

Эфиромасличные и масличные культуры

Эфиромасличные культуры

- ▶ Эфиромасличные растения содержат в листьях, цветках, корнях или плодах летучие пахучие вещества — эфирные масла — в подавляющем большинстве жидкости, смеси разнообразных органических соединений — углеводов (терпены и их кислородные производные), а также некоторых гетероциклических соединений. Из эфирного масла выделено более 1000 органических веществ.
- ▶ В пищевой промышленности эфирные масла используют в производстве ликеров, пищевых эссенций, ароматизации табака; семена (тмин, кориандр) добавляют для улучшения вкусовых качеств хлеба. Эфирные масла обладают антисептическими и лечебными свойствами, поэтому их используют в медицине, санитарии и гигиене (камфора — сердечное средство, анетол — отхаркивающее, гвоздичное используют в зубоврачебном деле).
- ▶ Эфиромасличные культуры, содержащие эфирное масло в плодах и семенах, — это кориандр, анис, тмин, фенхель, ажгон, чернушка (нигелла).
- ▶ Эфирные масла из семян эфиромасличных культур извлекают тремя способами: перегонкой с водяным паром (наиболее часто), экстракцией и прессованием. Жирное масло выделяют экстракцией или прессованием после того, как извлечено эфирное масло.

Содержание эфирного и жирного масла в эфиромасличных культурах

Культура	Содержание эфирного масла		Содержание жирного масла, %
	%	главные компоненты	
<i>Кориандр</i>	0,7-1,2	Спирт	17-24
<i>Анис</i>	2,5-4,0	Анетол 80-90%, метилхавикол, анисовая кислота, терпены	16-26
<i>Тмин</i>	4,0-6,0	Карвон (50-65%), а-лимонен (до 35%), дигидрокарвон	14-22
<i>Фенхель</i>	0,5-6,5	Анетол (50-60%), метилхавикол, кауфен	10,5-17,2
<i>Ажгон</i>	2,0-10,0	Тимоли карвакрол (35—67%), дипеитен, а-пинен, а- терпинен	15-30
<i>Чернушка</i>	0,5-1,5	Нигелла	—

Масличные культуры

- ▶ Масличные культуры – группа растений, которые возделывают ради получения жирных масел, пригодных для пищевых и технических целей. Это однолетние и многолетние растения различных семейств, в основном травянистые: подсолнечник, соя, арахис рапс, лен масличный и др.; но есть и тропические деревья, например: пальмы, дерево какао, тунг. Большинство этих культур накапливает масло в семенах и плодах. Среди них есть растения, дающие твердые масла: пальмы, дерево какао, восковое дерево. Жирные масла получают также из семян хлопчатника, льна-долгунца, конопли, кориандра, аниса, тмина, плодов грецкого ореха, миндаля, кедровой сосны, косточек персика, абрикоса, зародышей семян кукурузы и пшеницы.
- ▶ В Казахстане выращивают однолетние и многолетние растения из семейств сложноцветных (подсолнечник, сафлор), крестоцветных (рапс, горчица), маковых (мак), льняных (лен масличный).
- ▶ Масличные культуры выращивают также в Средней Азии, на Дальнем Востоке, в Западной Сибири. Много масличных культур выращивают в Молдове, Закавказье, в Центрально-Черноземной зоне, на Северном Кавказе и Поволжье.
- ▶ Чтобы получить больше масла, человек создает нужные для развития растения условия. Большое внимание уделяется агротехнике, механизации посева и уборке, выведению новых сортов, общей культуре земледелия. Именно от этих факторов зависит урожайность культуры.

- ▶ Чтобы получить больше масла, человек создает нужные для развития растения условия. Большое внимание уделяется агротехнике, механизации посева и уборке, выведению новых сортов, общей культуре земледелия. Именно от этих факторов зависит урожайность культуры.
- ▶ Всем масличным культурам необходимо давать в достатке азотные, фосфорные и калийные удобрения, различные микроэлементы. Масличные культуры надо защищать от болезней, вредителей и сорняков, иначе снизится количество и качество масла.
- ▶ Большинство масличных культур возделывают как пропашные. Обычно их размещают в полевых севооборотах. Эти культуры лучше сеять после озимых, идущих по чистым, хорошо удобренным парам. Можно размещать и после яровых зерновых, силосных и даже картофеля. После уборки масличных можно сеять зерновые и другие культуры.
- ▶ Масла растительные жирные идут не только в пищу, но и для приготовления консервов, кондитерских изделий, маргарина. Хорошее пищевое масло получают из плодов арахиса, семян подсолнечника, сафлора. Прекрасное столовое масло – оливковое дает маслина. Оно богато витаминами и легко усваивается. Растительные масла используют в лакокрасочной, мыловаренной, текстильной, кожевенной, парфюмерной и медицинской промышленности. Горчичное масло входит в состав лечебных мазей. Из семян клещевины обыкновенной готовят касторовое масло, которое используется не только в медицинской, но и в полиграфической, текстильной, обувной промышленности. Оно не затвердевает при низкой температуре и поэтому высоко ценится в технике как смазочное масло. Масло конопли и льна используют для приготовления олифы, лаков, красок. Исключительно прочны, устойчивы в агрессивных средах лаки и краски, изготовленные на тунговом масле.
- ▶ Растительные масла получают на маслоперерабатывающих предприятиях. Прежде чем получить масло, сырье на специальных машинах очищают от примесей. Затем ядро отделяют от оболочки, измельчают, увлажняют и подвергают тепловой обработке в жаровнях. Только после этого масло извлекают прессованием или экстракцией, т. е. действуют растворителем.

