

ТЕРАПЕВТИЧНИТЕ ВЪЗМОЖНОСТИ НА РОЗОВОТО ЕТЕРИЧНО МАСЛО

Красимира Йорданова-Несторова, Анита Атанасова, Биршен Мехмедова,
Сирма Дичева

*Студенти от УНС „Рехабилитатор“,
Медицински колеж, Медицински университет-Варна
Методичен ръководител: ас. Силвия Филкова*

THE THERAPEUTIC PROPERTIES OF ESSENTIAL ROSE OIL

Krasimira Yordanova-Nestorova, Anita Atanasova, Birshen Mehmedova,
Sirma Dicheva

*Educational and Research Sector of Rehabilitation Therapist
Medical College, Medical University of Varna
Methodical head: Asst. Silvia Filkova*

РЕЗЮМЕ

Най-качественото розово етерично масло се произвежда в България от култивираната *Rosa damascena* Mill. Отглежда се в Розовата долина, където се намират най-благоприятните условия за нейното развитие.

Цел: Да се проучат и обобщят характеристиките, приложението и терапевтичното въздействие на розовото етерично масло и неговото приложение посредством масажни техники.

Описват се техники за повлияване на различни патологии. Дават се препоръки за приложение. Въпреки ценните и разнообразни терапевтични свойства, които притежава розовото етерично масло не се използва пълноценно като профилактично и лечебно средство.

Ключови думи: розово масло, ароматерапия, масажни техники

ABSTRACT

The highest quality rose essential oil is being produced in Bulgaria using the cultivated *Rosa damascena* Mill. This particular variety grows in a region called 'The Rose Valley' where the most favourable conditions for the species to thrive are available.

Aim: To research and analyse the characteristics, application and therapeutical influence of essential rose oil and its application in massage techniques.

There are techniques for influencing different pathologies being described. Recommendations for essential rose oil application. With regards to its numerous and highly valued therapeutic properties, essential rose oil is not being used nearly enough in prophylactics and healing.

Keywords: rose oil, aromatherapy, massage techniques

ВЪВЕДЕНИЕ

България е известна в целия свят както с киселото мляко, така и с ароматните маслодайни рози. Българската маслодайна роза и извличаното от нея розово етерично масло са национална привилегия и обект за гордост. Опити за отглеждането ѝ и в други страни по света показват, че никъде другаде не може да се извлече розово етерично масло с толкова високо качество, както в Долината на розите. Българското розово етерично масло е натурален продукт, получен чрез водно-парна дестилация на свежи цветове от маслодайна роза - *Rosa damascena* Mill (4). Един килограм розово масло се получава обикновено от 3 до 3,5 тона розов цвят.

От 25.09.2014г. Българското розово етерично масло получи официално признание от Европейската комисия. Така нареченото ”течно злато” вече е част от списъка със защитени географски обозначения (7).

Розовото етерично масло представлява масловидна, прозрачна, жълто до жълто-зелена течност със специфичен топъл, фин и опияняващ траен аромат.

Химичният състав на розовото масло е един от най-сложните и съдържа повече от 300 известни съединения, но основните му химични компоненти са: етанол, цитронелол, фенилетилов алкохол, гераниол, геранилацетат, нерол, фарнезол и стеароптени (наситени и ненаситени въглеводороди), линалол, фенил ацеталдехид, цитрал, карвон, метилевгенол, евгенол и розов оксид.

Розовото етерично масло е богато на естествени витамини С, Е и К, витамини от група В, коњугирана линолова киселина, протеини. Налични са и много минерали:

- калций, който наред с пластичните и структурните си функции, е необходим за нормалната възбудимост на нервната система и съкращението на мускулите, активатор на редица ензими и хормони, важен фактор за съсирването на кръвта;
- калий, който участва в регулирането на водното равновесие в организма и съдейства за нормализиране на сърдечните ритми, подпомага функциите на нервите и мускулите, спомага за яснотата на мисълта, ускорява елиминирането на отпадните продукти в организма, понижава кръвното налягане, помага при лечението на алергии;

- мед – участва в хемопоезата и подобрява активността на жлезите с вътрешна секреция;
- йод – важен за щитовидната жлеза.

Розовото етерично масло е с перфектно балансирано съдържание на омега-3 и омега-6 есенциални мастни киселини; също така съдържа трансретиноидна киселина (форма на витамин А), която подпомага борбата с бръчките и изглаждането на кожата, подмладяването и елиминирането на старчески петна и стрии.

При проведено лабораторно изследване маслодайната роза проявява антибактериална активност срещу 15 щамове бактерии (8).

Ароматерапията е древна наука. Тя е метод на лечение с етерични масла, въвеждани в организма чрез дихателната система, кожата или лигавиците. Когато се прилагат правилно, етеричните масла действат на две нива – психологично и физиологично.

Масажът въздейства както локално, така и върху целия организъм по рефлекторен път. Подобрява микроциркулацията и улеснява проникването на розовото масло в дълбоките слоеве на кожата, а от там и в целия организъм.

