

*Роман Кедр*

# ВСЯ ПРАВДА ОБ АРОМАТЕРАПИИ

*Майны,* КОТОРЫЕ ОТ ВАС **СКРЫВАЛИ**

#1000ИНСАЙТОВ

16+

1000 инсайтов

Роман Кедр

**Вся правда об ароматерапии.  
Тайны, которые от вас скрывали**

«Автор»

2022

## **Кедр Р.**

Вся правда об ароматерапии. Тайны, которые от вас скрывали /  
Р. Кедр — «Автор», 2022 — (1000 инсайтов)

Зачем тратить деньги на натуральные эфирные масла, если можно купить дёшево и много? Зачем что-то предпринимать, если врачи махнули на вас рукой? Если вы хотите найти ответы на эти и многие другие вопросы — эта книга для вас. В ней подробно разбираются правила и методы ароматерапии. Автор даёт рекомендации, в ярких примерах делится профессиональными секретами для коррекции женско-мужских отношений, повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья детей. Книга изложена простым языком, с чувством юмора и минимумом профессиональных терминов.

© Кедр Р., 2022

© Автор, 2022

## Содержание

От автора	6
Доброе утро! (вместо предисловия)	7
Глава 1. Почему ароматерапия или Почему вы дураки, если до сих пор не используете натуральные эфирные масла	8
Глава 2. Для тех, кто в танке: тяжёлая артиллерия для тех, кто до сих пор не верит	15
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# **Роман Кедр**

## **Вся правда об ароматерапии.**

### **Тайны, которые от вас скрывали**

*Моя первая книга посвящается двум моим самым любимым женщинам: моей маме Наталии и моей супруге Наталье.*

*Мама, благодарю тебя за то, что много лет назад ты открыла передо мной двери в мир ароматерапии, и теперь я открываю их для других людей.*

*Моя любимая супруга, благодарю тебя за то, что ты поддерживаешь меня на этом пути и принимаешь все мои проекты – ароматные и не очень.*

*С любовью, ваш сын и муж, Роман*

## От автора

Почему я пишу эту книгу и почему вам надо меня слушать?

Да, сейчас много людей интересуется эфирными маслами, и существует много различных курсов по ароматерапии. Даже те, кто узнал об эфирных маслах только из нескольких встреч с дистрибьюторами некоторых сетевых компаний, занимающихся продажей эфирных масел, считают, что могут обучать других ароматерапии.

Если честно, то обучением ароматерапии не занимается только ленивый. Я – ленивый и не занимаюсь системным обучением других людей в этой сфере.

Периодически я провожу мастер-классы по аромаспсихологии, ароматерапии и натуральной парфюмерии. Но всё-таки это больше познавательная история для расширения кругозора интересующихся этой темой. Но никак не обучение.

Я пишу эту книгу, потому что в своё время получил профессиональное образование в этой сфере. И моя четырнадцатилетняя практика аромаспсихолога и ароматерапевта даёт мне на это право.

Мой путь в ароматерапии начался с обучения в Международном Институте Профессиональной Ароматерапии «Ирис», где я получил базовые знания. Затем несколько лет обучался у таких именитых ароматерапевтов, как Карел Хадек<sup>1</sup> и Л. В. Кузьминых<sup>2</sup>.

На основании полученных знаний я создал свою компьютерную программу по диагностике эфирными маслами, разработал систему организации профессионального аромадизайна с помощью натуральных эфирных масел.

Моё образование, собственный опыт, сотни консультаций моих клиентов – сформировали представление о том, как ароматерапия может помочь человеку в повседневной жизни, и что необходимо знать, чтобы ориентироваться в мире ароматов.

*Информация, изложенная в книге, носит ознакомительный характер и не является рекомендацией к применению.*

---

<sup>1</sup> Карел Хадек – знаменитый разработчик растительной косметики, профилактических и лечебных препаратов на основе эфирных масел, основатель и владелец бренда «Karel Hadek».

