

АРОМАТИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА И ИХ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ЧЕ



Занятие элективного курса
«Как прожить до ста лет?»
для учащихся 9 класса
Учитель биологии Коврова Т.В. МОУ СОШ №2
ЗАТО г. Большой Камень

История ароматических веществ

- «Аромат» - латинское слово - «запах»;
Ароматерапия - наука об использовании запахов для лечения, придания бодрости, или наоборот, успокаивающего расслабления.
- Понятие ароматерапия ввел в 1928 году французский химик *Рене Гаттефоссе*;
- «Парфюмерия» - «дымиться», «курить»;
- Духи – «источающие запах»
- В далекие времена считалось, что «выкурить» недуг из больного можно, сжигая ароматические растения.



- 5 тыс. лет до н.э. в египетских храмах использовали ароматические вещества (лаванда, мирра, амбра). «Идет прекраснейшая Нефертити».....
- Греки и римляне использовали ароматические масла для ванн, изготовления кремов и мазей (использовали лепестки роз);
- Начало изучения эфирных масел положили в античные времена арабы. Они первыми начали экстрагировать розовое масло, которое ценилось выше чем золото;
- В Европе производство эфирных масел и их распространение относится к XIII-XIV векам, любили запахи фиалки и жасмина;
- В XVII-XIX, при Петре I введена мода на духи в России (нюхательная соль, душистая пудра)





Ароматические части растений

- Листья – герань, мята, пихта, мята, эвкалипт, лавр, сосна, можжевельник, туя, базилик
- Плоды – апельсин, лимон, мандарин, грейпфрут
- Семена – кориандр, душистый перец
- Стебли – лимонник китайский, можжевельник, сандал, кипарис
- Цветы – гвоздика (не раскрытые бутоны), роза, жасмин, бергамот, лаванда, розмарин, иланг-иланг, шалфей, кипарис, фиалка





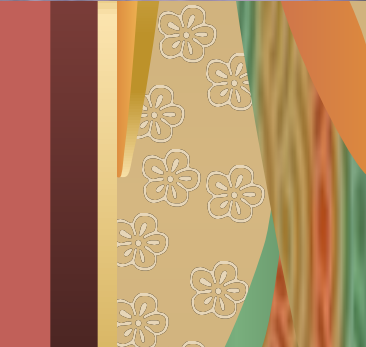
Состав ароматических веществ

- Эфирное масло – прозрачная жидкость желтоватого или коричневатого цвета (бывают синие, зеленые). В состав эфирных масел входит более 1000 компонентов.
 - **Натуральные эфирные масла состоят из:**
 1. **спирт и его производные** -гераниол, нерол (герань, роза), ментол (мята), линалоол (лаванда, бергамот), цитронелол (лимон)
 2. **сложные эфиры** –цитраль (лимон), эвгенол (гвоздика), анетол (анис),
 3. **кетоны** – камфора (базилик, лаванда), карван (укропный аромат).
- Содержание эфирных масел колеблется от 0,1 до 10%, в листьях герани около 2%



Как «добыть» ароматические вещества?

- 1.выжимание
(кожура апельсина)
- 2.экстрагирование пахучих веществ с помощью растворителей (оливковое масло, животный жир)
- 3.анфлераж –извлечение пахучих веществ из растений твердыми животным жирам без нагрева (Франция)
- 4.дистилляция –извлечение эфирных масел водяным паром (впервые извлекал Авиценна XI в)
- 5.вакуумная дистилляция



Аромалампы

- В домашних условиях эфирные масла обычно используют для ароматизации комнат с помощью испарителя или масляной горелки. Существуют простые, декоративные испарители, ручной работы. Все они действуют по одному и тому же принципу: в сосуд, или приемник, заполненный водой, добавляют капли эфирного масла и нагревают, вода испаряется и освобождает аромат масла.





Действие эфирных масел

- Эфирные масла *обостряют ощущения*, если будете применять масла ежедневно, то значительно повысите свой порог восприятия и обретёте новый вкус к жизни.
- Эфирные масла обладают *антисептическими свойствами*, используя масла в аромалампе вы наполните свой дом *приятными ароматами*, а также *уничтожите присутствующих в воздухе микробов*.
- Включив эфирные масла в ежедневное употребление - вы будете не только *доставлять себе постоянное удовольствие*, но сделаете важный шаг на пути *восстановления и поддержания здоровья*.
- Эфирные масла являются бесценными натуральными веществами, *укрепляющими защитные механизмы организма и иммунную систему*.
- Масла воздействуют так, что все органы и системы человека, *участвующие в борьбе с чужеродными организмами*, в уничтожении токсинов, так же сохраняют свою активность и устойчивость.
- Но масла дадут стойкий оздоровительный эффект, если применять их, вы ведете спокойную и размеренную жизнь.