Прилагането на розовото етерично масло посредством масаж е ефективен ароматерапевтичен подход, който съчетава въздействието на аромата, проникването в кожата на етеричното масло и стимулирането на оздравителните процеси чрез механичното действие на масажните техники.

НАСОКИ ЗА ПРИЛОЖЕНИЕ

Преди да се нанесе върху кожата е необходимо розовото етерично масло да се разрежи с основа – базово масло, тъй като неговата концентрация е много висока. За основа може да се използва масло от пшеничен зародиш, кокосово масло, бадемово масло, масло от гроздови семки, масло от жожоба. Разтворено в базово масло, розовото етерично масло прониква бързо през кожата и се усвоява лесно от подкожните тъкани, а след това и от целия организъм.

Розовото етерично масло се съчетава добре с други етерични масла, като: мушката, жасмин, карамфил, палмароза, лайка, индрише, лавандула, иланг-иланг, нероли, както и с бергамот, салвия, мандарина, пачули, сандалово дърво и бензое.

Приложение на розовото етерично масло

Външно

- бани,
- компреси,

- масаж,
- козметични продукти.

Вътрешно

- инхалации (ароматерапевтична лампа),
- перорално – разрежда се в чай, мляко, вода, плодов сок. Само след консултация с лекар - ароматерапевт!

Терапевтични свойства на розовото етерично масло (1).

- Има превъзходно успокояващо и *антидепресантно действие*;
- антисептично – намира приложение в терапии на неподдаващи се на антибиотици бактериални, вирусни и гъбични инфекции, особено засягащи кожата;
- явява се един от малкото препарати, даващи ефект при лъчеви изгаряния и некроза на кожата;
- понижава кръвното налягане и регулира работата на сърцето при аритмии;
- кръвоспиращо;
- има спазмолитично действие – дава добър ефект при лечение на астма, гадене;
- слабително;
- подпомага успешно лечението на язвена болест на стомашно-чревния тракт, менструални нарушения, главоболие;
- въздейства тонизиращо на сърцето, черния дроб, стомаха и матката;
- *афродизиак*

Регулиращо НС действие:

Използването на розово етерично масло върху кожата има успокояващ и релаксиращ ефект. Вдишването на аромата намалява стреса и напрежението. Розовото етерично масло успокоява и хармонизира ума и помага при депресия, гняв, мъка, страх, нервно напрежение и стрес.

Цел на масажа – да се възстанови равновесието между възбудно-задръжните процеси в ЦНС, равновесието във ВНС между симпатикуса и парасимпатикуса.

Масажът може да се приложи под формата на масажна яка, като към нея се включва масаж на главата и на лицето, и под формата на общ масаж (6).

Приложение при сърдечно-съдови проблеми

Розово етерично масло е нежен тоник за сърцето и в същото време мощен лечител. Помага за нормализиране на артериалното налягане, намалява LDL холестерола и може да намали риска от коронарна болест на сърцето.

Цел на масажа при заболявания на CCC– да тонизира и активира сърдечната дейност, да разшири кръвоносните съдове, да регулира възбуд-

но-задръжните процеси в кората на главния мозък (6).

Класическият масаж се прави под формата на масажна яка. Прилага се и масаж на крайниците (3,5).

Цел на масажа при хипертонична болест - да разшири рефлекторно спастично стеснените съдове, с което да намали периферното съпротивление, да подобри функцията на сърдечно-съдовата, дихателната, отделителната, храносмилателната системи, да намали субективните оплаквания на болния: главоболие, адинамия, безсъние (6).

Техника на масажа – от класическия масаж се прилага масажна яка. Освен това хипертоничната болест много добре се повлиява от общ масаж. Използват се познатите техники на поглаждане, разтриване, омачкване и вибрации (3,5).

Аналгитичен и спазмолитичен ефект от приложението при:

- заболявания на дихателната система предизвикващи спазъм на бронхите

Розовото етерично масло има бронходилатиращо действие.

Цел на масажа - да се подобри дихателната функция, да се подобри подвижността на гръдната клетка

Техника на масажа – класически и рефлекторно-сегментарен масаж на гръб, шия и гърди. Акцентира се върху релаксиране на пекторалната и паравертебралната мускулатура. От вибрационните похвати се прилага разтърсване на гръдната клетка във фазата на експириума (6).

- **мускулни проблеми** - подобрява мускулния тонус, облекчава болките в мускулите и ставите, премахва мускулните спазми в крайниците. Стимулира функциите на подкожните тъкани, улеснява обмяната на веществата и отстраняването на отпадните продукти.

Това свойство на розовото етерично масло е препоръчително да се използва при релаксиращ класически масаж и при възстановителен спортен масаж (3,5).

- менструални, стомашно-чревни, жлъчни спазми и болки

Локалното приложение на розово етерично масло (в комбинация с други масла) може да бъде ефективно при успокояване на болките в областта на корема. Може да се прилага заедно с лавандула, градински чай и бадемово масло.