<sup>2</sup> Лариса Владимировна Кузьминых – клинический ароматерапевт, нутриентолог, сертифицированный практикующий ароматерапевт, директор Центра Ароматерапии «Ароматный рай» в Екатеринбурге.

## **Доброе утро! (вместо предисловия)**

Я давно хотел написать нечто подобное и вот, наконец, случилось. Это моя проба пера в таком формате и первая полноценная книга: о том, как я понимаю ароматерапию и эфирные масла.

С помощью этой книги я хочу донести до вас одну очень важную мысль: в вашей жизни есть очень много вещей и явлений, о которых вы не имеете никакого представления, но которые серьёзно влияют или могли бы повлиять на вас.

Ароматерапия и натуральные эфирные масла – это именно такое явление, имеющее свою историю, культуру, правила и, конечно же, тайны. Тайны в том смысле, что многие ценные и важные знания лежат на поверхности, но никто о них не знает, поскольку что-то замалчивается, что-то не договаривается, а значит – у многих нет возможности составить наиболее полное представление о вопросе.

Именно о таких умолчаниях, недоговорённости, тайнах мы и поговорим в этой книге, чтобы вы имели более чёткое понимание, что такое ароматерапия и эфирные масла.

Сразу предупрежу тех, кому не нравятся резкость и двойной смысл в повествовании, и кто любит литературный язык и стилистику. Стил и литературные изыски здесь напрочь отсутствуют, поскольку я не писатель и ещё пока до конца не решил, хочу ли им становиться. А вот то, что вы можете посчитать резким и неприемлемым для книги – есть.

Поэтому хочу сказать тем, кто не готов к таким испытаниям, у кого слабые нервы и нежная душа, закрывайте эту книгу и спите дальше, спокойной ночи... Она всё равно не принесёт вам никакой пользы.

Тем же, кого такие пустяки не пугают: «Доброе утро!».

Вот так – нескромно, зато честно.

# Глава 1. Почему ароматерапия или Почему вы дураки, если до сих пор не используете натуральные эфирные масла

## Вступительное слово

Многие меня осудят за такое название этой главы, но названа она так намерено. Я действительно считаю, что люди, которые уже узнали достаточно об ароматерапии и натуральных эфирных маслах и не применяют эти знания в жизни – настоящие дураки.

Это моё мнение и кого оно задевает – может не читать дальше эту главу. Или, наоборот – сначала прочитать, а потом уж сливать на меня праведный гнев. Если он, конечно, останется к тому моменту.

Довольно длительное время я занимаюсь ароматерапией и знаю достаточно об эфирных маслах, чтобы понимать, насколько недооценена польза этих душистых веществ в вопросе сохранения и укрепления здоровья.

Да, сейчас стали много говорить об ароматерапии. С каждым годом ароматерапевтов становится всё больше, интерес к теме натуральных ароматов растёт. Проводятся различные мастер-классы, семинары, тренинги, но всё это – капля в море.

Потому что у широкого круга людей нет ясного понимания, чем могут быть им полезны эфирные масла, кроме как использования их в качестве ароматизаторов в сауне, или создания романтической обстановки дома с помощью аромалампы.

Причину этого я вижу в том, что люди слишком мало знают о том, что с древних времён ароматические вещества использовались в профилактике и лечении различных заболеваний, применялись для улучшения психического состояния. А уж про использование в сфере красоты и говорить нечего. Но для многих даже это не будет серьёзным доводом в пользу применения натуральных эфирных масел.

Именно поэтому я считаю, что важно говорить о результатах исследований и практики, которые мы имеем на данный момент. Так же о том, что вопросом влияния эфирных масел на организм человека занимались и занимаются в настоящее время многие учёные с мировым именем. И только в силу ригидности современной системы здравоохранения и лоббирования интересов крупных фармацевтических и химических корпораций, широкий круг людей не знает об этих исследованиях и о той пользе, которую несут природные эфирные масла.

