Лікарські рослини в косметології



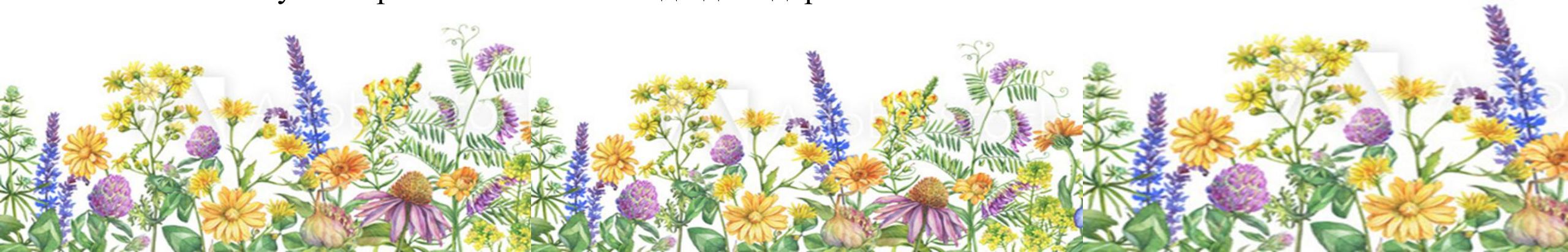
Люди споконвіку використовували лікарські рослини не лише у лікуванні хвороб, але і як засіб для вирішення косметологічних проблем.

Застосування лікарських рослин у косметології

Першою у світі косметикою була, звичайно ж, косметика, виготовлена на основі екстрактів лікарських рослин.

Застосування лікарських рослин у косметології та приготовлених на їх основі засобів має чимало переваг, адже вони:

- містять природні біохімічні елементи й сполуки;
- не мають у складі консервантів;
- значно рідше викликають алергічну реакцію і не стають причиною дерматитів;
- доступні для кожного: їх можна придбати в аптеці в готовому сушеному вигляді або ж зібрати самостійно;
- можна застосовувати тривалий час без шкоди для здоров'я.



Щоб гарно виглядати ще у біблійні часи жінки використовували косметичні засоби для очей, обличчя і шкіри, які добували з різних квітів, плодів, листя, смол і кори. У Біблії згадуються такі ароматичні рослини, як аїр, алое, касія, кориця, мирра, нард, шафран, а також запашні смоли: бальзам і ладан. Деякі ароматичні речовини добували з рослин Йорданської долини, а інші привозили з Індії, Південної Аравії та інших країв знаменитим «шляхом пахощів».





