РАЦИОНАЛЬНАЯ АРОМАТЕРАПИЯ.

Клиника контрактного лечения доктора Василевича.

Академик, д.м.н. Василевич Владимир Степанович.

Украина, г. Киев

Влияние специфических запахов на физическое и психологическое состояние человека бесспорно и известно с очень давних пор. Компоненты ароматических растений обнаружены в мотивах декоративных рисунков первобытных пещерных людей.

Достоверные сведения о том, что люди научились получать душистые вещества из растительного сырья, относятся к пятому тысячелетию до нашей эры.

Древнейшей находкой является письменный документ, в виде клинописной таблички, найденной в древнем Шумере, в котором подробно описывается о целебных свойствах растительных запахов на человеческий организм.

В этом документе упоминается мирт, чабрец, смола деревьев, а также описаны способы пользования растительными ароматическими маслами. Курительные свечи и кадила появляются не только в индийских рукописях шестого века до нашей эры, но и на рисунках в святилище Канхеры того же периода. В египетском храме Абу Симбэл, где была найдена картина, было нарисовано, как Рамзес второй (1324-1258 до н.э.) жертвует кадила богу Птаху. В древнем Египте настолько популярными были эфирные масла, что из-за обладания ими египетские фараоны не раз предпринимали кровавые войны.

Не так давно, археологи обнаружили глиняные ёмкости с благовониями в древнеегипетских гробницах. Бальзам, мирра и ладан упоминались ещё в Ветхом Завете.

В гробнице Тутанхамона также были найдены ароматические вещества, состоящие на 90% из животного мира и на 10% из масел, бальзамов и смол. Статуэтки и тела умерших пропитывали благовониями и эфирными маслами. В каменных рисунках изображены сцены окуривания мёртвых людей. В древнем Вавилоне ароматические масла специально добавляли в строительные материалы, из которых впоследствии воздвигались храмы.

При этом, противомикробные свойства лимонного, кедрового и миррового масел обеспечивали длительную и эффективную дезинфекцию все помещения храма.

Скифские женщины, как описывает Геродот, беспокоясь о гигиене и аромате своего тела, толкли тмин, кипарис, кедровое дерево и полученной массой тщательно натирали кожу.

«В древности явление ароматов соединялось с целительным знанием.

Жрецы указывали, как пользоваться и в каких случаях применять ароматы.

Так можно и без всякого колдовства уследить целую лечебную систему, основанную на вдыхании и на питании нервной системы, посредством втирания в кожу.

Неразрывно с ароматами стоит понятие наших эмоций…», - писали Н. и Е. Рерих.

В Коране можно встретить не двузначные слова: «Духи – это пища, пробуждающая Дух, а Дух – это верблюд, на котором человек едет и которому удаётся увлекать»!

Греки, арабы, персы и другие народы Малой Азии, а также римляне, активно переняли опыт древних египтян. Ценные сведения о лечебных свойствах эфирных масел были получены от знаменитых учёных древности – Галена, Плутарха, Анакреона, Гиппократа.

Последним, например, частенько использовалось эфирное масло розы для лечения многих гинекологических заболеваний и нарушения пищеварения.

Плутарх, в своих «Моралиях» пишет: «Мирра – её приятный, освежающий дым готовит тело человека к блаженству сна. Неудачи, преследующие его в течении дня, бесследно исчезают». Анакреон рекомендовал проводить смазывания головы душистыми маслами, которые оказывают благотворное действие на мышление, решительность и чувства.

Сейчас мало кто вспомнит, что учёный Диоскорид (1 век нашей эры), приобрёвши свои необыкновенные знания о лечебных свойствах различных растений в многочисленных походах с римскими легионерами, написал пятитомный научный труд «Сущность медицины», впоследствии ставший основой европейской медицины на многие столетия вперёд, где самый первый том имел своё название: «Благовония, масла растительные, мази, деревья».

У индусов, китайцев и японцев развивались свои методы использования ароматических растений для лечения, ритуалов и других нужд.

Чаще всего древние китайцы применяли эфирные масла в сочетании с акупунктурой и массажем. В домах богатых китайцев, была специальная комната для приёма родов, в которой жгли полынь, чтобы умилостивить дружелюбных богов и помочь женщине расслабиться и удачно родить.

Изобретения алхимиками перегонного куба дало новый толчок к налаживанию промышленного способа получения ароматических масел.

Так, известный учёный и врач Авиценна, который общепризнан творцом применяемого до сегодняшних дней метода получения эфирных масел из растений путём дистилляции с водяным паром, писал о розовом масле: «…оно повышает возможности разума и увеличивает скорость мышления». Считается, что именно Авиценна получил первым розовую воду – дистиллят из розы столистной.

Арабы стали первыми в открытии мускуса, который впоследствии стал прекрасным фиксатором эфирных масел. Удерживая летучие вещества, он медленно освобождает их в окружающую среду, обеспечивая тем самым продолжительную стойкость запаха.