В этой небольшой книге я не смогу описать все исследования. Но приведу некоторые из них, которые, на мой взгляд, являются одними из самых показательных. Ознакомившись с ними, вы уже сами сможете оценить, насколько это важно для вашей жизни. Или нет. И если всё-таки важно, то сможете найти дополнительную информацию в литературе и интернете.

Я не буду рассказывать о применении эфирных масел в древние времена, а именно: в египетской цивилизации, античной Греции и Римской империи. Мой опыт показывает, что для многих эти рассказы являются просто словами, историей, красивой сказкой, настолько далёкой, что всерьёз относиться к этому совершенно невозможно.

Да, к сожалению, у многих людей нашего времени именно такое восприятие: бóльший вес имеют факты и события, более приближенные к нашему времени. Поэтому здесь я и сделаю акцент на таких фактах.

Будем говорить сразу же о XIX-XX веках, они к нам ближе всех.

Итак – начнём!

Я думаю, вы знаете и помните такого великого немецкого учёного, как Роберт Кох. Это человек, который открыл туберкулёзную палочку и возбудителя сибирской язвы. Так вот, он

придавал большое значение терпенам и в 1884 г. доказал, что терпены способны подавлять и уничтожать бактерии, вызывающие эти страшные заболевания.

1887 год. Чемберленд, исследуя воздействие эфирных масел орегано, корицы и гвоздики на споры сибирской язвы, подтвердил открытие Коха.

Параллельно с этими исследованиями немецкий химик Отто Валлах также вел всестороннее изучение терпенов. «Ну и что? – скажете вы. – Снова эти терпены! Какие терпены? Причём тут терпены? „Мясо“ давай!». А вот вам и «мясо».

*Терпены – это душистые вещества, входящие в состав терпентина (скипидара), который как раз и использовал в своих исследованиях Отто Валлах. Это основные составляющие эфирных масел, исследование которых и дало толчок интенсивному развитию данного направления в химии и медицине.*

Учёный доказал существование нескольких основных терпенов (пинен, камфен, фенхен, лимонен, дипентен, фелландрен, терпинолен) и своими исследованиями показал, что терпены могут превращаться друг в друга. Им было написано около 200 статей о химических реакциях получения производных терпенов, что послужило базой для последующих исследователей и вызвало огромный интерес в научных кругах к этой теме.

В 1910 году Отто Валлаху была присуждена Нобелевская премия за вклад в развитие органической химии и, в частности, за его исследования терпенов.

Это было началом интенсивного изучения терпенов, их состава и свойств, целой плеядой учёных, среди них: Ружичка, Тимман, Семмлер, Вагнер, Гилдемейстер, Гофман, Гриньяр, Дюпон, Робинсон.

Открытия в сфере химии не могли быть не замечены учеными —медиками и микробиологами, начавшими использовать терпены в своей практике. И вот какие результаты это дало.

В том же 1910 году Мартин Дел установил, что эфирное масло орегано является сильнейшим антисептиком из всех известных в то время.

В 1928-м французский химик, доктор Рене-Морис Гаттефоссе, работая в лаборатории, обжёг руку и, чтобы уменьшить боль, погрузил руку в первую попавшуюся банку. В ней оказалось эфирное масло лаванды. Ожог очень быстро зажил, не оставив на руке и следа.

После этого учёный заинтересовался свойствами эфирных масел и стал интенсивно изучать масла тимьяна, ромашки и лимона. Он определил, что эти масла обладают сильнейшими бактерицидными свойствами и способствуют быстрому заживлению ран. Он первым определил направление профилактики и лечения эфирными маслами, как «Ароматерапию» – лечение ароматами.

В 1937 году Гаттефоссе опубликовал результаты своих исследований и работы с эфирными маслами в книге «Ароматерапия».

Во время второй мировой войны, когда было очень трудно с антибиотиками, доктор Жан Валнет начал использовать вместо них эфирные масла. Такое применение эфирных масел показало, что они замечательно подавляют различные инфекции.

После завершения войны уже его ученики доктора Поль Белаш и Жан Клод Лапраз обнаружили, что эфирные масла обладают антибактериальными, противовирусными, противогрибковыми и антисептическими свойствами.