СОДЕРЖАНИЕ МАСЛА В СЕМЕНАХ МАСЛИЧНЫХ КУЛЬТУР И ЕГО КАЧЕСТВО

Культура	Содержание масла, %от массы абсолютно сухого вещества семян	Число		
		йодное	кислотное	омыление
Подсолнечник	30-57	119-144	0,1—2,4	183-196
Сафлор	25-37	115-155	0,8—5,8	194-203
Горчица сизая	35-47	92-119	0,0—3,0	182-183
Рапс озимый	45-52	94-112	0,1—11,0	167-185
Рыжий	26-46	132-153	0,2—13,0	181-188
Клещевина	47-58	81-86	1,0—6,8	182-187
Кунжут	48-63	103-112	0,2—2,3	186-195
Перила	35-50	181-206	0,6—3,9	189-197
Лялеманція	35-42	162-203	0,8—4,4	181-185
Арахис	45-60	90-103	0,03—2,24	182-207
Соя	16-27	107-137	0,0—5,7	190-312
Лен-кудряш	30-48	165-192	0,5—3,5	186-195

Распределение масличных растений по ботаническим семействам

- ▶ Подсолнечник - *Heliánthus cúltus* Wenzl. - семейство Астровые - Asteráceae
- ▶ Сафлор - *Carthámus tinktórius* L. - семейство Астровые - Asteráceae
- ▶ Клещевина - *Ricínus macrocárpus* G. Pop. - семейство Молочáйные - Euphorbiáceae
- ▶ Кунжут - *Sesámum índicum* L. - семейство Кунжутовые - Pedaliáceae
- ▶ Мак - *Paráver somníferum* L. - семейство Маковые - Papaveráceae
- ▶ Ляллеманция - *Lallemántia ibérica* F. et M. - семейство Яснотковые - Lamiáceae
- ▶ Перилла - *Perílla осумóides* L. - семейство Яснотковые - Lamiáceae
- ▶ Арахис - *Aráchis hypogáea* L. - семейство Бобовые - Fabáceae
- ▶ Рапс - *Brássica nápus oleífera* DC. - семейство Капустные - Brassicaceae
- ▶ Сурепица - *Brassica rapa oleifera* DC. - семейство Капустные - Brassicaceae
- ▶ Рыжик - *Camelina satíva* Crantz. - семейство Капустные - Brassicaceae
- ▶ Горчица белая - *Sinápis alba* L. - семейство Капустные - Brassicaceae
- ▶ Горчица сизая - *Brassica júncea* Czern. - семейство Капустные - Brassicaceae
- ▶ Крамбе - *Crámbe abyssínica* Hochst. - семейство Капустные - Brassicaceae

Масло маковое

- ▶ Маковое масло - это растительное масло, которое получают из семян снотворного мака способом холодного прессования. До процесса рафинирования данного масла оно имеет приятный аромат растертых маковых зерен, а после аромат исчезает. Цвет масла от светло-желтого до светло-золотистого. Применение данного масла, в наше время, отмечено фармацевтической и косметической промышленностью. Также его используют как растворитель масляных красок в живописи. Иногда маковое масло используют для заправок салатов.
- ▶ Состав и пищевая ценность
- ▶ Маковое масло содержит высокое содержание витаминов Е (ТЭ), А (РЭ) и витамина Н (биотина), а также в его составе имеется фосфор, сера, хлор. В химическом составе макового масла имеются ненасыщенные жирные кислоты Омега-3, незаменимые для организма человека. Богато масло пальмитиновой, линолевой, олеиновой кислотами. Химический состав данного масла обогащен капроновыми кислотами и стеаринами - летучими соединениями. Уникальность макового масла состоит и в том, что в его составе имеется огромное число соединений токоферола.
- ▶ В 100г макового масла содержится:
- ▶ Вода - 0.
- ▶ Белки - 0.
- ▶ Жиры - 99,8.
- ▶ Углеводы - 0.
- ▶ Ккал - 898.
- ▶ Семена мака содержат 50% масла. Оно входит в состав различных косметических средств, в том числе и мыла. Его используют в производстве лакокрасочных материалов.
- ▶ Полезные и лечебные свойства

- ▶ Полезные свойства макового масла нашли широкое использование в медицине:
- ▶ Масло маковое используют при лечении мигрени, стенокардии, спазмах кровеносных сосудов.
- ▶ Для нормализации нервной системы и работы сердца.
- ▶ Для снятия раздражительности, стресса, эмоциональных нагрузок.
- ▶ Маковое масло применяют при бессоннице, в борьбе с атопическим дерматитом и псориазом.
- ▶ Широкое применение, данное масло, нашло для общего укрепления организма.
- ▶ Маковое масло обладает снотворным, седативным, обезболивающим и спазмолитическим действиями.
- ▶ Приготовление макового молока в домашних условиях. Семена мака растереть в ступке и развести водой (получится маковое молоко белого цвета). Его употребляют при геморрое и воспалении легких по ½ стакана 3 раза в день.
- ▶ Маковое масло обладает увлажняющим, регенерирующим, смягчающим действиями, оказывает стимулирующее действие, восстанавливает тонус кожи, повышает ее упругость.
- ▶ Также масло является омолаживающим средством, препятствует преждевременному старению кожи.
- ▶ Маковое масло оказывает противовоспалительное действие, хорошо впитывается, придает коже гладкость и эластичность.
- ▶ Отмечается положительное влияние масла на состояние волос (устраняет тусклость и придает блеск).
- ▶ Маковое масло вводят в состав шампуней, кондиционеров, бальзамов для волос, а также для кремов, лосьонов, тоника и бальзамов для тела и рук.
- ▶ Противопоказания для применения
- ▶ Противопоказанием к применению данного масла является индивидуальная непереносимость данного продукта.
- ▶ Перед использованием необходимо произвести пробный тест.
- ▶ Маковое масло не рекомендуют применять детям до двух лет и пожилым людям, имеющим алкогольную зависимость, болезни печени и бронхиальную астму.
- ▶ Применение макового масла
- ▶ Маковое масло отлично сочетается с другими маслами и зачастую используется как жирная основа для наилучшего проникновения в кожу таких масел как пачули, сандала, авокадо и др.
- ▶ Маковое масло холодного отжима используется в пищу и промышленностями медицины и косметологии. После холодного отжима производят повторный горячий отжим. Такое масло используют в живописи и лакокрасочном производстве.
- ▶ Маковое масло используют для производства бумаги масляной.
- ▶ Маковое масло подчеркивает вкус кукурузы, хлеба, водорослей и картофеля, чем пользуются многие кулинары, дополняя блюда изысканным вкусом.



honey.net

ЧЕМ ТЫ

Масло горчичное

Горчичное масло – это растительное масло, которое получают из семян горчицы методом холодного прессования при температуре 40-50°C, поэтому в ходе работ данное масло не утрачивает свои полезные свойства. Родина масла горчичного – Восточный Китай. К нам данное растение было завезено как сорное. Горчичное масло отличается устойчивостью к окислению, высокими пищевыми качествами. Его используют при приготовлении хлеба, кондитерских изделий, в консервном производстве, в косметологии и для целей технического порядка.