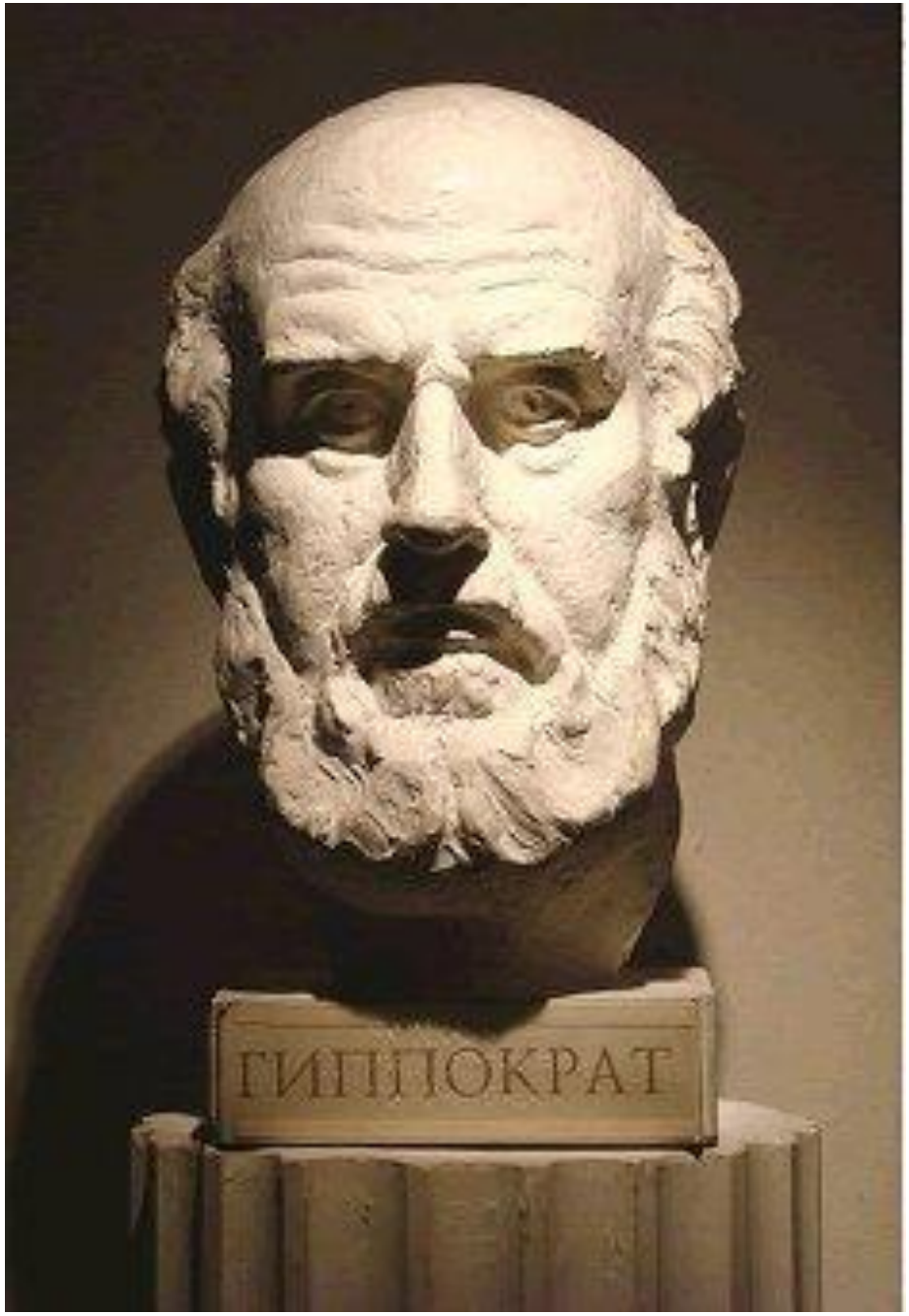




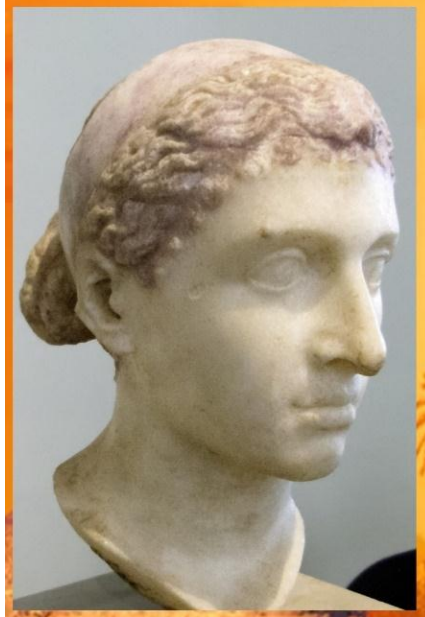
Косметика, як декоративна, так і гігієнічна, сягає своїм корінням в Древній Єгипет і Грецію, і в цілому налічує практично стільки ж століть, скільки й існування людства. Саме слово «косметика» в перекладі з грецької означає «мистецтво прикрашати, приводити до ладу». Так, для запобігання сивини використовували жир чорних змій, кров чорних биків і яйця сорок, ворон. Цінувалися мазі, до складу яких входили риб'ячий жир, порошок з копит ослів. Ці засоби були предметом експорту й продавалися за великі гроші. Єгипетські рецепти згадуються в Гіппократа, увійшли вони й у народну європейську медицину.

Цікаво, що в Древній Греції косметологія розвивалася не тільки в декоративному напрямку, як це було властиво Єгипту, але і в лікувальному.

Гіппократ залишив безліч порад по догляду за тілом з використанням рослин, що володіють цілющими властивостями. Його учень Діокл в своїй чотиритомній праці записав безліч рецептів мазей і масок, зроблених на основі рослинної сировини. Метою пропонованих процедур був догляд за шкірою обличчя, нігтями і волоссям. Вся косметика того часу була натуральною. В першу чергу в хід йшли найпоширеніші й доступні в Середземномор'ї інгредієнти: оливкова олія, мед, трави, морська сіль, лимон, глини та інше.



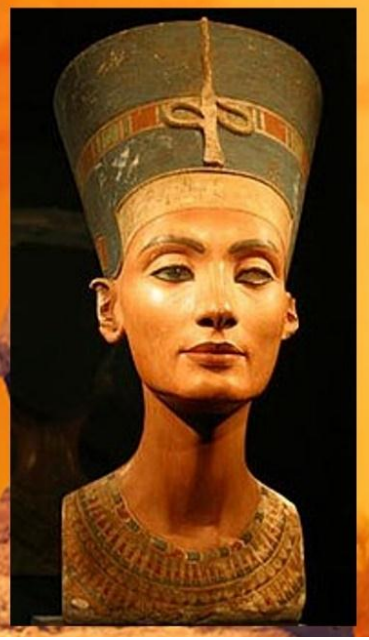
Римські красуні широко використовували косметику в середині першого сторіччя нашої ери. Тушшю для вій і тінями для повік служила сурма, крейда надавала обличчю необхідної білизни, пемзою чистили зуби, а волосся фарбували хною, використовували засоби для видалення волосся. Середина 18 століття в основному, косметика містила природні компоненти, трави, ягоди, воду, але нерідко аптекарі, що займалися розробкою чергового косметичного засобу, додавали ртуть й азотну кислоту. У той час поважаючі себе жінки використовували маски на основі домашніх рецептів - вівсянки, меду, яєчних жовтків. Для зміцнення вій застосовували касторову олію, рисовий порошок замість пудри, буряковий сік - у якості рум'ян.



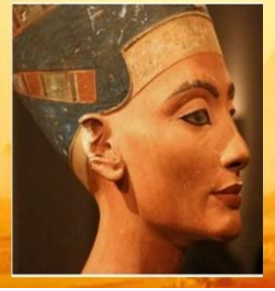
Клеопатра – цариця Єгипту, приймала ванну в яку добавляла тепле молоко і мед від цього її шкіра ставала бархатною. Єгипетська цариця написала перший довідник по косметиці (рецепти виготовлення пудри, білил, рум'ян, губної помади). В якості скраба Клеопатра використовувала вершки, в які добавляла морську сіль.

Багато косметичних препаратів Стародавнього Єгипту були не тільки декоративні, але і мали лікувальні властивості (фарба для вік служила і як засіб для відлякування комах (репелент). Малахітова зелень була також ліками від очних хвороб.