В конце 40-х годов XX века немецкие ученые Шредер и Мессинг разработали метод, позволяющий исследовать эффективность эфирных масел для лечения широкого круга заболеваний. В дальнейшем этот метод стал называться ароматограммой.

1954 – 1956 годы. Келлнер и Коберт исследовали влияние 175 эфирных масел на 8 бактерий, распространяющихся в воздухе, и на различные грибки. Учёными было определено 21 эфирное масло, обладающее высокой активностью.

В 1961 году австрийским биохимиком и косметологом Маргарет Мори была издана руководство по ароматерапии «Секрет жизни и молодости». Она первой соединила массаж и ароматерапию. Эта уникальная женщина открыла центры ароматерапии во Франции, Англии и Швейцарии. Именно она по сути является создателем ароматодиагностики как метода, поскольку ею была впервые сформулирована концепция индивидуального подбора ароматов для конкретного человека. В 1967 году она получила международную премию за работы в области ароматерапии.

Продолжая изучение эфирных масел, Жан Валнет в 1964 году выявил их способность влиять на состояние больных с психическими расстройствами. Причём, изменение состояния пациентов при воздействии ароматами, фиксировалось сразу.

Свои открытия в этой сфере он опубликовал в книге «Практика ароматерапии». Доктором Валнетом было составлено около 60 ароматограмм различных эфирных масел.

Мне, как ароматопсихологу, в определённый период моей работы с эфирными маслами стало интересно посмотреть, насколько быстро и выражено ароматы действуют на людей. Совместно с моей коллегой, специалистом по телесной терапии, мы создали тренинг, в котором телесные практики сочетались с ароматерапией.

Участникам предъявлялись ароматы – релаксанты, адаптогены и стимуляторы. Оказалось, что несмотря на естественно разнящееся у всех участников восприятие того или иного аромата (отрицательное или положительное), эффект, соответствующий действию масла, проявлялся очень быстро.

Вдыхая стимуляторы, люди легче справлялись с телесными упражнениями, которые без восприятия аромата давались им с определёнными трудностями. При использовании адаптогенов и релаксантов они быстрее восстанавливались после упражнений, связанных с напряжением, и готовы были увеличивать нагрузки и количество повторов.

И все эти эффекты были не отложены во времени, а проявлялись сразу после предъявления участникам этих ароматов.

В 1972 году Х. Одуи, П. Белаш, Ж. Буржон, П. Дураффорд, К. Дураффорд, М. Гиrolт и Ж. К. Лапраз исследовали 40 эфирных масел. Они использовали метод ароматограммы для разработки методик лечения эфирными маслами широкого круга инфекционных заболеваний.

В 1973 году учёные Вагнер и Спринкмейер доказали, что смесь эфирных масел эффективна и работает в более широком диапазоне, чем антибиотики широкого спектра действия.

1974 год. Дейнингером были приведены клинические доказательства эффективности эфирных масел для лечения нарушений автономной нервной системы.

В 1978 году один из учеников Жана Валнета, Поль Белаш, опубликовал свой труд по применению ароматерапии для лечения широкого круга инфекций. Им были описаны клинически

подтверждённые свойства многих эфирных масел, и доказано, что орегано, тимьян, гвоздика, корица и чайное дерево имеют широчайший спектр действия, а также сильнейшие противогрибковые и антибактериальные свойства.

В 1987 году Дейнингером и Лембке были получены доказательства противовирусных свойств эфирных масел.

1990 год. В рамках исследования влияния эфирного масла чайного дерева при акне было показано, что оно, хоть и медленно, но даёт видимые результаты. При этом – без побочных эффектов, в отличие от применяемых ранее химических агентов.

Впечатляет, правда?

Теперь расскажу о некоторых результатах, полученных в ходе экспериментальных исследований научной группой Ялтинского НИИ физических методов лечения и медицинской климатологии им. И. М. Сеченова во главе с профессором В. В. Николаевским.