Содержание:

- [Пищевая ценность и состав горчичного масла](#)
- [Полезные свойства горчичного масла](#)
- [Применение горчичного масла в косметологии](#)
- [Кому и чем вредно горчичное масло](#)
- [Полезная информация о масле](#)

Пищевая ценность и состав горчичного масла

По диетическим характеристикам и вкусу горчичное масло превосходит подсолнечное. Это диетический продукт, который насыщен биологически активными веществами, такими как фосфор, калий, витаминами Е, В3, В6, А, D . В составе масла в большом количестве имеются линоленовая и линолевая кислоты, которые делают данное масло полезным для здоровья, поскольку его употребление понижает риск атеросклероза, повышает эластичность сосудов, препятствует отложению холестерина в крови. Употребление данного масла также понижает вязкость крови, нормализует баланс гормонов, укрепляет иммунную систему и улучшает работу пищеварительного тракта.

В 100г горчичного масла содержится:

- Вода – 0,2.
- Белки – 0.
- Жиры – 99,8.
- Углеводы – 0.
- Ккал – 898.

Горчичное масло, благодаря полезным и потребительским свойствам, одно из наиболее широко применяемых растительных масел в кулинарии и медицине. Необходимо отметить, что вкусовые характеристики масла зависят не исключительно от исходного материала, который используют в процессе производства.

Полезные свойства горчичного масла

Горчичное масло широко используется при лечении многих заболеваний, поэтому его необходимо употреблять при:

Сахарном диабете и различных степенях ожирения.

Гипертонии, атеросклерозе и анемии.

При жёлчнокаменной болезни, холецистите, гепатите и циррозе печени.

Простатите, аденоме простаты, раке предстательной железы

В период кормления грудью, при беременности.

Заболевания, связанные с ухом, горлом, носом.

Органы зрения и болезни нервной системы.

При проблемах, связанных с работой кишечника и пищеварением.

Горчичное масло используют при радикулите, артрите, ревматизме, при напряжении в мышцах и связках (наружно). Также известно применение масла для быстрого заживления порезов и травм и для лечения простудных заболеваний.

Данное масло содержит большое количество аминокислоты Омега-3. Это химическое соединение, признано для человеческого организма незаменимым, ведь в процессе жизнедеятельности эти кислоты не образуются. Поэтому человеку необходимо пополнять запас Омега-3 постоянно и именно горчичное масло является источником данных жирных кислот.

Применение горчичного масла в косметологии

Горчичное масло применяется при кожных проблемах (угри, себорея, псориаз, герпес). Оно питает кожу, смягчает, увлажняет. Витамин А и Е предупреждает преждевременное старение кожи, происходящее от чрезмерного воздействия ультрафиолета.

Во избежание выпадения волос и от появления седины рекомендуют втирать цельное горчичное масло перед мытьем (за 20 минут до мытья).

Горчичным маслом, персиковым или миндальным в равных пропорциях рекомендуют протирать кожу лица и тела после принятия душа.

Кому и чем вредно горчичное масло

В составе горчичного масла имеется эруковая и эйкозеновая кислоты. На тех, кто имеет проблемы болезни миокарда, очень плохо действуют данные кислоты. Поэтому горчичное масло можно употреблять в пищу с разрешения врача.

Ограничить употребление данного масла необходимо людям, у которых повышенная кислотность и имеется язва двенадцатиперстной кишки.

Не рекомендуется данное масло тем, у кого отмечена индивидуальная непереносимость данного продукта питания, а также тем, у кого отмечается реакция кожи на нанесение масла.

Полезная информация о масле

Пища, приготовленная на горчичном масле, подчеркивает вкус блюда. Масло не пригорает и не горчит, на нем готовят сырники, оладьи и блины. Горчичное масло, добавленное в каши, придает маслянистый и нежный вкус блюду.

Во Франции данным маслом заправляют салаты и супы. В странах Азии его применяют при приготовлении рыбы, тушении овощей и выпечке.

Если перед приготовлением курицы ее смазать горчичным маслом, то конечный продукт будет отличаться сочностью, мягкостью и ароматом. Горчичное масло является природным консервантом.

Срок хранения горчичного масла - 2 года, поскольку оно не окисляется. После открытия упаковки с маслом его хранят в холодильнике.



EM TЫ
www.roy.net

Арахисовое масло

- ▶ Арахис - это орех, в составе которого находится белка больше, чем в мясе. Это полезный и питательный продукт, которым можно отлично утолить голод. В составе арахиса нет холестерина, а жира в нем меньше, нежели в остальных видах орехов. Из данного ореха, методом холодного отжима производят арахисовое масло, которое применяют во всех кухнях мира, а также в медицинских целях. В арахисовом масле содержатся Омега-9 и Омега-6 жирные кислоты, очень полезные для сердца, укрепления иммунитета, нервной системы и нормализации холестерина в крови. Также в составе данного масла содержатся витамины А, В2, В3, В9, Е, D и микроэлементы магний, кальций, йод, цинк, фосфор.
- ▶ **Содержание:**
- ▶ [Пищевая ценность](#)
- ▶ [Разновидности арахисового масла](#)
- ▶ [Польза от употребления арахисового масла](#)
- ▶ [Вред от употребления арахисового масла](#)
- ▶ [Применение в косметологии](#)

- ▶ Пищевая ценность
- ▶ В 100г арахисового масла содержится:
- ▶ Вода - 0,1.
- ▶ Белки - 0.
- ▶ Жиры - 99,9.
- ▶ Углеводы - 0.
- ▶ Ккал - 899.
- ▶ Арахисовым маслом заправляют салаты, супы, блюда из овощей, каши, мясо, его используют для различной выпечки. Данное масло имеет высокую температуру нагревания, поэтому полезно для жарки во фритюре. В процессе приготовления еды на данном масле его расходуется в несколько раз меньше других растительных масел.
- ▶ Разновидности арахисового масла
- ▶ Арахисовое масло, как и все растительные масла, выпускается рафинированным, дезодорированным, нерафинированным и рафинированным не дезодорированным.
- ▶ Нерафинированное масло обладает приятным насыщенным вкусом арахиса с красно-коричневым оттенком. Его любят жители азиатских стран.
- ▶ Рафинированное арахисовое масло имеет светло-желтый цвет, мягкий вкус с легким ореховым ароматом. Его предпочитают американцы и европейцы.