Нефертіті – цариця Древнього Єгипту приймала ванни з морською сіллю. Рабині натирали її шкіру ароматичними маслами, фарбували нігті хною або рідким золотом. В якості пудри цариця використовувала порошок з розтертих мінералів, підводила очі сурмою, а на губи наносила бальзам.





Афродіта – Богиня любові і краси використовувала пудру з розтертих в порошок пахучих квітів, ароматичні речовини використовували, як засіб від поту, посипаючи лице, тіло, одяг, постіль. Очі гречанки підводили розчином кіптяви від згоряння особливої есенції.



Для виробництва косметичних товарів застосовуються рослинні (касторові, кукурудзяні, маслинові олії) і тваринні (кашалотні, норкові та ін.) жири, продукти переробки нафти (вазелін та ін.), віск (бджолиний, ланолін, спермацет), кислоти (лимонна, оцтова та ін.), вітаміни, спирти (етиловий, гліцерин), хімічні речовини (сірка, крейда, оксид цинку тощо), білки, мінеральні солі, фруктові й овочеві соки, екстракти лікувальних трав.

Алое

Араби вважали алое символом терпіння. У соку столітника міститься дуже багато корисних речовин, мікроелементів і вітамінів. Екстракт соку алое легко проникає в шкіру, відновлює обмін речовин, стимулює регенерацію клітин, знімає запалення, подразнення і свербіж. Алоевмісна косметика дуже добре чистить проблемну шкіру. Усуває прищі і вугровий висип, робить шкіру більш гладкою і рівною.

Троянда

Цариця квітів, символ любові та пристрасті. Широко застосовується в косметичних засобах. Ефективно зволожує шкіру, сприяє її регенерації, має тонізуючу дію, заспокоює і омолоджує шкіру, відновлює природний колір і пружність шкіри, роблячи її м'якою і ніжною. У медицині цілющі властивості троянди були відомі з античних часів. Проте в даний час західна медицина мало використовує троянду, у той час як на Сході ставлення до неї не змінилося. В середньовіччя трояндою лікували величезну кількість захворювань: порушення менструального циклу, головний біль, шлункові розлади, застійні явища в печінці, лихоманку (чуму), очні інфекції та шкірні захворювання.





Кропива

Вважається джерелом вітамінів – в першу чергу групи В і аскорбінової кислоти. Свіже листя також багате на вітамін К (зміцнює судини, тому косметика на основі кропив`яного відвару – порятунок для шкіри з куперозом). Рослина містить речовини, що мають тонізуючу дію.

Липа

Сакральне дерево, оберіг; символ сердечності, доброти, привабливості, жіночої грації, ніжності, чистоти, краси, щастя, п'янкої любові. Одна з небагатьох рослин, що містить фітогормони, – речовини, схожі за складом з жіночим гормоном естрогеном. Завдяки цьому липу використовують в омолоджуючому догляді за шкірою. У квітках і листі рослини також багато антиоксидантів.

Календула й ромашка

Календула у Китаї - символ довголіття. На Заході календула - символ чистоти, досконалості Діви Марії. У календулі найбільш цінними є її протизапальні та антисептичні властивості. Завдяки цьому її застосовують, насамперед, для боротьби з проблемною шкірою. Ромашка в народі символ чистоти і вірності. Відвар з моїх квіточок використовують при простудних захворюваннях , кашлі, при зубному болі, при шлункових хворобах, полощуть горло і миють волосся. Ромашка лікарська діє дуже м'яко й рідко викликає алергію. Завдяки своєму складу ці рослини однаково добре впливають як на стан шкіри, так і волосся. При цьому корисні речовини сконцентровані у квітах цих рослин.









Петрушка

Багата вітаміном А, а тому часто використовується в різних косметичних продуктах для антивікового догляду. Крім того, петрушка допомагає зняти запалення, почервоніння і набряки, освітлює шкіру з веснянками, освіжає, тонізує і попереджає появу зморшок.

Кріп

М’яко й делікатно відбілює шкіру, усуває пігментні плями, веснянки, вікові потемніння в очах. Запобігає появі нових зморшок. Кріп володіє антибактеріальними властивостями, це дозволяє йому лікувати різні запалення, прищі і вугрі. сприяє звуженню пор.

Береза

Символ чистоти і дівочої ніжності, оберіг від злих духів. Домашні засоби з березового листя і бруньок показані жінкам з капілярним малюнком, пігментними плямами, зморшками і вугровим висипом. Унікальність рослини в тому, що вона накопичує такі необхідні жіночій шкірі магній, залізо, цинк і селен.