Целью одного из экспериментов было исследование влияния ингаляций на состояние больных хроническим бронхитом. Ингаляции проводились путём ароматизации помещения длительностью 30 минут в течение 14 дней.

В эксперименте участвовало 300 человек в возрасте 35–55 лет, 96,3% из которых имели диагноз «хронический обструктивный бронхит». Эксперимент проводился с эфирными маслами лаванды, пихты, розмарина, базилика эвгенольного.

Результаты лабораторных тестов показали, что наилучшим противовоспалительным действием обладает эфирное масло пихты. После курсового лечения с этим эфирным маслом в крови больных снижалось количество бактерий с 6,8% до 5,3% и наблюдалось повышение количества лимфоцитов с 28,9% до 32,3%.

Другие масла, участвующие в эксперименте, тоже показали хорошие результаты и благоприятное воздействие на исследуемые аспекты здоровья. Но я привожу лишь отдельные факты, чтобы показать вам самые яркие примеры.

В целом эксперименты показали, что включение ароматерапии в комплекс лечебных мероприятий улучшало общее самочувствие пациентов, нормализовало проходимость бронхов и увеличивало жизненную ёмкость лёгких в разы.

Позитивное воздействие эфирных масел на состояние здоровья подтвердилось и в исследованиях детей часто болеющих ОРЗ. Так, заболеваемость детей в группе, где проводилась ароматерапия, была в 2,8 раз ниже, чем в контрольной группе, где проводились только обычные оздоровительные процедуры.

В моей практике было два, абсолютно идентичных, случая выздоровления взрослых людей с диагнозом ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь лёгких). Зачастую причиной этого заболевания являются: курение, взаимодействие с вредными веществами, серьёзная загрязнённость воздуха и наследственность.

Так вот, в обоих случаях это были женщины, обе – некурящие. Одна жила в селе и занималась огородом, другая – в городе, работала риелтором. Причинами их заболевания могли стать загрязнённость воздуха и наследственность.

Но вот что я обнаружил, проведя с обеими женщинами диагностику эфирными маслами. В ряде эфирных масел, выбранных ими, как приоритетные, преобладали представители пря-

ной группы: чабрец, гвоздика, мускатный орех, перец, корица, что с высокой вероятностью предполагало гельминтоз<sup>3</sup>.

Я порекомендовал женщинам сдать анализы крови на паразитоз, и исследования подтвердили моё предположение. У одной женщины был обнаружен токсоплазмоз<sup>4</sup>, у другой – аскаридоз<sup>5</sup>.

После проведения в течение двух месяцев антипаразитарного курса ароматерапии, паразитоза – как не бывало, а диагноз ХОБЛ был снят. При этом в обоих случаях, как говорят мои клиентки, врачи были удивлены быстрым выздоровлением и отсутствием каких-либо признаков хронической болезни.

О влиянии ароматерапии на детей есть тоже очень яркий пример из моей практики. Моя первая супруга долгое время работала в детском саду воспитателем. У неё тоже ароматерапевтическое образование, и мы как-то решили попробовать ставить аромалампу в определённый период времени в группе, в которой она работала.

Делать это официально не было никакой возможности, потому что по нашему законодательству ароматерапия не признана методом традиционной медицины. Да и проблем с руководством и некоторыми «бдительными» родителями не хотелось.

Мы решили, что нужно ставить аромалампу с самого утра на 30 минут до того времени, когда дети начинают приходить в группу. И, по возможности, во время прогулки перед обедом. Помещение после процедуры проветривалось, поэтому индивидуальная непереносимость аромасел была полностью исключена.

Этот эксперимент проводился в начале февраля: в разгар эпидемии гриппа, ОРВИ и ОРЗ. Дети не ходили в садик десятками, но карантин ещё или уже не было.