- ▶ Польза от употребления арахисового масла
- ▶ В масле содержится много мононенасыщенных жирных кислот, обладающих способностью выводить вредный холестерин. Врачи рекомендуют употреблять данное масло людям, у которых имеются такие заболевания как ишемическая болезнь сердца, и тем, у кого есть проблемы с кровообращением.
- ▶ Арахисовое масло - натуральное ранозаживляющее и антибактериальное средство.
- ▶ Регулярное употребление данного масла способствует улучшению двигательной активности, нормализации сна, восстановлению сил.
- ▶ Арахисовое масло благоприятно воздействует на сексуальную потенцию и функцию.
- ▶ Данное масло рекомендуют людям, которые занимаются тяжелым физическим трудом и спортсменам силовых видов спорта. Употребление масла положительно влияет на обменные процессы в организме, способствует насыщению и надолго утоляет чувство голода.
- ▶ Данный продукт - это профилактика кишечных, нервных и сердечнососудистых заболеваний.
- ▶ Масло способствует восстановлению и регенерации костной ткани, предупреждает онкологические и эндокринные патологии.
- ▶ Масло добавляют в готовые маски, кремы, бальзамы и шампуни. Используют масло в виде питательных повязок, аппликаций, смесей.
- ▶ Вред от употребления арахисового масла
- ▶ Вред данного масла представляет особенно для тех, у кого есть индивидуальная непереносимость данного продукта.
- ▶ Не рекомендуется употреблять в пищу арахисовое масло людям, у которых имеется заболевание артрит, подагра, бронхиальная астма, гемофилия, артроз и при плохой свертываемости крови.
- ▶ С особой осторожностью масло вводят в рацион детского питания (может спровоцировать тошноту, отек гортани и кожный зуд).

- ▶ Применение в косметологии
- ▶ На основе арахисового масла готовят препараты и лекарственные средства.
- ▶ Масло способствует омоложению кожи и регенерирует клетки.
- ▶ Маски с данным маслом устраняют мимические и возрастные изменения, выравнивают и разглаживают кожу.
- ▶ Масло используют по уходу за кожей вокруг глаз, нанося его дважды в день, а также как маску, нанося на очищенное лицо и шею и оставляя на полчаса, после чего необходимо смыть.
- ▶ Для омоложения предлагается маска из масла арахиса, несколько капель масла жожоба и нероли. Массажными движениями втереть в проблемные места на лице, после чего вытереть салфеткой.
- ▶ Вред и польза арахисового масла настолько многогранны, поэтому есть определенные рекомендации для его применения. Употреблять данный продукт рекомендуют утром в небольших количествах. Данное растительное масло придаст вашим блюдам изысканный вкус и сбалансированный комплекс. Если нет противопоказаний к применению данного масла, то обязательно введите его в свой рацион питания.



Конопляное масло

- ▶ Масло конопляное - это разновидность растительного масла. Его получают холодной или горячей выжимкой из семян конопли. Готовое масло имеет слабокислый вкус, приятный запах и светло-зеленый оттенок. Целебные свойства данного масла стоят на одном уровне с маслом льняным. Рекомендуется употреблять данное масло в сыром виде как заправку в салаты, добавку к макаронам, соусам и супам. Конопляное масло - это незаменимый продукт для вегетарианцев и людей, соблюдающих диету и пост, поскольку оно насыщает организм и помогает легко справиться с чувством голода. Тот, кто употребляет данное масло, будет всегда поддерживать свой организм в здоровом состоянии.
- ▶ **Содержание:**
- ▶ [Пищевая ценность и химический состав конопляного масла](#)
- ▶ [Полезные свойства конопляного масла](#)
- ▶ [Противопоказания к употреблению конопляного масла](#)
- ▶ [Широкое применение конопляного масла](#)

- ▶ Пищевая ценность и химический состав конопляного масла
- ▶ Жирные кислоты составляют основной компонент конопляного масла (99,9%), но соотношение этих жирных кислот отличается особым составом:
- ▶ Полиненасыщенные жирные кислоты (Омега-9 - 12%; Омега-3 - 22%; Омега-6 - 57%).
- ▶ Насыщенные жирные кислоты (стеариновая, арахидоновая, пальмитиновая).
- ▶ Соотношение вышеперечисленных полезных кислот Омега-6 и Омега-3 из семечек конопли самое оптимальное для организма человека. Если употреблять ежедневно по 1 столовой ложке данного масла, то суточная норма данных жирных кислот для человека будет удовлетворена.
- ▶ В состав конопляного масла входят витамины А, D, Е и группы В.
- ▶ Тетрагидроканнадибиол (вещество, которое обладает выраженным психотропным действием) в конопляном масле находится в малейших дозах - 1:1·000·000, и поэтому для проявления психотропного воздействия необходимо употребить в пищу не меньше 9 литров данного продукта. Сделать это практически не возможно никому.
- ▶ В 100г конопляного масла содержится:
- ▶ Вода - 0,1.
- ▶ Белки - 0.
- ▶ Жиры - 99,9.
- ▶ Углеводы - 0.
- ▶ Ккал - 899.

- ▶ Полезные свойства конопляного масла
- ▶ Употребление данного масла снижает количество вредного холестерина, очищает кровь и сосуды, а также благоприятно воздействует на сердечнососудистую систему.
- ▶ Содержащиеся в масле цинк и железо, хлорофилл улучшают синтез клеток крови, поэтому конопляное масло полезно при анемии.
- ▶ Конопляное масло полезно в комплексной терапии при астме, пневмонии, туберкулезе, бронхите и катаре верхних дыхательных путей.
- ▶ Масло конопли обладает противовоспалительным, обезболивающим и ранозаживляющим действием. Его используют при лечении энтероколитов, гастритов, язвенной болезни, холецистита и геморроя.
- ▶ Хлорофилл, содержащийся в конопляном масле, обладает противоопухолевым действием. Кстати, масло конопли имеет зеленоватый оттенок как раз за счет хлорофилла.
- ▶ Конопляное масло вводят в рацион больным, которые прошли курс химиотерапии. Его рекомендуют принимать для снижения токсичности лекарственных препаратов.
- ▶ Конопляное масло обладает превосходным регенерирующим эффектом. Кожа становится гладкой, мягкой и нестареющей.
- ▶ Полезно конопляное масло при неприятностях, связанных с предменструальным синдромом, в период менопаузы.
- ▶ Масло полезно для беременных на поздних сроках (предотвращает задержку жидкости).
- ▶ Регулярное употребление конопляного масла приводит к снижению риска заболевания у мужчин аденомы простаты, импотенции и рака половых органов.
- ▶ Противопоказания к употреблению конопляного масла
- ▶ Конопляное масло нельзя употреблять в случае индивидуальной непереносимости данного продукта.
- ▶ Нежелательно применять данное масло, если у человека имеются симптомы расстройства нервной системы либо психические заболевания.
- ▶ Если человек задумал употреблять конопляное масло в лечебных целях необходимо проконсультироваться с врачом, который порекомендует прием масла с учетом индивидуальных особенностей человека.