Термин «ароматерапия» (дословно - использование запаха в качестве лекарства) впервые ввёл в обиход французский химик доктор Рене М.Гаттефоссе в 1928 году.

Рене занимался исследованием эфирных масел как потенциальных составляющих косметики. Однако, его многолетние наблюдения заставили убедится в том, что поле применения ароматерапии должно непременно выйти за рамки косметики и обязательно стать частью медицины. И одной из причин уместно назвать следующую катавасию:однажды Рене, работая в лаборатории, обжёг себе руку при случайном взрыве.

Не медля, Рене погрузил пострадавшую руку в лавандовое масло, что случайно оказалось под рукой. Ожог зажил очень быстро, без нагноений и шрама.

Интерес его к медицинскому применению эфирных масел настолько возрос, что во время первой мировой войны Рене испытывал их на пациентах в военных госпиталях как можно шире, и получил впечатляющие результаты.

Во всех случаях, когда Рене применял лавандовое, ромашковое, тимьяновое и лимонное эфирное масло, получал антимикробное и регенерирующее свойство.

Об этом в своей книге «Ароматерапия» Рене писал: «…врачи и химики были бы поражены тем многообразием душистых веществ, которые могут использоваться в лечебных целях, и огромным разнообразием их химических функций. Кроме своих антисептических и антимикробных свойств, они обладают антитоксическим и антивирусным действием, имеют мощный, возбуждающий энергию эффект и хорошо заживляют раны. В будущем их роль даже возрастёт».

Это пророчество сбылось. Работы целого ряда исследователей и пионеров ароматерапии поспособствовали этому. Так, доктор Д. Валне, вдохновлённый работами Рене, использовал эфирные масла в качестве антисептиков для лечения ран во время второй мировой войны, а также в борьбе с эпидемией туберкулёза, диабета, инфекционного гепатита, сальмонеллёза, чумы, рака и другими не менее серьёзными заболеваниями.

В 1964 году Вальне обобщил свои исследования в монографии под названием «Ароматерапия», ставшей настольной книгой многих сегодняшних ароматерапевтов.

Фундаментальные исследования, обобщённые в многочисленных научных работах, проведены украинскими учёными А.М. Гродзинским, Н.М. Макарчуком, Я.С. Лещинской,

Ю.А. Акимовым. Последние исчерпывающе доказали, что применение композиций эфирных масел повышает работоспособность человека и улучшает воздушную среду в системе «человек-машина-среда».

Широко известны разработки крымских учёных. А именно, в Крымском НИИ физических методов лечения и медицинской климатологии им. И.М. Сеченова, А.Е. Ерёменко, В.В.Николаевский, М.И. Говорун и многие другие, разработали методики использования эфирных масел в качестве мощных антиоксидантных средств для выведения радионуклидов из организма человека и лечения лучевой болезни.

Научные исследования С.С. Солдатченко, А.В. Пидаевым, А.Ф. Пьянковым и Г.Ф. Кащенко, проведённые на базе Крымского медицинского университета им. С.И. Георгиевского, показали целесообразность применения эфирных масел и продуктов их переработки в кардиологии и пульмонологии.

Современные исследования показывают, что в пригородном лесу в одном кубическом метре воздуха насчитывается около 5 микробов, в городской квартире - 20 тыс., а в офисах и  других общественных помещениях - около 9 млн.

Природа сама даёт нам в руки мощное средство борьбы с бактериями и инфекциями. Эфирные масла обладают мощными противовирусными, антибактериальными  и  антисептическими свойствами. Применение эфирных масел для ароматизации помещений при умелом использовании позволяет почти полностью уничтожить патогенную микрофлору. При этом  агрессивность эфирных масел по отношению к микробам сочетается с с их совершенной безвредностью для человеческого организма.

При ароматизации помещений увеличивается содержание лёгких отрицательных ионов и нейтрализуются тяжёлые положительные ионы. Таким образом, достигается природное равновесие тяжёлых и лёгких ионов, оптимальное содержание озона, увеличивается бактерицидная энергия воздуха. Надо заметить, что именно недостаток  бактерицидной энергии воздуха вызывает плохое самочувствие, быструю утомляемость, потерю работоспособности, головную боль.