Когда почти через два месяца, в начале апреля, мы подняли журнал посещаемости, мы были поражены результатом эксперимента с аромалампой: посещаемость увеличилась в 2 раза. Для подтверждения гипотезы и чистоты эксперимента просмотрели данные за аналогичный период в журналах других групп. Оказалось, что в детском саду, где всего 7 групп, только в группе моей супруги была максимальная посещаемость в этот период.

Вот такой эксперимент на коленке, хотите – верьте, хотите – нет. Жаль только, что пока распространить этот опыт на все детские сады нет возможности. В силу несовершенства законодательства и невежества как чиновников, так и многих родителей.

Ещё один интереснейший факт, касающийся применения эфирных масел для лечения заболеваний ЖКТ<sup>6</sup>.

Болгарскими учёными было установлено, что при токсическом поражении печени и поджелудочной железы, сильнейший восстановительный эффект имело введение в план лечения препарата на основе масла болгарской розы.

Была показана способность эфирного масла розы растворять камни желчного пузыря. Даже было создано лекарство «Розанол», действующим веществом которого является это уникальное масло. К сожалению, информацию о нём можно найти только в медицинских справочниках и интернете. В нашей стране в продаже его нет.

Я лично по поводу воздействия эфирного масла розы на камни в желчном пузыре ничего не могу сказать, поскольку исследования не проводил. Стоимость натурального масла розы

---

<sup>3</sup> Гельминтоз – паразитарные болезни, вызываемые гельминтами (паразитическими червями).

<sup>4</sup> Токсоплазмоз – инфекция у человека, возбудителем которой является паразит Токсоплазма Гондии.

<sup>5</sup> Аскаридоз – заболевание из группы гельминтозов, которое вызывают аскариды (круглые черви).

<sup>6</sup> ЖКТ – желудочно-кишечный тракт (сокращённо).

сейчас колеблется от 4 500 до 10 000 # за 1 мл и его использование в системной ароматерапии достаточно дорого.

А вот по применению масла лимона есть определённая практика.

Десять лет назад мне проводили обследование и в одной из почек обнаружили песок и серьёзную предрасположенность к образованию камней. Я стал интенсивно применять эфирное масло лимона в ингаляциях и растираниях. Через месяц результат удивил не только меня: от песка ничего не осталось и никакой предрасположенности тоже.

Такой результат стал возможен благодаря уникальному свойству масла лимона растворять любые камни в организме человека: в почках, в желчном пузыре, зубные камни.

Кому-то может показаться, что песок в почках – это мелочи, не серьёзно, но я привожу свой опыт и свои результаты, которые для меня более чем показательны.

Другой пример.

Когда я обучался ароматерапии, главный врач, ведущая курс, рассказывала нам о случаях из её практики.

Вот один из них: у одного из пациентов растворились почечные камни величиной 9 мм и 15 мм. Ему в течение года проводили серию массажей с эфирным маслом лимона.

Оснований не верить своему наставнику у меня нет.

Приведу ещё ряд уникальных свойств эфирных масел, о которых почти никто не говорит. Но они, по моему мнению, являются очень показательными для понимания мощи и эффективности действия этих удивительных природных веществ.

### **Радиопротекторные свойства эфирных масел**

Эти исследования проводились той же группой учёных Ялтинского НИИ физических методов лечения и медицинской климатологии им. И. М. Сеченова, о которой я рассказывал ранее.

Радиопротекторное действие эфирных масел исследовалось на животных. Причём проводились исследования при облучении малыми дозами. Бралась три группы мышей:

1. Интактная группа – без какого-либо воздействия.
2. Контрольная группа – мыши, получавшие только облучение.
3. Опытная группа – мыши после облучения получали ингаляции с эфирным маслом лаванды в течение 20 минут.

Равномерное, ежедневное облучение малыми дозами в размере 0,2 Гр<sup>7</sup> в течение 25 дней рассматривалось, как модель хронической лучевой болезни. Она проявлялась в постепенном развитии таких заболеваний крови, как лейкопения, эритроцитоз, лимфопения и ограничением костномозгового кроветворения<sup>8</sup>.