- ▶ Широкое применение конопляного масла
- ▶ Конопляное масло добавляют в готовые блюда, в салаты, заправки, соусы, супы и макароны. Готовя домашний майонез растительное масло подсолнечника можно заменить на конопляное.
- ▶ На кожу лица масло конопли оказывает ряд полезных действий:
- ▶ Регенерирует кожу.
- ▶ Защищает от вредного воздействия ультрафиолетовых лучей.
- ▶ Увлажняет, делая её эластичной и упругой.
- ▶ Способствует выработке меланина, что делает загар интенсивным и регулирует функции сальных желез.
- ▶ Масло конопли способствует росту волос, оно используется в ароматерапии (при бессоннице, стрессах).
- ▶ Масло конопли используют рыбаки для прикорма рыбы, а также его добавляют в пасты для насадок.
- ▶ Учитывая широкий спектр полезных и лечебных свойств конопляного масла, непременно приобретите его и введите в рацион питания своей семьи.

Масло макадамии

▶ Масло макадамии получают из дорогого и редкого ореха макадамия путем холодного отжима ядер ореха. Плоды данного ореха созревают лишь на 7-10 год жизни растения. По внешнему виду орех макадамия схож с фундуком. Он имеет плотную круглую скорлупу, трудно отделяемую от ореха. Цвет данного масла ярко-желтый с выраженным вкусом и ароматом ореха. Масло макадамии по своим свойствам уникально. Оно является антиоксидантом с уникальными свойствами омоложения стареющей и увядающей кожи. С первого применения исчезает раздражение, сухость, маленькие морщинки, а по воздействию на волосы и кожу головы во много раз превосходит масло репейное.

▶ Содержание:

▶ [Состав и пищевая ценность](#)

▶ [Польза от применения](#)

▶ [Противопоказания к применению](#)

▶ Состав и пищевая ценность масла макадамии

▶ Химический состав данного масла включает в себя полезные микроэлементы, такие как:

▶ кальций, калий, цинк, магний, селен, медь;

▶ железо, марганец, натрий, фосфор.

▶ В составе масла присутствуют такие витамины:

▶ А, В1, В2, В5, В6, В9, В12, Е, РР.

▶ В 100г масла макадамии содержится:

▶ Вода - 1,36.

▶ Белки - 9,2.

▶ Жиры - 74,6.

▶ Углеводы - 10.

▶ Ккал - 708.

▶ Особенность масла макадамии состоит в том, что оно не оставляет жирного налета и моментально впитывается, эффективно увлажняя и волосы и кожу. Состав масла макадамии близок к маслам, которые добывают из морских млекопитающих - спермацету. Оно содержит пальмитиновую мононенасыщенную кислоту.

- ▶ Польза от применения
- ▶ Ценность масла макадамии заключается в способности продукта влиять на необходимый уровень холестерина в крови.
- ▶ Положительная сила воздействия на организм человека данного масла может быть сравнима с эксклюзивным источником природного происхождения - спермацетом.
- ▶ Масло обладает противомикробным, антиоксидантным и омолаживающим свойствами. Видимый эффект омолаживающего действия на организм человека позволяет косметологам отмечать масло макадамии как особо ценное и эффективное.
- ▶ Обладает способностью улучшать циркуляцию крови, насыщать организм человека незаменимыми и полезными аминокислотами природного происхождения, содержит большое количество пальмитиновой кислоты.
- ▶ Масло макадамии обладает способностью проникать в глубокие слои человеческой кожи, поэтому его используют как основу для изготовления других эфирных масел.
- ▶ Даже малое употребление масла макадамии помогает оздоровиться человеку, очиститься от вредных химических соединений и устранить последствия воздействия внешних факторов и вредной окружающей среды.
- ▶ Данное масло показано при куперозе, кератозах, целлюлите, перхоти, аллергии.
- ▶ Применение масла способствует устранению ожогов, а также фотодерматитов.
- ▶ Противопоказания к применению масла макадамии
- ▶ Противопоказанием к применению данного масла является индивидуальная непереносимость данного продукта и склонность к аллергическим реакциям.
- ▶ Интересный факт. Орех макадамии вызывает необычайно токсичное действие на организм собак. Данный продукт вызывает у них отравление и слабость, продолжающуюся не меньше 12 часов. После этого собаки восстанавливаются и обретают прежнюю форму. Данный феномен не могут объяснить даже ученые.
- ▶ Масло макадамии применяют как заправку в салаты, используют для приготовления десертов, конфет и как натуральный ароматизатор.



Масло мускатного ореха

Масло мускатного ореха представляет маслянистую жидкость светло-желтого цвета с пьянящим ароматом мускатного ореха. Добывают масло из дозревших и самостоятельно лопнувших плодов мускатника душистого. Для производства масла ореха мускатного используют лишь ядра плодов. Кстати в продаже имеется масло из мягкой кожицы, которая покрывает семя мускатника и мускатного цвета. Масло из ореха добывают стандартной дистилляцией, после измельчения используют паровую перегонку. Мускатное дерево, на котором растут данные плоды вечнозеленое растение, а родина - Индонезия.

Содержание:

[Состав и пищевая ценность](#)

[Лечебные свойства мускатного ореха](#)

[Противопоказания к применению](#)

[Что необходимо знать о масле мускатного ореха](#)

Состав и пищевая ценность

Химический состав масла мускатного ореха включает в себя витамины А, В1, В2, В5, В6, В12, D, F, E, K, PP и аскорбиновую кислоту. Также в составе данного масла присутствуют макро- и микроэлементы, такие как:

кальций, калий, цинк, магний;

медь, селен, марганец, фосфор, железо и натрий.

В 100г масла мускатного ореха содержится:

Вода - 6,23.

Белки - 0.

Жиры - 100.

Углеводы - 0,1.

Ккал - 899.