Цел на масажа - да се повлияят вътрешните органи, като се стимулира кръвообращението, трофиката и тонусът на гладката мускулатура (6).

Техника на масажа – масаж на коремната област. Прилагат се специални похвати за тази зона - кръгообразни поглаждане и разтриване по хода на дебелото черво (по посока на часовниковата стрелка), от похватите за омачкване – напластяване (3,5).

Антисептично действие:

Това е най-ароматния и приятен начин за лечение на рани. Локално розовото етерично масло помага за бързо зарастване на рани и ги предпазва от превръщането им в тежки септични инфекции.

Цел на масажа - заздравяване на раната, чрез подобряване на кръвообращението и стимулиране на колатерали на склерозиралите ръбове на раната

Масажът се състои в поглаждане по ръбовете на раната за премахване на евентуален оток: от ръба на раната към периферията с къси щрихи с върха на пръстите. Акцентът се поставя на разтриването на ръбовете на раната.

При атонични рани от различни видове изгаряния масажът се прилага по същия принцип (6).

Приложение в дерматологията:

Козметичен масаж на лице, шия и деколте с розово масло (3,5). Подходящ е за всеки тип кожа, но най-добър ефект има при суха кожа.

Омекотява и успокоява, подхранва, запазва влагата и подобрява еластичността на кожата, като ѝ придава свеж вид и кадифена мекота. Активно действа срещу стареенето на кожата, изглажда видимо бръчките, възстановява отпуснатата, суха и чувствителна кожа, действа при възпалителни кожни проблеми. Розовото масло контролира и балансира себума на кожата, възстановява нормалното ѝ рН и стяга порите (2).

Лечение на цикатрикси:

Изглажда белезите от акне и шарка върху кожата. С неговата помощ избледняват стрии и хирургични белези. Голяма част от това се дължи на антиоксидантните свойства на розовото етерично масло.

Цел на масажа – да стане мек и еластичен цикатрикс; да се подобри плъзгането между кожата и подлежащите тъкани; да се възстанови функцията на засегнатия сегмент (6).

Най-подходящ е масажния похват - насрещни палци (5).

Противопоказания

Розовото етерично масло не е *токсично*, дразнещо или сенсibiliзиращо, но въпреки това не трябва да се използва по време на бременност.

Не бива да се употребява и при индивидуална непоносимост към аромата му.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Макар, че в България има над 300 годишни традиции в отглеждането на маслодайна роза и производството на розово етерично масло, днес продукта е позабравен. За това допринася факта, че се възприема по-скоро като типична суровина за козметичната и парфюмерийната индустрия, а не като профилактично и лечебно средство имащо отношение към човешкото здраве. Извън малкия кръг на някои тесни специалисти, много малко хора са запознати с качествата и лечебните свойства на продукта, които са изключително ценни и разнообразни.

Друг фактор за ограничената употреба на розовото етерично масло като лечебно средство е високата му цена. Малкото фирми, които го предлагат на вътрешния пазар, работят с надценка между 70% и 100% върху цената, на която продуктът се търгува на едро извън страната.

Днес все повече хора се обръщат към природните средства за лечение. По тази причина е необходимо да се промотират всички достойнства и терапевтични възможности на розовото етерично масло. Българската държава с подходяща политика и законови мерки може да постигне по-ниски цени за вътрешния пазар и по този начин също да стимулира употребата му.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бруд В.С., И. Конапацкая, Душистая аптека. Тайны ароматерапии. ГИТИС, 1996
2. Гешева, Д., М. Станчева, Е. Тубинис, И. Бакърджиев. Розово масло – „Течното злато“ на България и приложението му в козметиката – Варненски медицински форум, 2, 2013, №3, 178-181
3. Желев В., Л. Крайджикова. Масаж-хигиенен, спортен, лечебен и козметичен. София, Авангард Прима, 2009
4. Зарев К., Българското розопроизводство и традиционната култура. Казънлък, Ирита, 2008
5. Краев Т., Ц. Пантева, М. Стоилова, Е. Левонян, П. Монева. Лечебен масаж и постизометрична релаксация. София, Веридея, 2006
6. Краев, Т., Учебник по лечебен масаж. Специална част. София, ЕРСИД, 2010

7. Официален вестник на Европейския съюз, L 283/31, 27.9.2014.
http://eur-lex.europa.eu/legal-content/BG/TXT/?uri=uriserv:OJ.L_.2014.283.01.0031.01.BUL&toc=OJ:L:2014:283:TOC
8. Ulusoy S., Boşgelmez-Tinaz, G. Seçilmiş-Canbay, H. Tocopherol, carotene, phenolic contents and antibacterial properties of rose essential oil, hydrosol and absolute, Curr Microbiol. 2009 Nov;59(5):554-8.

Адрес за кореспонденция:
Красимира Иванова Йорданова-Несторова
УНС „Рехабилитатор“
МК-Варна
бул. „Цар Освободител“ 84
e-mail.: krazy.jordanova@gmail.com