Калина

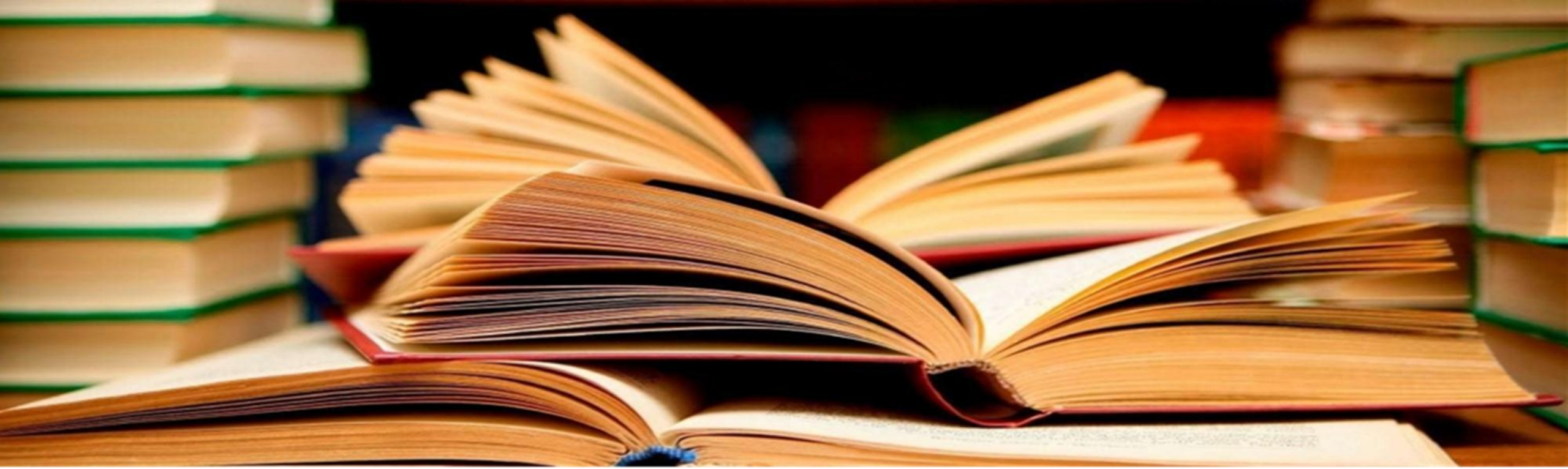
Скільки казок, легенд , пісень про неї складено. Це – найулюбленіша рослина українців, символ не тільки дівочої краси, а й самої матері – України. Символ любові, щастя, здоров'я. Вона не лише красива, а й корисна. Ефективно покращує колір обличчя і відбілює шкіру. Допомагає від прищів і запалень на шкірі, помітно тонізує. Сприяє оновленню епідермісу і його омолодженню.