- ▶ Масло мускатного ореха обладает обезболивающим, антимикробным и противовоспалительным действием. Оно способствует заживлению ран и ожогов, блокированию инфекций. Данное масло – признанный афродизиак, стоящий наряду с маслом иланг-иланга.
- ▶ Лечебные свойства
- ▶ Употребление мускатного масла устраняет нервную и морозную дрожь, действует успокаивающе, купирует истерию, благотворно действуя на нервную систему.
- ▶ Масло позитивно влияет на окружающий мир, помогает человеку чувствовать себя счастливым. Оно позитивно влияет на память и усиливает интуицию.
- ▶ В эротической сфере применение масла стимулирует кровообращение, усиливает ощущения, несет неповторимые и яркие переживания, поскольку является афродизиак.
- ▶ Масло мускатного ореха - стимулятор кровообращения сердечной деятельности, нормализует работу бронхов, способствует глубине дыхания.
- ▶ Масло мускатного ореха стимулирует работу пищеварительного тракта, избавляет от тяжести тошноты, обеззараживает и купирует инфекционные процессы.
- ▶ Употребление мускатного ореха помогает при суставных болях, остеохондрозе, невралгиях, снимает боль и отечность.
- ▶ Масло мускатного ореха снимает нарушения при климаксе, останавливает атипичные маточные кровотечения.

- ▶ Противопоказания к применению
- ▶ В косметических средствах масло мускатного ореха для базового использования не так часто применяется как остальные виды масла. Категорически запрещается использовать данное масло при чувствительной коже.
- ▶ Масло мускатного ореха имеет токсичное действие, поэтому его не используют в ароматерапии. Если и используют, то обязательно разводят или применяют совместно с другими маслами.
- ▶ Данное масло нельзя использовать во время беременности, при повышенной возбудимости и нервных расстройствах.
- ▶ Время контакта с данным маслом не может превышать 4 часов. При нанесении на кожу ощущаются пощипывание и жжение. При нанесении на кожу большого количества масла, можно получить ожог.
- ▶ Необходимая информация рекомендации дозировки масла мускатного ореха:
- ▶ Для ароматерапии можно использовать не более 3-4 капель не более 1 часа. При этом желательно добавлять по 2 капли апельсинового либо мускатного масел.
- ▶ Для принятия ароматической ванны применять не более 3 капель.
- ▶ При растирании - 4 капли совместно с 15г масла-основы.
- ▶ Для ингаляций - 1 каплю. Продолжительность ингаляции - 5 минут.
- ▶ По уходу за волосами в 15г основы можно добавлять 3 капли.
- ▶ Для растираний в 10г любого растительного масла добавить 5 капель мускатного ореха.

- ▶ Что необходимо знать о масле мускатного ореха
- ▶ Масло сочетается с эфирными маслами цветочного, древесного, цитрусового типов:
- ▶ сандал, герань, шалфей, ферула, анис;
- ▶ эвкалипт, имбирь, кипарис, мелисса, мята, мирра и др.
- ▶ В кулинарии масло мускатного ореха используют как дополнение к изысканным блюдам. Традиционно данное масло используют для приготовления десертов, алкогольных напитков, кофе, чая и выпечки.
- ▶ Эфирное масло мускатного ореха используют для ароматизации крепких напитков (не более 2-х капель на бутылку стандартного размера).
- ▶ Покупая данное масло необходимо ознакомиться с инструкцией и описанием содержимого и быть уверенным в производителе. При соблюдении правил хранения данного масла срок годности его может быть до 5 лет. Масло не используют в концентрированном виде. Перед тем, как начать применять данное масло необходимо проконсультироваться с врачом.



www.chemty.net

Масло лимонное

▶ Лимонное масло - это светло-желтая или светло-зеленая маслянистая жидкость с выраженным запахом лимона и заметной ноткой горечи. Производится данное масло путем холодного отжима (прессованием цедры лимона). Чем спелее плоды, тем выход масла меньше, поэтому, в основном, масло лимона производится из лимонов недозрелой спелости. Лимон всеми известный цитрусовый плод, который обладает антимикробным и противовоспалительным средством в борьбе со многими недугами. Лимонное масло сохраняет полезные свойства самого фрукта и является профилактическим средством от вирусных и простудных заболеваний.

▶ **Содержание:**

▶ Состав и пищевая ценность

▶ Полезные свойства

▶ Вред от применения

▶ Интересные факты

▶ Состав и пищевая ценность лимонного масла

▶ В химический состав лимонного масла входят витамины:

▶ А, В1, В2, В6, В9, В12;

▶ Е, К, РР, D.

▶ Также в составе масла присутствуют аскорбиновая кислота, микроэлементы и макроэлементы жизненно необходимые человеку, такие как: кальций, калий, цинк, магний;

▶ медь, селен, марганец, железо, натрий и фосфор.

▶ В 100г лимонного масла содержится:

▶ Белки - 0.

▶ Жиры - 100.

▶ Углеводы - 0.

▶ Ккал - 900.

- ▶ Эфирное масло лимона широко применяется для поднятия иммунитета, при лечении инфекции горла, ротовой полости, почек и в качестве тонизирующего и противолихорадочного средства.
- ▶ Полезные свойства масла лимона
- ▶ Масло лимона оказывает положительный эффект при вегетативно-сосудистой дистонии.
- ▶ Обеспечивает прилив сил, помогает адаптироваться к новым условиям жизни, усиливает жизненный интерес.
- ▶ Цитрусовый лимонный аромат повышает настроение, обладает дезинфицирующим действием, очищает воздух.
- ▶ Снимает депрессию, способствует концентрации внимания.
- ▶ Эфирное масло лимона способно подавлять энзим эластазу (замедляет старение кожи, предотвращает появление морщин).
- ▶ Масло лимона разглаживает и отбеливает кожу, устраняет пигментные пятна, веснушки.
- ▶ Это прекрасное средство от перхоти, естественный осветлитель волос, устраняет ломкость ногтей, сыпь на лице различного характера, помогает избавиться от бородавок, экзем, кровоточивости десен.
- ▶ Масло лимона в сочетании с другими маслами используется для лечения нарывов, герпеса, бородавок, папиллом (пройдя тестирование, накладывается в чистом виде и в виде пластыря).
- ▶ Лимонное масло устраняет кровоточивость десен, оказывает бактерицидное и антисептическое действие.
- ▶ Данное масло входит в состав масел для лечения дыхательных путей и горла.
- ▶ Масло лимона облегчает лихорадку, действует как антисклеротическое и жаропонижающее средство.
- ▶ Прекрасное средство от головной боли, связанной с переутомлением и духотой, купирует тошноту, головокружение при переутомлении и передозировке кофе.
- ▶ Лимонное масло способствует выведению шлаков из кишечника, имеет противоанемическое действие, восстанавливает естественную формулу крови.
- ▶ Лимонное масло потенцирует работу печени и поджелудочной железы, растворяет камни в желчном пузыре и почках.
- ▶ Нормализует обмен веществ и утилизирует жиры, препятствует варикозному расширению вен.