Хранение и срок годности эфирных масел

- Принят срок годности всех эфирных масел до трех лет, за исключением цитрусовых, которые желательно использовать в течении года.
- Хранить эфирные масла нужно во-первых, в темном, недоступном для детей месте. Во-вторых, масло не любит скачков температуры. Если вы начали хранить его при температуре +25, то не надо перекладывать в холодное место, а если сразу положили в холодильник, то пусть оно там и хранится.



Использования эфирных масел

- 1.ванны с ароматическими веществами
- 2.ингаляции (паровая ингаляция через платок)
- 3.массажи (эфирные масла разбавляют с маслами-носителями, например, кукурузное или персиковое масло)
- 4.компрессы
- 5.ароматизация комнаты (аромалампа, распылитель, ароматические свечи и палочки)



Действие

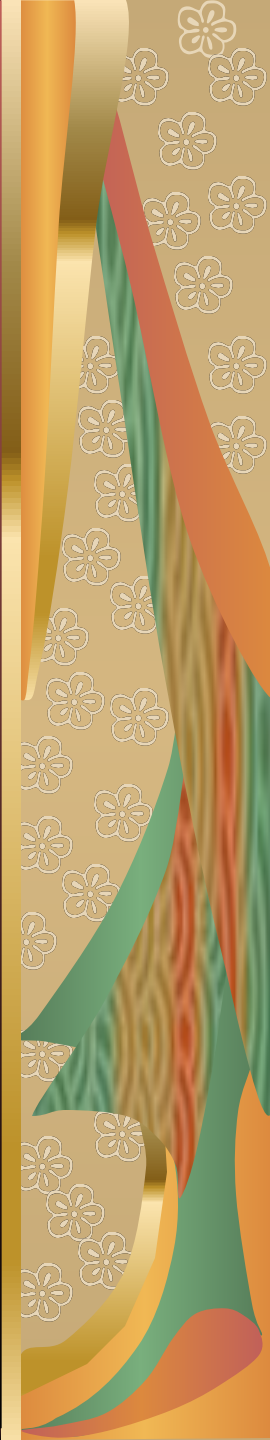
1. Успокоительное
2. При бессоннице
3. При головной боли
4. При депрессии
5. При ухудшении памяти
6. При переутомлении

Масла

Пихта, сосна, иланг-иланг, герань
Роза, сандал, лаванда, ромашка, душица
Эвкалипт, лимон, мята
Ромашка, жасмин, грейпфрут, лаванда, мандарин
Можжевельник, розмарин, базилик
Шалфей, имбирь, кипарис, корица, бергамот, апельсин

Применение

Ванны, массаж, ароматизация помещения
Ванны, массаж, ароматизация помещения
Ванны, массаж, ароматизация помещения
Ванны, массаж, ароматизация помещения
Ванны, массаж, ароматизация помещения