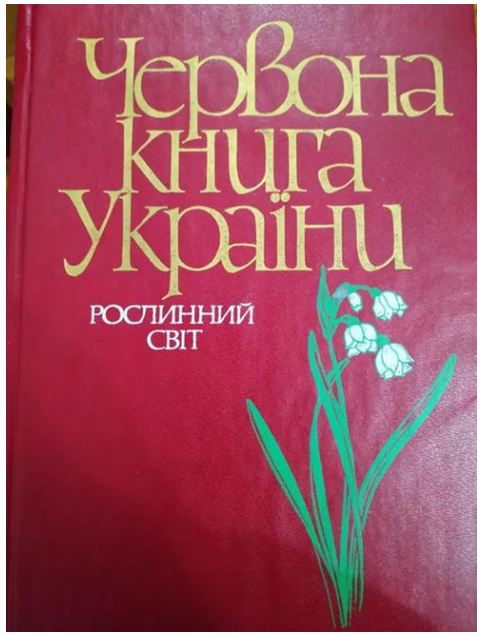


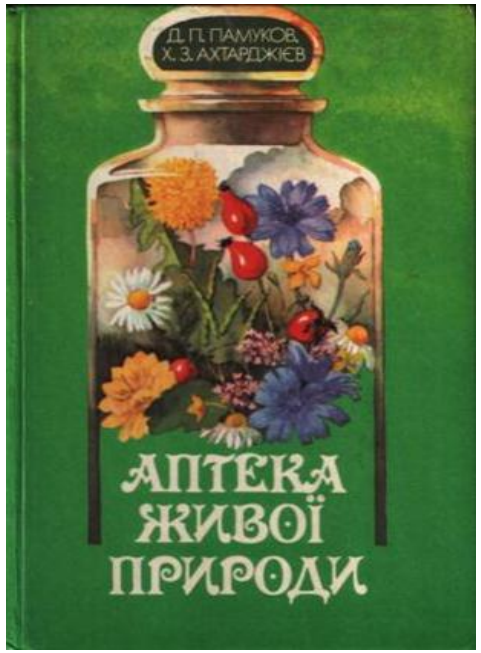






Перелік використаних і рекомендованих джерел інформації

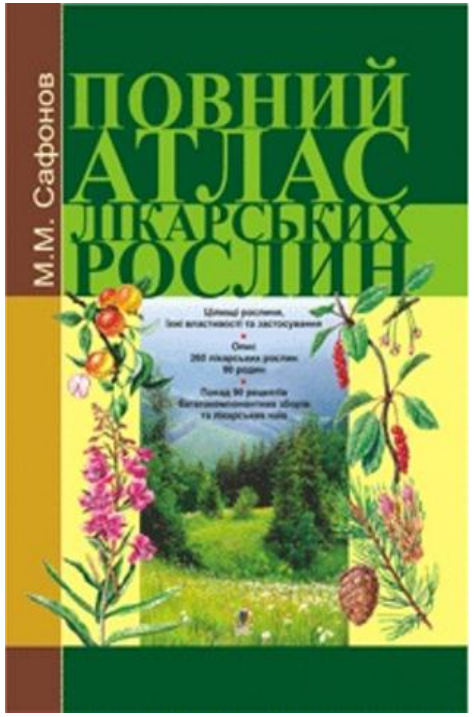

Червона книга України
РОСЛИННИЙ СВІТ


Д. П. ПАМУКОВ, Х. З. АХТАРДЖІЄВ
АПТЕКА ЖИВОЇ ПРИРОДИ

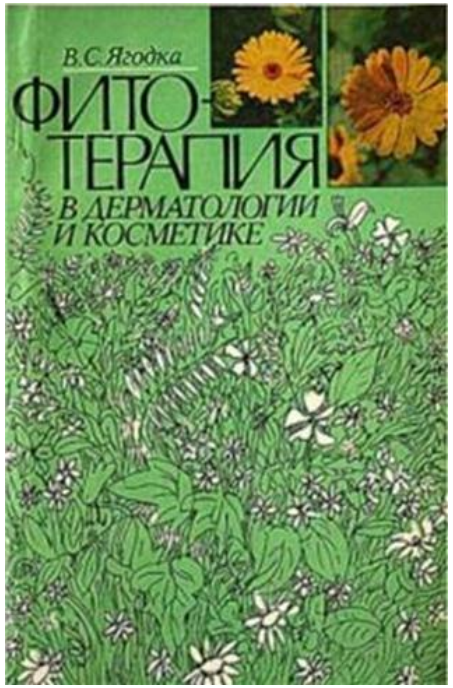

ВІТАМІНОНОСНІ ЛІКАРСЬКІ РОСЛИНИ


Грицик А.Р., Романько Х.Р.
Природа лікує...
ДОСВІД І ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ ГОРОБИНИ ЗВИЧАЙНОЇ В МЕДИЦИНІ ТА ФАРМАЦІЇ


Грицик А. Р., Романько Х. Р.
Природа лікує...
ПЕРСПЕКТИВИ ВИКОРИСТАННЯ КАЛИНИ ЗВИЧАЙНОЇ В МЕДИЦИНІ ТА ФАРМАЦІЇ


М.М. Сафонов
ПОВНИЙ АТЛАС ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН


ПЕТР ЧУРОЛИНОВ
ФИТОТЕРАПИЯ В ДЕРМАТОЛОГИИ И КОСМЕТИКЕ
МЕДИЦИНА И ФИЗКУЛЬТУРА


В.С. Ягодка
ФИТОТЕРАПИЯ В ДЕРМАТОЛОГИИ И КОСМЕТИКЕ



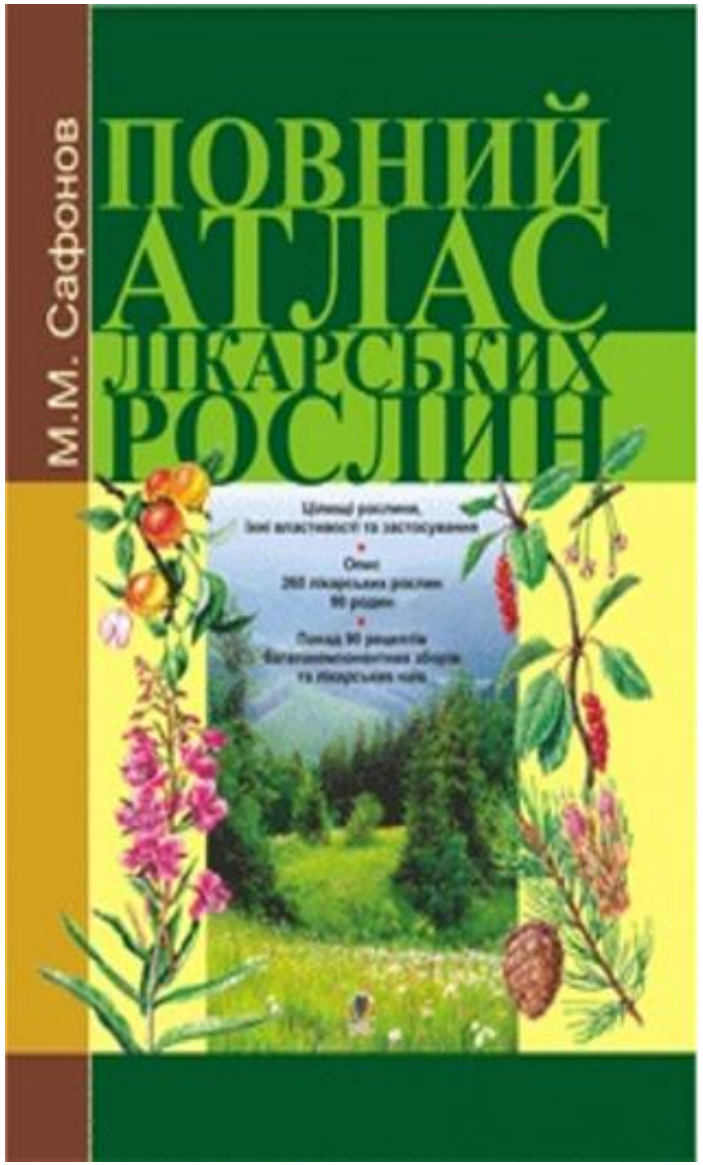
615.32
П15

Памуков, Д. П.

Аптека живої природи [Текст] / Д. П. Памуков, Х. З. Ахтарджієв ; пер.з болг. - К. : Урожай, 1991. - 304 с. - ISBN 5-337-00986-9

Книга містить цінну інформацію про найпопулярніші у Болгарії лікарські рослини, що використовуються в науковій і народній медицині. Майже всі ці види зростають і на Україні. В окремому розділі дано рекомендації щодо правильного застосування цілющих рослин у домашніх умовах при конкретних захворюваннях.

Розрахована на широке коло читачів.