- ▶ Необходимо знать. Лимонное масло как косметическое средство необходимо применять с большой осторожностью в чистом виде. Например, для удаления родинок, папиллом и герпеса необходимо капать только каплю и только на пораженное место. Лимонное масло перед применением необходимо разбавить или смешать с другим
- ▶ Вред от применения лимонного масла
- ▶ При использовании лимонного масла противопоказано нахождение под прямыми солнечными лучами (масло способствует повышению чувствительности кожи к действию ультрафиолета).
- ▶ В чистом виде эфирное лимонное масло применяется очень редко. Рекомендуется применять, разбавляя смесями других растительных масел.
- ▶ Прежде, чем использовать лимонное масло в лечебных целях необходимо проконсультироваться с врачом.
- ▶ Интересные факты о лимонном масле
- ▶ Масло лимона относят к эфирным маслам верхней ноты (оно очень быстро испаряется). Поэтому приобретать лимонное масло необходимо самого высокого качества, стоимость которого немалая.
- ▶ Необходимо помнить, что лимонное масло относится к категории масел, которое наиболее легко подделать. Приобретая данное масло, ознакомьтесь с аннотацией и производителем данного продукта, в качестве которого вы должны быть уверены. Покупайте масло в аптечных киосках или специализированных магазинах, а не на спонтанных прилавках.
- ▶ Кулинары широко применяют лимонное масло как ароматизатор для напитков, салатных заправок и выпечки.
- ▶ Истинные гурманы используют лимонное масло для придания изысканного вкуса блюдам из рыбы, утки, для майонезов, а также добавляя в соки, глинтвейны и вино.
- ▶ Лимонное масло применяют для отпугивания моли и домашних муравьев, для очищения воздуха.
- ▶ и маслами.



Тыквенного масла

▶ Масло тыквенное - это разновидность растительного масла, которое получают из тыквенных семечек путем холодного отжима. Традиционным тыквенное масло считается в странах Австрии, Германии, Словении, Хорватии и Венгрии. В Австрии выращивают особый вид тыквы Штирийская масляная, семена у которой особо крупные и выход масла больше, чем у остальных сортов. Для получения одного литра данного масла необходимо 2,5 кг сушеных семян тыквы. Цвет тыквенного масла зависит от угла, под которым на него смотришь (на свету масло имеет темно-зеленый окрас, а если смотреть сверху - темно-красный), поэтому данное масло считается дихроматическим.

▶ **Содержание:**

▶ Состав и пищевая ценность

▶ Польза тыквенного масла

▶ Противопоказания для применения тыквенного масла

▶ Что необходимо знать

▶ Состав и пищевая ценность

▶ Тыквенное масло включает в свой химический состав:

▶ Эфирные масла, фосфолипиды, белок, токоферолы.

▶ Каротиноиды, пектины, стерины, гормоноподобные вещества, цинк, селен.

▶ Витамины А, Е, F, C, К, B1, B2, P.

▶ Смесь полиненасыщенных жирных кислот.

▶ Микро- и макроэлементы: железо, магний, цинк; селен.

▶ В составе масла имеются эссенциальные фосфолипиды растительного происхождения, полинасыщенные и ненасыщенные жирные кислоты (насыщенные: миристиновая, пальмитиновая, стеариновая, арахидовая, бегеновая, лигноцериновая). Мононенасыщенные (пальмитолеиновая, олеиновая, эйкозеновая, эруковая,). Полиненасыщенные (линолевая, альфа-линоленовая). Особенную ценность тыквенное масло представляет из-за большого содержания полиненасыщенных жирных кислот Омега-3, Омега-6, Омега-9.

▶ В 100г тыквенного масла содержится:

▶ Вода- 0.

▶ Белки - 0.

▶ Жиры - 99,5.

▶ Углеводы - 0.

▶ Ккал - 896.

▶ Польза масла тыквенного

▶ Тыквенное масло полезно для профилактики репродуктивной системы (лечит простату и аденому простаты). Если принимать ежедневно по 2 чайные ложки (40 мл) тыквенного масла, то риск заболеть раком простаты сведется к нулю.

▶ Улучшает потенцию у мужчин и регулирует менструальный цикл у женщин.

▶ Масло обладает противовоспалительными свойствами, может облегчить боль суставов.

▶ Употребление масла успокаивает нервы, улучшает сон, уменьшает проявление аллергических реакций, снижает уровень плохого холестерина в крови.

▶ Тыквенное масло полезно при гастрите и заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

▶ Тыквенным маслом обрабатывают раны после ожогов в качестве скорой помощи.

▶ Данное масло оказывает общеукрепляющее действие на организм, повышает иммунитет и ускоряет обмен веществ, защищает и восстанавливает функцию печени.

▶ Тыквенное масло оказывает благотворное действие на почки и мочевой пузырь, его рекомендуют при близорукости.

▶ Широко используют тыквенное масло в косметологии в качестве масок для лица и волос.

▶ Полезен массаж лица с тыквенным маслом (кожа становится упругой, эластичной, молодой).

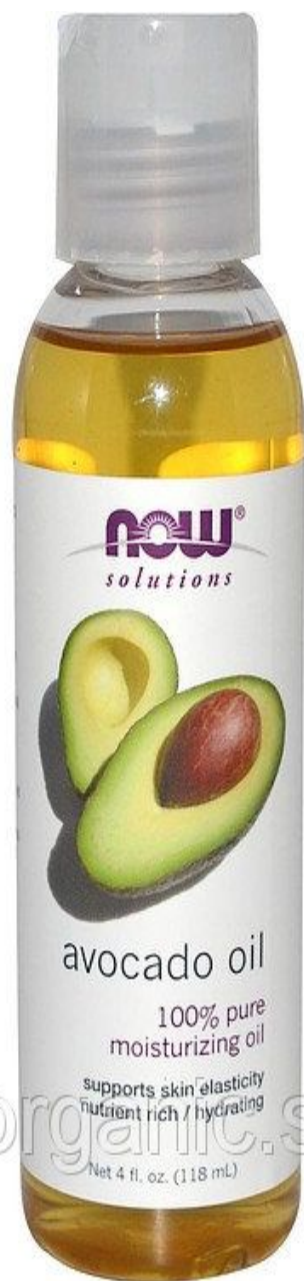
▶ Для волос данное масло используют против перхоти.