Общеизвестно, что антибиотики подавляют дружественную флору человека, тем самым вызывая внешний  и внутренний дисбиоз. А что же касается патогенной микрофлоры, то антибиотики не всегда, даже при весьма правильном подборе лечебного комплекса, могут помочь! Патогенные штаммы очень быстро и с завидной для них эффективностью вырабатывают у себя своеобразный "иммунитет" к данному  виду антибиотиков. Таким образом, природа как бы мстит человеку за "чудодейственное вмешательство" в её жизнь. А многовековой опыт применения эфирных масел подтвердил - их противомикробные свойства не слабеют и не уменьшаются со временем, а организм не привыкает к ароматическим лечебным средствам. Микробы при контакте с эфирными маслами практически не вырабатывают к ним устойчивости, даже если они назначаются по непродолжительной схеме. На клеточном уровне эфирные масла создают для микробов такую среду обитания, в которой они не могут нормально развиваться и гибнут. Более того, они препятствуют возрождению микробов, как немедленному, так и спустя длительное время. А если всё-таки воздействие медикаментов необходимо - эфирные масла могут стать великолепным транспортным средством, поскольку очень легко проникают в клетку человека. Благодаря этому эффекту можно значительно снизить необходимые для лечения дозы  антибиотиков и многих других лекарств. В этом качестве себя хорошо зарекомендовали эфирные масла базилика, лимона, лаванды. Они усиливают действие антибиотиков в 410 раз.

Многие эфирные масла обладают также хорошими антивирусными свойствами. Особую ценность представляет ароматерапия при вспышках вирусного гепатита, ОРЗ, гриппа для санации воздуха в помещении. Известно ведь, что люди, живущие в лесных районах в 2-4 раза болеют реже по сравнению с горожанами, так как воздух в лесу очищается эфирными маслами. Немаловажна роль эфирных масел в создании ареола безопасности для внутренних органов и систем человека, при нужде одновремённого назначения вредных и сильнодействующих химфармпрепаратов! Также важно отметить высокую эффективность эфирных масел при аллергиях, при заболеваниях кожи, глаз, лор-органов. Последние десятилетия отмечают особую актуальность эфирных масел при патологии нервной, половой, дыхательной, мочевыделительной, желудочно-кишечной и сердечно-сосудистой систем!

 К сожалению, частым явлением стало возникновение иммунодефицита у вчера ещё казалось бы здоровых людей. Виной тому экологическая ситуация, воздействие на организм человека целого ряда химических, медикаментозных и других веществ, напряжённый ритм жизни, стрессы. И в этом случае на помощь человеку в качестве иммуномодуляторов приходят эфирные масла. Практически все эфирные масла являются антиоксидантами. При попадании их в организм они снижают интенсивность окислительных процессов, замедляя процессы старения, восстанавливая защитные механизмы, мобилизируя потенциальные резервы и повышая запас  прочности. Применительно к условиям труда эфирные масла используются для повышения работоспособности, памяти, внимания. Хорошо зарекомендовали себя в этой области масла лаванды, лимона, розмарина. При чём, композиции эфирных масел влияют на умственную работоспособность в большей степени, чем отдельные эфирные масла.

И на конец, нельзя не отметить, что всё то, что мы испытываем в личном есстве, пребывая в молитвах или без них на церковной службе или в монастырях, мы обязаны именно эфирным маслам, так как их содержание в ладане колеблется от 72% до 87%!

По заключению немецких учёных, в ладаннике содержится тот же самый катализатор, который в равной мере содержит и гашиш – тетрагидроканнабиол!

Последний воздействует на височные доли головного мозга, которые отвечают за наше сознание, и способствует активной выработке серотонина - биокатализатора нейроцентров головного мозга, замедляющего нервные процессы.

До настоящего времени среди когорты учёных существуют разногласия, касательно стандартов путей применения ароматерапии. Так, профессор Г. Бухбауэр из Вены ограничивает методы применения эфирных масел исключительно через вдыхание.

Американские и британские ароматерапевты, на примере Ш. Прайса, в противовес Г. Бухбауэру, считают, что ароматерапия должна включать все формы лечения с использованием эфирных масел для наружного и внутреннего приёма.

Весьма примиряющими научными толкованиями стали монографии польских учёных

В. Бруда и И. Конопацкой. Последние акцентируют на том, что не важен какой будет путь введения эфирных масел во внутрь человеческого организма, по сколько их проникающие возможности имеют равную величину. Имеет смысл лишь делать поправку на индивидуальность человека, когда некоторые пути шаблонного применения могут стать серьёзным запретом или ограничением, в силу той или иной особенности заболевания или характерной особенности личности.

Но, при всём этом ряде положительностей, необходимо сделать акцент на том, что чрезвычайную опасность в себе несёт перенасыщенность современного рынка псевдоэфирными маслами, то есть химически синтезированными техническими аромамаслами, имитирующими запахи натурального растения. Тогда  речь уже может вестись не о благом лечении, а о колоссальном вреде, который они наносят организму человека. Проверить эфирное масло на  подлинность можно исключительно методом химического анализа. В бытовых условиях уместно проводить поверхностный качественный анализ, нанеся пипеткой его толику на чистый белый лист бумаги. Натуральное эфирное масло испаряется при высыхании, не оставляя на бумаге следов жирного пятна, подделка – оставит жирный желтоватый след!

Mой многолетний опыт работы окончательно убедил меня в том, что разумное использование натурального растительного эфирного масла, в комплексном применении или в отдельности, более чем оправдывает себя при лечении практически любых заболеваний человеческого организма.