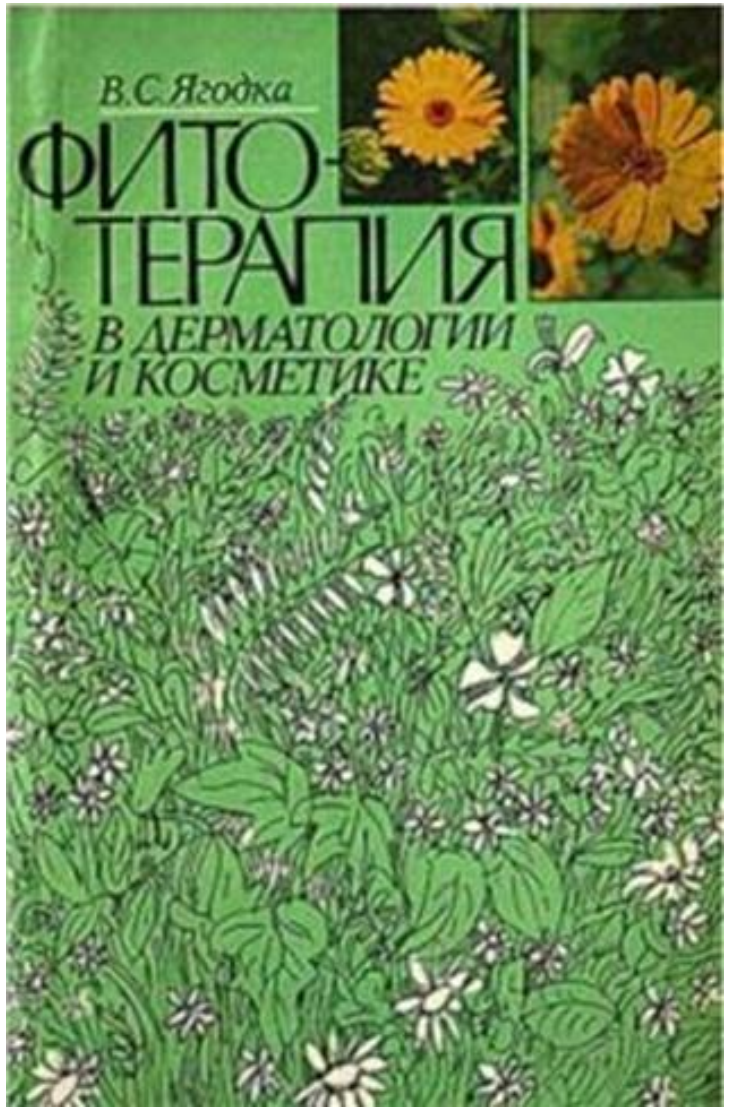


615.32(084)
С21

Сафонов, М. М.

Повний атлас лікарських рослин [Текст] / М. М. Сафонов. - Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2010. - 384с. - ISBN 978-966-408-273-7

У «Повному атласі лікарських рослин» наведено ботанічні характеристики рослин, їхнє географічне поширення, способи заготівлі, корисні властивості та рецепти застосування. У додатках читач знайде надзвичайно цікавий матеріал про лікарські рослини: лікарські трави в акушерстві та гінекології; напої з цілющих плодів і ягід; медова кулінарія, рослинна косметика та багато іншого. Книга буде корисною для спеціалістів, збирачів лікарських трав, власників присадибних ділянок— усіх любителів природи.



615.32
Я30

Ягодка, В. С.

Фитотерапия в дерматологии и косметике [Текст] : Справ. пособие / В. С. Ягодка. - К. : Здоров'я, 1987. - 136 с.

В справочном пособии изложены сведения об использовании богатейшего арсенала лекарственных растений при лечении кожных заболеваний и применении их в косметике. Представлена характеристика и механизм действия лекарственных растений, систематизированы современные данные по применению их при лечении экземы, нейродермита, псориаза, пиодермитов, витилиго, демодекоза, круговидного облысения и в косметике.

Для дерматологов, косметологов, терапевтов.