- ▶ Противопоказания для применения
- ▶ Тыквенное масло в лечебных целях и для внутреннего применения необходимо принимать по рекомендации врача с регламентацией дозы.
- ▶ Принимать внутрь тыквенное масло можно не более 2-3 ложек в день.
- ▶ С осторожностью следует принимать масло перед едой, если имеются камни в желчном пузыре (происходит активизация вывода камней и песка).
- ▶ С осторожностью принимать данное масло должны люди, имеющие заболевание сахарный диабет.
- ▶ Что необходимо знать о тыквенном масле
- ▶ Тыквенное масло в кулинарии используют исключительно в холодном виде, не подвергая тепловой обработке.
- ▶ Тыквенным маслом заправляют салаты непосредственно перед едой.
- ▶ Срок годности масла тыквенного составляет 6-8 месяцев со дня производства.
- ▶ Покупать масло рекомендуется в аптечных магазинах в темных банках или бутылках.
- ▶ Температура хранения 18° С. При хранении в холодильнике масло может загустеть - это нормально.
- ▶ Полезная информация для тех, кто подсчитывает граммы в своем рационе питания:
 - ▶ Одна чайная ложка содержит 4,5г тыквенного масла.
 - ▶ Одна столовая ложка содержит 13,6г тыквенного масла.
 - ▶ Один стакан содержит 218г тыквенного масла.
- ▶ Употребляйте тыквенное масло в целях профилактики всей семьей - это кладезь витаминов, микроэлементов и полезных кислот. Прежде, чем начать лечиться данным продуктом, непременно проконсультируйтесь с врачом.



Масло авокадо

- ▶ Масло авокадо можно (и нужно) принимать внутрь, так как оно является незаменимым источником витаминов, микроэлементов, и полиненасыщенных жирных кислот. Среди них - олеиновая, пальмитиновая, линолевая, линоленовая, пальмитолеиновая и стеариновая жирные кислоты, витамины А, Е, D, В1, В2, К, РР, а также калий, цинк, и сквален. Кроме того масло авокадо содержит лецитин, много хлорофилла, гистидин, и фитостерины.
И даже если вам мало о чем говорят перечисленные компоненты, можете не сомневаться, что все они весьма благотворно влияют на весь организм.
Пить натуральное масло авокадо рекомендуется по 1 чайной ложке, хотя бы 2 раза в день, за 40 минут перед едой. Курс питья составляет 20-30 дней.
- ▶ Но особенно популярно применение масла авокадо в косметологии. Более того, сегодня это масло признано одним из самых эффективных средств, предназначенных для увлажнения, питания и омоложения кожи лица.
Масло авокадо считается базовым маслом. Это значит, что его можно не разбавлять другими растительными маслами (как например, в случае с эфирными маслами), и изготавливать на его основе различные маски, кремы, и другие косметические средства. Но также масло авокадо в косметологии может применяться и само по себе, без каких-либо добавок. И особенно заметное действие оно оказывает на кожу лица.



<http://organic.satu.kz>



<http://organic.satu.kz>

Маслом авокадо

- ▶ Бальзам для волос Eco&Vit "Питательный" с маслом авокадо, 250 мл
- ▶ Бальзам ECO and VIT предназначен для ежедневного ухода за тонкими и секущимися волосами. Средство содержит масла авокадо, бразильского ореха, экстракт лотоса.
- ▶ Особенности бальзама:
 - ▶ интенсивно питает и смягчает волосы;
 - ▶ наполняет их жизненной силой;
 - ▶ делает пряди заметно более блестящими;
 - ▶ облегчает укладку и расчёсывание;
 - ▶ стимулирует рост волос;
 - ▶ предотвращает появление секущихся кончиков и ломкость;
 - ▶ защищает локоны от негативного воздействия внешней среды;
 - ▶ образует по всей длине волос защитную плёнку, которая предотвращает сухость;
 - ▶ успокаивает кожу головы, снимает раздражение.

Вес: 267 г

Количество в упаковке: 1

В боксе: 20 шт.

Тип индивидуальной упаковки: Без упаковки

Глубина упаковки: 5

Высота упаковки: 17

Ширина упаковки: 5

Объем упаковки: 0.425

Объем продукта: 0.45

Объем бокса: 9

Материал: См. на упаковке

Объём, мл: 250

Вид: Бальзам

Производитель: ECO VIT

Страна производитель: Россия



Масло кунжутное

www.sima-land.ru



www.sima-land.ru



- ▶ Кунжутное масло от торговой марки «Бизорюк» питает кожу головы, успешно справляется с перхотью, защищает от воздействия хлора (в воде бассейна). Это средство используется до и после лучевой терапии, нейтрализует поток кислородных радикалов.
- ▶ При закапывании и промывании пазух носа лечит хронический синусит. Полоскание горла этим маслом убивает стрептококки и другие простудные бактерии. Оно помогает страдающим псориазом и сухими кожными заболеваниями.
- ▶ Употребляйте по 1 чайной ложке 2 раза в день во время еды. А также добавляйте в салаты или используйте для жарки.
- ▶ Состав: кунжутное масло нерафинированное холодного отжима.

Масло кокосовое

- ▶ Масло кокосовое Veda Vedica для тела с миндалем, 100 мл (комплект из 2 шт.)
- ▶ Масло кокосовое Veda Vedica для тела с миндалем, 100 мл сделает кожу упругой, эластичной и бархатистой. Уникальная мягкая текстура надолго сохранит молодость тела и предотвратит потерю естественной влаги. Средство прекрасно ложится на кожу, освежает её, выравнивает цвет и рельеф.
- ▶ Особенности:
- ▶ увлажняет;
- ▶ смягчает;
- ▶ питает;
- ▶ витаминизирует;
- ▶ не сушит.

- Вес: 125 г
- Количество в упаковке: 1
- В боксе: 60 шт.
- Тип индивидуальной упаковки: Картонная коробка
- Глубина упаковки: 13.5
- Высота упаковки: 4.2
- Ширина упаковки: 4.5
- Объем упаковки: 0.255
- Объем продукта: 0.464
- Объем бокса: 27.84
- Материал: См. на упаковке
- Объём, мл: 100
- Вид: Масло
- Производитель: Veda Vedica
- Страна производитель: Индия

