмы, одышку. Это прекрасное сосудорасширяющее средство. Может быть назначено и при склерозе.

ШАЛФЕЙНОЕ МАСЛО – получают из соцветий шалфея мускатного. Это эфирное масло было известно еще в древности. Масло богато цинеолом, пиненом и др.

Используется как антисептическое, противовоспалительное, спазмолитическое, кровоостанавливающее, отхаркивающее, вяжущее, ранозаживляющее средство.

Водный настой эфирного масла шалфея используется для

полосканий при воспалении верхних дыхательных путей, слизистой полости рта, потере голоса, стоматите.

Шалфейное масло является отличным средством для лечения бронхиальной астмы, кашля, ангины. Маслом лечат воспалительные процессы в среднем ухе. Его широко применяют в виде ингаляций, для ароматизации помещений.

ЭВКАЛИПТОВОЕ МАСЛО – получают из листьев и молодых побегов эвкалипта шарикового, голубого или пепельного. Из 1 т листьев и молодых веток эвкалипта получают 3–5 кг эфирного масла, в котором содержится до 60 % цинеола.

Эвкалиптовое масло является сильным антисептическим и противовоспалительным средством, входит в состав многих препаратов. Это масло губительно действует на стрептококк и стафилококк.

Масло эвкалипта с успехом применяется как в чистом виде, так и в смеси с лавандовым, мятным и другими маслами для ингаляций, лечебных ванн.

Масло эвкалипта используют для лечения фурункулеза, флегмон, эрозийно-язвенных поражений, а также в качестве отвлекающего и болеутоляющего средства для растираний при миозите, радикулите, плексите.

Эвкалиптовое масло применяется для лечения ожогов и инфицированных ран глаз, так как характеризуется дезинфицирующим свойством.

КОМПОЗИЦИЯ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ – смесь из нескольких масел, успокаивающая и расслабляющая. Массаж с использованием этой композиции помогает при перевозбуждении, нервных срывах и депрессиях.

Основные способы применения

Необходимо правильно применять масла, чтобы они оказали наиболее эффективное действие при борьбе с той или иной болезнью.

Предложенный список способов применения включает в себя ванны, ингаляцию, компрессы, массаж, ароматизацию воздуха, свечи.

Ароматерапия

Слово «ароматерапия» – это калька с греческого языка, оно не было переведено на русский язык, так как не нашлось адекватного понятия. Проще было ввести в обиход это слово, нежели подыскивать что-то неудобопроизносимое. Ароматерапия – это лечение душистыми веществами (с греч. aroma – «душистое вещество» и therapeia – «лечение»). При этом лечение осуществляется исключительно с помощью ароматических масел.

Методы ароматерапии основаны на вдыхании человеком различных приятных и целебных запахов, в том числе и паров, образованных ароматическими маслами. Однако, прежде чем описывать свойства тех или иных растений, используемых в ароматерапии, хотелось бы отметить несколько общих немаловажных моментов.

Известно, что, когда мы дышим, в легкие попадает кислород, а выходит двуокись углерода. Очень важно научиться правильно дышать, ведь при лучшем снабжении организма кислородом улучшаются самочувствие и функционирование всех органов. Начнем с выдоха, иначе мы сделаем ошибку с точки зрения физиологии дыхания. Ведь в альвеолах уже находится некоторое количество воздуха, и мы должны от него избавиться, чтобы освободить место для новой порции кислорода. После выдоха, сопровождающегося очищением альвеол, сделайте глубокий вдох через нос, одновременно слегка выпячивая вперед живот. При этом внутри грудной клетки наша диафрагма опускается. После этого вдох становится более глубоким, а ребра раздвигаются. Заканчивается вдох поднятием ключиц. После этого, не задерживая воздух, сделайте глубокий выдох. Именно таким образом следует дышать во время сеанса ароматерапии, к методам и средствам которой мы теперь непосредственно переходим.

Ароматы часто сравнивают с музыкой, а процессы их создания – с сочинением музыкального произведения. И с этим вряд ли можно поспорить. Ведь подобно нотам ароматические вещества соединяются друг с другом по-разному, образуя неповторимые сочетания. Как же создаются ароматические масла, способные подарить нам столько радости и счастья?

Главными поставщиками ароматических веществ являются, естественно, растения. При создании масел использу-

ется все – от корней до цветков. Вот лишь некоторые источники восхитительных ароматов.

Листья и стебли – чабрец (тимьян), эвкалипт, герань, паучули, лаванда, мята и розмарин.

Цветки – роза, тубероза, гвоздика, нарцисс, гвоздики и др.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.