Ароматические растения и знаки зодиака

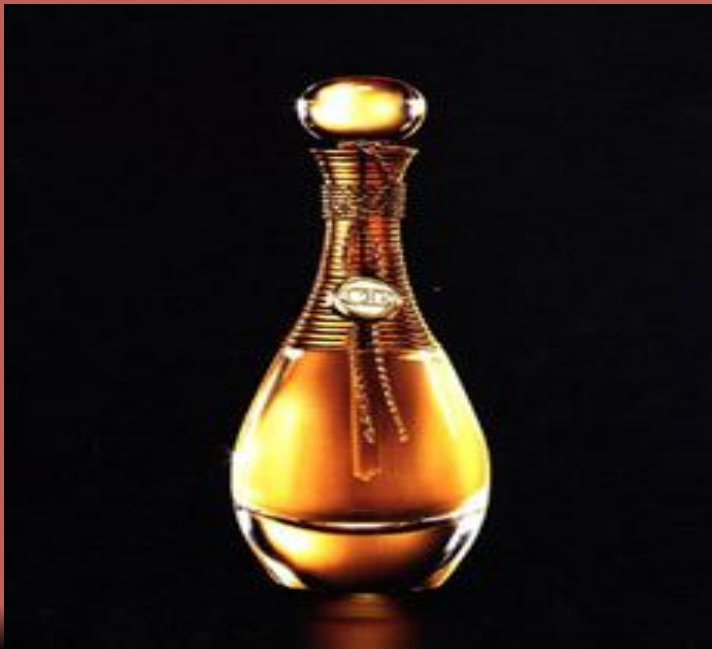
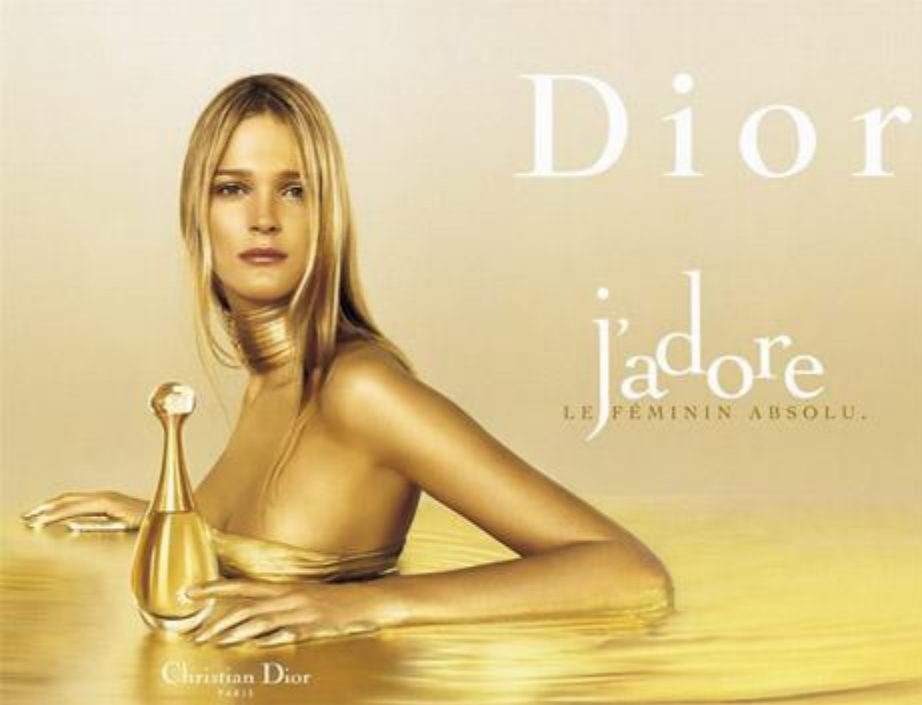
- **Козерог (22.12-20.01)** - мята, герань, жасмин, шалфей, эвкалипт, кориандр, гвоздика, пихта;
- **Водолей (21.01-20.02)** - бергамот, грейпфрут, лаванда, эвкалипт, лимон, шалфей, апельсин, розмарин, кориандр, иланг-иланг, жасмин;
- **Рыбы (21.02-20.03)** - бергамот, грейпфрут, лаванда, эвкалипт, лимон, шалфей, нероли, апельсин, розмарин, кориандр, иланг-иланг, иссоп, можжевельник;
- **Овен (21.03-20.04)** - мята, сосна, пихта, лимон, лавр, роза, шалфей, розмарин, сандал, кипарис, кориандр;
- **Телец (21.04-20.05)** - лимон, розмарин, мята, шалфей, лавр, кипарис, туя, жасмин, фенхель;
- **Близнецы (21.05-21.06)** - эвкалипт, фенхель, герань, лаванда, мандарин, апельсин, роза, розмарин, сандал, иланг-иланг, базилик, кориандр;
- **Рак (22.06-22.07)-)** - бергамот, грейпфрут, сосна, лаванда, лимон, шалфей, апельсин, розмарин, иланг-иланг, жасмин, сандал;
- **Лев (23.07-23.08)** - кориандр, фенхель, лимон, апельсин, лавр, мандарин, шалфей, роза, ладан, сандал, розмарин, туя, кипарис;
- **Дева (24.08-23.09)** - эвкалипт, герань, мандарин, шалфей, апельсин, роза, ладан, чабрец, иланг-иланг, базилик;
- **Весы (24.09-23.10)** - эвкалипт, герань, лаванда, шалфей, роза, ладан, чабрец, иланг-иланг, кориандр, мята;
- **Скорпион (24.10-22.11)** - базилик, сосна, лимон, пихта, лавр, мандарин, шалфей, гвоздика, апельсин, розмарин, сандал, иланг-иланг, кориандр;
- **Стрелец (23.11-21.12)** - кориандр, лимон, лавр, шалфей, роза, ладан, розмарин, туя, кипарис, базилик, гвоздика;



История духов

- История развития духов уходит далеко в глубь веков. С незапамятных времен ароматические травы и цветы были неизменными спутниками человека. В основном пахучие травы применялись в бальзамах, различных кремах и ладанах. Ароматические масла использовались в косметических или лекарственных средствах.





Спасибо за внимание!

