

## ВПЛИВ АРОМАТОУТВОРЮЮЧИХ РЕЧОВИН НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ ТА ЇХ ВИКОРИСТАННЯ В АРОМАТЕРАПІЇ

Романюк К.С., гр. ТЕМ-38

Науковий керівник – канд. хім. наук, доц. Кузнецова Т.О.  
Харківський державний університет харчування та торгівлі

З давніх часів людство зверталося до лікарських засобів з царства природи – цілющим рослинам. Ще за 2000 років до нашої ери були відомі лікувальні властивості ефірних олій. Цікава особливість ефірних олій – різноманіття можливостей їх застосування в медицині, психології, косметології, парфумерії та побуті.

Значення, яке надавалося використанню ароматичних засобів, мінялося від епохи до епохи. Ароматерапія починалася зі спалювання ароматичних трав і рослин. Тисячоліттями широко використовувалися ароматичні рослини і олії в парфумерії і косметиці, кулінарії і медицині. В той же час йшло безперервне вивчення ароматоутворюючих речовин, що входять до їх складу, їх лікувального, фізіологічного і естетичного впливу на людину.

Сучасна ароматерапія – це профілактичний, оздоровчий, повністю натуральний спосіб підтримки гарної психоемоційної і фізичної форми. Ароматерапія є як допоміжною, так і самостійною медичною дисципліною, що займає положення нарівні з фітотерапією, гомеопатією, акупунктурою та ін.

Лікувальна дія ефірних олій, які використовуються в ароматерапії, пов'язана з їх хімічним складом. Найчисленніша група сполук, представлена майже у всіх оліях, – терпени (мають антисептичну, знеболюючу, загальностимулюючу, гормональну, гіпотензивну, заспокійливу і релаксуючу дію). Серед інших груп сполук слід відзначити такі: спирти, альдегіди, фурукумарини, кумарини, лактони, ефіри, кетони та ін.

Ефірні олії представляють мінімальну загрозу виникнення можливих ускладнень при їх застосуванні. При дотриманні дозування і з урахуванням токсикології ефірні олії не мають побічного негативного впливу на організм, не викликають алергічних реакцій, звикання і розбалансування фізіологічних процесів в організмі.

На сьогоднішній день ароматерапія широко використовується для профілактики та лікування широкого спектру хвороб. З її допомогою можна скорегувати свій емоційний стан, повернути гарний настрій, заспокоїтися, зняти стрес і перенапруження.