



## **Герань розовая (Pelargonium roseum)**

Вечнозелёный теплолюбивый полукустарник семейства гераниевых высотой 1,5-2 метра, с ворсистыми округлыми темно-зелёными листьями и бледно-розовыми цветками.

Герань розовая (настоящее название пеларгония) - сложный гибрид многих видов, родиной которых считается Южная Африка. Обладает сильным и стойким ароматом, причем не только цветы, но и все растение целиком. Основные производители гераниевого масла Алжир, Марокко, Франция, Испания, Тунис и остров Сицилия.

Как эфирномасличное и декоративное растение пеларгония была введена в культуру с 18 века и стала известна под названием "герань". Традиционно герань высаживали около дома для защиты от злых духов. Ею лечили раны и ожоги. Растение герань очень любил и почитал рабочий люд, особенно ремесленники, из-за ее способности очищать ядовитый воздух лудильных и сапожных мастерских, всасывать угар и сырость. Современные исследования подтвердили, что герань поглощает из воздуха ядовитые вещества и радионуклиды, а также способна уничтожать вирусы и бактерии. Считается, что герань не только дезинфицирует и дезодорирует воздух, но и гармонизирует обстановку в доме.

В древности герань считали исключительным целебным средством, способным сростить переломы и излечить рак. Масло герани очень популярно на Востоке. Его целебные свойства знали очень давно. И до сих пор оно пользуется большим спросом ввиду широкого спектра воздействия на организм. Получается методом паровой перегонки всех частей растения (гидродистилляции). Для получения 1 кг эфирного масла необходимо 300-500 кг листьев.

Эфирное масло герани используется при изготовлении кондитерских изделий и изредка в молочной промышленности, широко применяется в парфюмерной промышленности, косметическом и мыловаренном производстве.

### **Аромат:**

Имеет свежий, цветочно-розовый теплый аромат. Гераниевое масло - бесцветная, зеленоватая или буроватая жидкость с приятным цветочным запахом, напоминающим аромат розы, легкая и текучая. Мягкий, женственный, цветочный аромат герани немного напоминает розу, но является более сдержанным и терпким. Впервые масло Герань было получено в 1819 году французским химиком Реклузом.

Специфический терпкий запах герани можно уравновесить ароматами эвкалипта, чайного дерева, лимона, мяты.

**Эмоциональная сфера.** Влияние этого масла на эмоциональное состояние мягкое, успокаивающее, утешающее в печали, создающее светлое романтическое настроение. С этим ароматом Вы чувствуете себя уютно, легко придаётесь приятным мечтаньям. Оно располагает к нежности и чувственному сближению. Аромат герани хорошо успокаивает детей, делает их менее капризными и агрессивными.

### **Состав:**

В его состав входят довольно большое количество очень активных компонентов, определяющих различные эффекты воздействия - это гераниол, цитронеллол, ментол, цитраль, геранилтиглат и др.

Основные компоненты эфирного масла - терпеновые спирты (цитронеллол, гераниол, терпинеол, линалоол, борнеол), терпены (а-пинен, фелландрен), эфиры (уксусной, бутановой, валериановой, муравьиной кислот), кетоны, фенол (эвгенол).



Основные свойства герани, определяющие ее использование - тонизирующее, вяжущее, гемостатическое, антисептическое, противодиабетическое, глистогонное, противораковое.

Для наружного применения - заживляющее, антисептическое, анальгетическое, уничтожение паразитов, отпугивание moskitov.

#### **Воздействие на нервную систему**

- Воздействуя на нервную систему, устраняет беспокойство и депрессию, поднимает настроение.

- Стимулирует нервно-психическую деятельность: повышает работоспособность, внимание

- Герань стимулирует сенсорные ощущения

- Эффективно при лечении лицевой невралгии и при опоясывающем лишае

#### **Водно-солевой баланс**

Препятствует задержке жидкости в организме

#### **Воздействие на кожу**

Благотворно воздействует на кожу, делая ее кожей гладкой и молодой, что обусловлено регулирующим влиянием на выработку кожного сала. Одновременно устраняет сыпь и шелушение сухой кожи.