Эксперимент показал, что эфирные масла заметно снимали патологические сдвиги в состоянии животных, что особенно стало заметно уже на 20-е сутки наблюдений. При этом, на конец эксперимента у мышей опытной группы показатели крови были такими же, как и у мышей интактной группы, не подвергавшихся никакому воздействию.

Как писал в результатах исследований профессор В. В. Николаевский, эффект воздействия эфирных масел реализуется на уровне костного мозга. Это было связано с сохранностью резервных возможностей у представителей опытной группы, о чём свидетельствовало усиление кроветворения и восстановление количества эритроцитов в крови.

---

<sup>7</sup> Грей/грэй (Гр, Gy) – единица поглощённой дозы ионизирующего излучения в Международной системе единиц (СИ).

<sup>8</sup> Лейкопения, эритроцитоз, лимфопения, ограничение костномозгового кроветворения – заболевания крови, имеющие наследственный или патологический характер.

Скажите, неужели и после таких фактов вы ещё думаете, что эфирные масла и ароматерапия не работают?

У нас на очереди антиканцерогенные свойства эфирных масел.

### **Антиканцерогенные свойства эфирных масел**

В XX веке химия и медицина шагнули далеко вперёд. И для профилактики и лечения канцерогенеза<sup>9</sup> стали применять как синтетические, так и природные химические вещества.

Все эти вещества классифицируют по этапам эффективного воздействия на канцерогенез:

- вещества, препятствующие образованию канцерогенов
- вещества, блокирующие доступ канцерогенов к белкам клеток или препятствующие взаимодействию с ними
- вещества, подавляющие развитие опухолевого процесса в клетках, которые уже взаимодействовали с канцерогенами

В. В. Николаевским и другими учёными были проведены исследования восьми эфирных масел в качестве антиканцерогенов второго типа.

Результаты исследований показали:

- Выраженным иммуностимулирующим действием обладают шесть эфирных масел, участвовавших в эксперименте: гвоздичное, жасминовое, пихтовое, анисовое, лавровое и эвкалиптовое масло.

- Жасминовое, шалфейное, гвоздичное, анисовое, пихтовое, лавровое масло: показали торможение взаимодействия канцерогенов с белками клеток.

Эфирное масло гвоздики и шалфея проявили сильнейшие свойства торможения канцерогенов, вплоть до полного прекращения их взаимодействия с клетками-мишенями.

По мнению автора этих исследований, полученные данные дают большие возможности применения эфирных масел, как естественных антиканцерогенов в профилактике и лечении онкозаболеваний.

В настоящее время я не нашёл какой-либо информации о проведении подобных исследований и применения ароматерапии в данной сфере в нашей стране.

Есть много вопросов, на которые я не могу найти ответы:

- Почему не внедряют массовое использование ароматерапии, если она может если не предотвратить совсем, то значительно уменьшить риск раковых заболеваний?
- Почему не используют эфирные масла в лечении людей с лучевой болезнью?
- Почему в тубдиспансерах, больницах и поликлиниках для санации помещений и, тем самым, улучшения общего состояния пациентов, не проводят ароматизацию натуральными эфирными маслами?
- Почему в детских садах, школах и других учебных заведениях не проводят ароматерапевтическую профилактику?

Хотя, ответ напрашивается сам собой: «Cui prodest?», что в переводе с латыни означает: «Кому выгодно?».

Теперь вы знаете многие, но отнюдь не все, факты позитивного влияния ароматерапии на здоровье человека. Но этого достаточно, чтобы сделать свой выбор: использовать или не использовать натуральные эфирные масла в своей жизни.

Дураки вы или нет, решайте сами...

---

<sup>9</sup> Канцерогенез – сложный патофизиологический процесс зарождения и развития опухоли.

## Глава 2. Для тех, кто в танке: тяжёлая артиллерия для тех, кто до сих пор не верит

### Для чего нужны эфирные масла и ароматерапия?

Такой вопрос я часто слышу от людей, которые при знакомстве со мной, узнают, что я ароматерапевт. И это неудивительно: у нас до сих пор не сложилась культура использования ароматерапевтических средств и эфирных масел среди широкого круга людей.