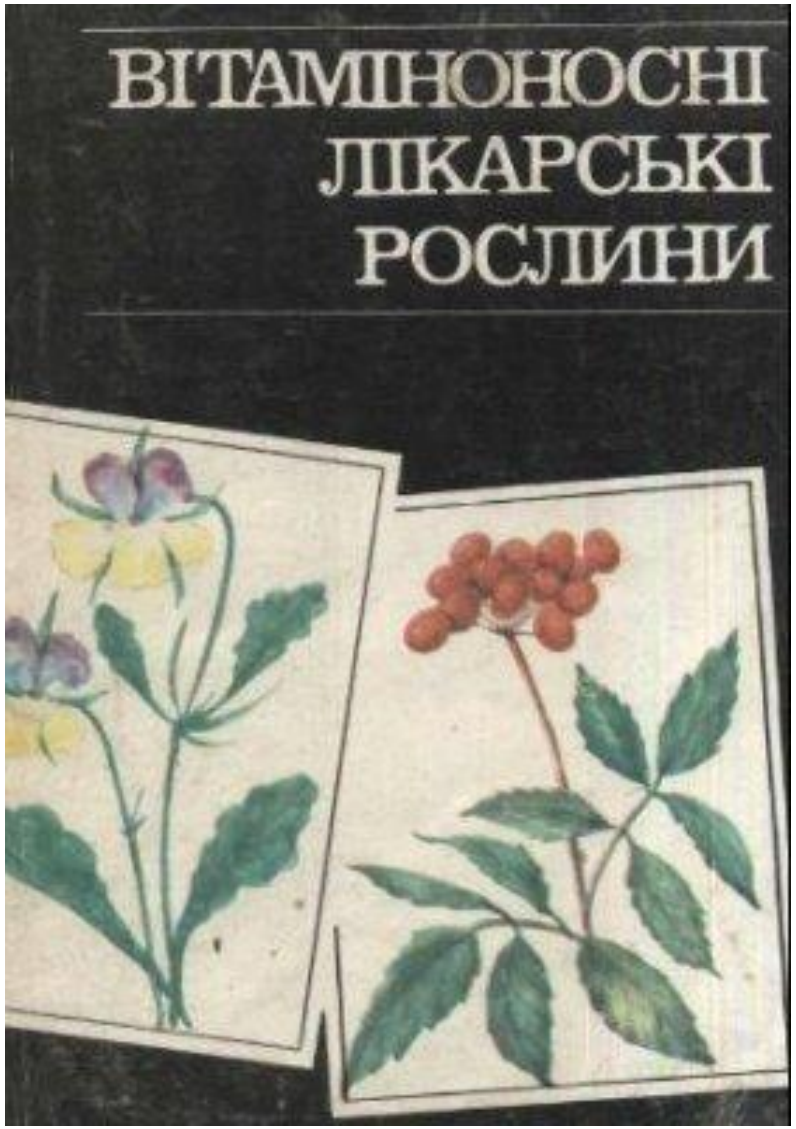
615.32
Ч-93

Чуролинов, П.

Фитотерапия в дерматологии и косметике [Текст] : Монография / П. Чуролинов. - София : Медицина и физкультура, 1979. - 148 с.

Монография содержит общие и конкретные данные о терапевтических возможностях лекарственных растений при воздействии их на кожу. Даны классификация лекарственных трав на основании их дермотропного эффекта и показания к их применению. Приводится значительное число фиторецептов и фитопроцедур.

Предназначенная для дерматологов и врачей широкого профиля, монография может быть полезной также и для студентов лечебных и стоматологических факультетов.

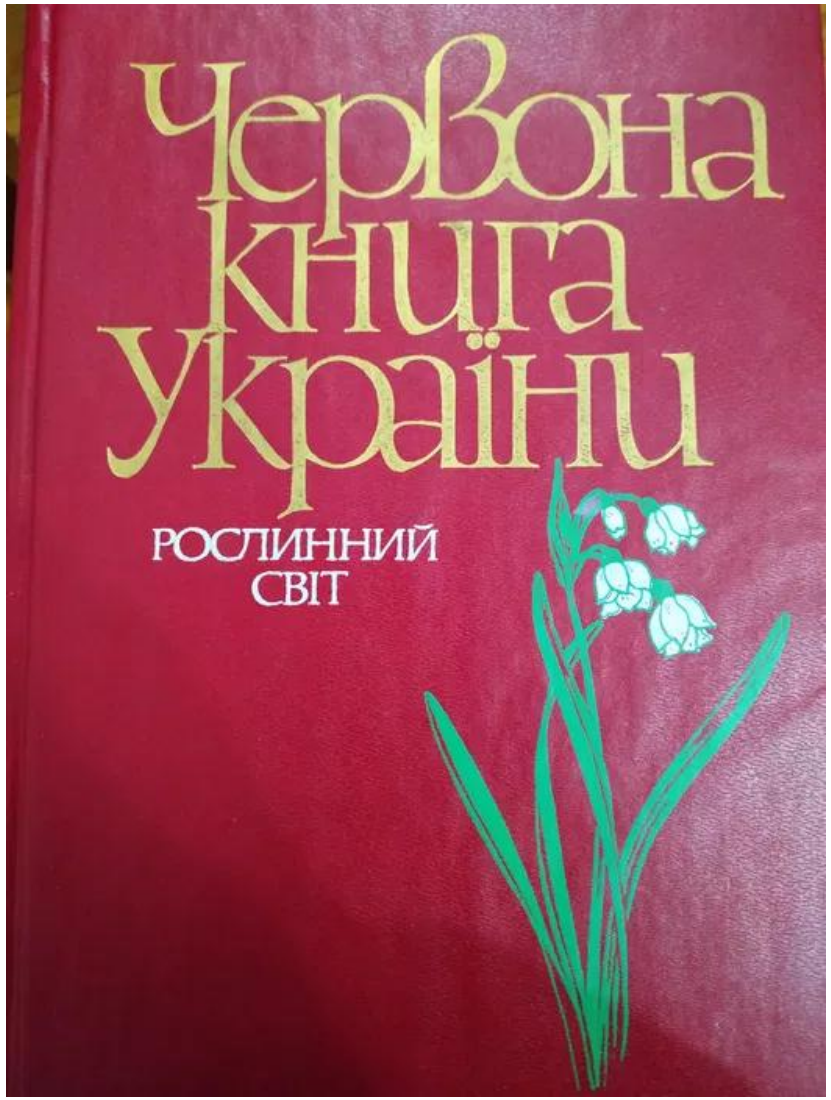


615.32(083)
В54

Вітаміноносні лікарські рослини [Текст] : Довідник для лікарів-фітотерапевтів / ред. Л. В. Дячишин. - Львів : 1992, Світ. - 152 с. - ISBN 5-7707-1655-X

У довіднику зібрано й систематизовано відомості про 115 лікарських рослин, які містять комплекс вітамінів, необхідних для нормальної життєдіяльності людського організму. Наведені синоніми та народні назви рослин, описано хімічний склад лікарської сировини, її фармакологічні властивості, правила заготівлі та зберігання. Подані способи виготовлення і застосування лікарських форм із вітаміноносних рослин, вивірені нашими предками та сучасною медициною.