Эфирные масла многими в лучшем случае воспринимаются как средство для более комфортного времяпрепровождения в бане или сауне, в худшем – как баловство. Поэтому приходится буквально на пальцах каждый раз объяснять как здорово, полезно и, с какой стороны ни взгляни, замечательно, использовать эфирные масла.

Сложнокомпонентный состав эфирных масел позволяет решать целое множество проблем со здоровьем. Здесь я при всём желании не смогу полностью их перечислить – слишком большой перечень получается. Поэтому акцентирую ваше внимание на основных точках приложения ароматерапии.

### Дыхательная система

Большая часть эфирных масел прекрасно справляется с заболеваниями этой сферы как вирусной, так и бактериальной природы. И здесь, в первую очередь, следует сказать о таких маслах, как: масло лимона, апельсина, бергамота, сосны, ели, пихты, гвоздики, розмарина, чёрного перца, чабреца.

Следует отметить, что некоторые из этих масел, как, например: масло лимона, бергамота, чабреца, имеют сильные иммуномодулирующие свойства. Что, безусловно, ещё в большей степени способствует быстрому выздоровлению при их применении.

Как же всё-таки этим душистым веществам удаётся бороться с вирусами и бактериями? Всё дело в их химическом составе. Эфирные масла состоят из так называемых терпенов и их производных (спиртов, эфиров, альдегидов, кетонов и фенолов). Эти вещества как раз и определяют волшебные свойства масел.

Так, состав масла чабреца позволяет его 5% водному раствору полностью убивать:

- тифозные бактерии и бациллу Шига<sup>10</sup> в течение 2 минут;
- Эшерихию коли (кишечную палочку) – в течение 2–8 минут;
- стрептококк и дифтерийную палочку – в течение 4 минут;
- стафилококк – в течение 6 минут;
- палочку Коха (возбудитель туберкулёза) – в течение 60 минут.

А смесь: сосна, чабрец, мята, лаванда, розмарин – благодаря своему составу, при распылении в помещении убивает все стафилококки и плесень, а из 2 000 микробных колоний остаётся всего 4.

Впечатляет?! Я думаю, что очень!

Непонятно только почему результатами подобных исследований не интересуется официальная медицина. Наверное, потому что в ней большая часть специалистов руководствуется нормативами, а не здравым смыслом. Ну и – «Кому выгодно?» тоже не исключаю.

Но это тема другой книги, а мы продолжим.

### Сердечно-сосудистая система

---

<sup>10</sup> Бацилла Шига – вызывающая тяжёлую форму дизентерии.

Многие масла прекрасно работают в этой сфере, помогая выравнять артериальное давление. Например: лаванда, розмарин, иланг-иланг<sup>11</sup>, розовое дерево, лимон, гвоздика. А некоторые, такие, как левзея, лемонграсс, мелисса, герань, роза – очищают сосуды, улучшают кровообращение.

### **Пищеварительная система**

Здесь целая плеяда масел, прекрасно влияющих на работу желудка, поджелудочной железы, печени и кишечника. Это масло моркови, мускатного ореха, чёрного перца, мандарина, апельсина, розмарина, душицы, мяты.

Причём они снимают не только ситуативные расстройства (вздутие, метеоризм, понос), но и облегчают хронические заболевания (гастрит, колит, энтерит).

Такие масла, как бергамот, гвоздика, корица, розмарин, успешно применяются в антипаразитарных программах и программах очищения.

### **Мочеполовая система**

Серия масел благотворно влияет на работу почек, мочевого пузыря, мочевыводящих путей и справляется с такими заболеваниями, как мочекаменная болезнь, олигурия<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup> Иланг-иланг – эфирное масло, получаемое из похожих на звёзды цветков тропического дерева иланг-иланг.

<sup>12</sup> Олигурия – патологическое состояние, возникающее на фоне болезней почек и мочевыводящих путей.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.