Для лікарів-фітотерапевтів, косметологів, фармацевтів, а також широкого загалу читачів.



57(069)
Ч-45

Червона книга України [Текст] : Рослинний світ / під заг. ред. Ю.Р. Шеляг-Сосонка. - К. : "Українська енциклопедія" им. М.П. Бажана, 1996. - 608с. : мал. - ISBN 5-88500-064-6

Книга є офіційним документом про сучасний стан видів рослин і грибів України, які перебувають під загрозою зникнення, та про заходи щодо їх збереження і науково обгрунтованого відтворення.

Кожна з 541 статті супроводжується ілюстрацією та карто-схемою поширення виду в Україні.

Вміщено також нормативні документи про Червону книгу України, довідкові матеріали.

Видання розраховане на державні, наукові і громадські установи та організації, навчальні заклади, спеціалістів…



615.32
Г85

Грицик, А. Р.

Досвід і перспективи використання горобини звичайної в медицині та фармації [Текст] : монографія / А. Р. Грицик, Х. Р. Романько. - Львів : "Львів-Інформ-Ресурси", 2013. - 81 с. - ISBN 978-966-397-194-3

У монографії викладена інформація про ботанічну характеристику видів роду Калина та їх специфічні діагностичні ознаки; ареал зростання, способи розмноження; основні принципи й методи заготівлі та зберігання, хімічний склад, фармакологічні властивості плодів калини звичайної; описані способи виготовлення та застосування рослинних зборів, до складу яких входить калина звичайна.

Для провізорів, лікарів-фітотерапевтів, дерматологів, косметологів, наукових працівників, студентів медичних (фармацевтичних) навчальних закладів, заготівельників сировини й усіх, хто цікавиться збором, заготівлею та застосуванням лікарських рослин.



615.32
Г85

Грицик, А. Р.

Перспективи використання калини звичайної в медицині та фармації [Текст] : монографія / А. Р. Грицик, Х. Р. Романько. - Львів : "Львів-Інформ-Ресурси", 2014. - 95 с. - ISBN 978-966-397-215-4

У монографії викладена інформація про ботанічну характеристику видів роду Горобина та їх специфічні діагностичні ознаки; ареал зростання, способи розмноження; основні принципи й методи заготівлі та зберігання, хімічний склад, фармакологічні властивості плодів горобини звичайної; описані способи виготовлення та застосування рослинних зборів, до складу яких входить горобина звичайна.

Для провізорів, лікарів-фітотерапевтів, дерматологів, косметологів, наукових працівників, студентів медичних (фармацевтичних) навчальних закладів, заготівельників сировини й усіх, хто цікавиться збором, заготівлею та застосуванням лікарських рослин.

Актуальність дослідження фармакологічних властивостей вітчизняного фітобальзаму «Herbal Park», до складу якого входить аніс звичайний [Текст] / Є. В. Залигіна // **Фітотерапія. Часопис. – 2020. – №2.** – С.74-78.

Дедишина Л. Косметологія та медицина : завжди поруч [Текст] /Л. Дедишина // **Фармацевт Практик. – 2019. – №1.** – С.16-17.

Хімейчук Л. О. Сучасна косметологія як галузь медицини /Л.О. Хімейчук, Н.Ю. Сенишин, І.О. Буянова // **Галицький лікарський вісник. – 2014. – т.21, №1.** – С.73-75.

Боремся с простудой и гриппом специями [Текст] // **ДИАБЕТик. – 2018. –№5.** – С.57-58.

Від народної медицини до фітотерапії [Текст] / Н.О. Горчакова, Т.П. Гарник, В.А. Туманов, І.С. Чекман // **Фітотерапія. Часопис. – 2016. – №1.** – С.4-6.











Молоко + спеції

Чи знаєте Ви?

Молоко з кардамоном стимулює роботу мозку і позбавляє від депресій і втоми.

Молоко з шафраном стабілізує роботу нервової системи позбавляє від набряків під очима, продовжує молодість.

Молоко з корицею підвищує потенцію.

Молоко з куркумою корисне для печінки, тонізує і попереджає появу зморшок.

Молоко і імбир чистить організм і підвищує імунітет.

Молоко і мускатний горіх знімає головну біль, тонізує і покращує пам’ять, позбавляє від безсоння і втоми.





- 23 травня на Симона Зілоту зібрані лікарські рослини вважають найкориснішими (В. Скуратівський « Погостини»). Заготовляти їх потрібно лише до схід сонця. В цей час трави мають найбільше корисних речовин. Тому і усі травники і досі дотримуються цього звичаю.

- На свято Купала , в день літнього сонцестояння велику силу мають вогонь і вода, а більшу силу – дерева, зілля і трави, які мають о цій порі найбільшу силу. Такі рослини називають «іванівськими травами». Цими травами лікували від застуди і головного болю, від болю в ногах і безсоння.

Наша земля надзвичайно багата рослинним світом. Кожна рослина, що зростає на цій землі і має чудодійні властивості. Їх дуже часто ми зустрічаємо у лісі, у лузі, на полі, але, навіть, і не замислюємось, що у нас під ногами справжній скарб. І цей скарб - лікарські рослини. Їх дуже багато. І сьогодні ми з вами зробили мандрівку в Царство лікарських рослин. Бережіть природу, люби природу, шануй її дари, оберігай, ощадливо користуйся нею. Бережи кожну стеблинку, що зветься рослиною.