- Масло может быть полезно как антисептическое, вяжущее и ранозаживляющее при лечении болезней кожи, экземы, лишая

- В качестве косметического лосьона масло герани предпочтительно для воспаленной, поврежденной кожи или акне. Хорошо помогает при перхоти, педикулезе, грибковых поражениях кожи.

#### **Воздействие на сердечно-сосудистую систему**

Эффективно при варикозном расширении вен и геморрое

- снимает спазмы сосудов головного мозга, улучшая их тонус

- Оптимально влияет на работу сердечно-сосудистой системы улучшает микроциркуляцию в сердечной мышце, устраняет явление ишемии, тахикардии и синусовой аритмии. При регулярном применении нормализует артериальное давление, повышает свертываемость крови.

#### **Воздействие на опорно-двигательную систему**

способствует снятию воспалительного, отека, судорожного и болевого синдрома. Снимает боли при артритах, ревматизме, невралгии

#### **Воздействие на ЛОР-органы**

В области медицины эфирное масло герани зарекомендовало себя как "доктор уха-горло-нос" (лор-врач)- так издавна называют герань, т.к. она эффективно устраняет боль и воспаления среднего уха, пазух носа, миндалин и зева; помогает при воспалении голосовых связок, сопровождающемся потерей голоса.

#### **Воздействие на желудочно-кишечный тракт**

стимулирует функции печени и поджелудочной железы, обладает противогрибковым и антипаразитарным действием.

#### **Воздействие на ротовую полость**

- Масло может быть полезно как антисептическое, вяжущее и ранозаживляющее при лечении ран, инфекций языка, стоматитов и лицевой невралгии

#### **Противоонкологическое действие**

препятствует росту раковых клеток

#### **при травмах**

Эффективно при ожогах, ранах, переломах, отморожении



### **Воздействие на эндокринную систему**

Эффективно поддерживает равновесие гормонов, стимулирует работу желез внутренней секреции (поджелудочной железы, надпочечников, половых желез), усиливает потенцию, стимулирует выработку эстрогенов у женщин и тестостерона у мужчин.

Обладает мощным обезболивающим и противоотечным эффектами, поэтому с успехом применяется при снятии предменструального синдрома, нарушениях во время менопаузы.

При нарушениях гормональной регуляции приводит к балансу гормонов, что положительно сказывается на течении климакса, ПМС.

- Масло стимулирует выделение эстрогена, поэтому оно не должно применяться одновременно с противозачаточными средствами. Нельзя применять при беременности и детям до 6-ти лет.

- Снижает уровень сахара в крови

### **Ароматерапия при альгоменорее**

Альгоменорея - это болезненная менструация - такие нарушения процесса, которые выражаются в резких схваткообразных или ноющих болях внизу живота, в поясничной и крестцовых областях, сопровождающееся общим недомоганием. Различают первичную и вторичную альгоменорею.

#### **Первичная**

При первичной альгоменорее боли возникают за несколько часов и в первые часы менструации и стихают в первые 1-2 ч после начала менструальных выделений.

#### **Характер болей:**

- схваткообразный,
- периодический

#### **Вторичная**

Менструальные боли при вторичной альгоменорее практически постоянные (длятся в течение первых 2-3 дней менструации) и иногда являются основным симптомом эндометриоза различных локализаций. Даже при малых формах эндометриоза боли во время менструации отмечают до 65 % женщин. Эндометриоз - гетеротопия (изменение места закладки) эндометрия в те органы и ткани, где его в норме не бывает. Отторгшиеся участки эндометрия имплантируются в другие ткани и органы; возможен перенос гематогенным путем. Эндометриозидные включения могут наблюдаться в толще матки (аденомиоз), в просвете маточных труб, на брюшине малого таза с прорастанием в подлежащие ткани (ректовагинальная перегородка), во влагалище, шейке матки, яичниках с образованием кист.

#### **Характер болей:**

- ноющие,
- внизу живота,
- усиливаются в течение периода менструации
- часто иррадируют в область крестца и прямой кишки
- характерна гиперполименорея (обильные менструальные выделения)

При наружном эндометриозе боли не сопровождаются "вегетативной бурей" (не бывает рвоты, тошноты, потливости, поносов, мигрени).

При внутреннем эндометриозе "вегетативная буря", а также характерен небольшой подъем температуры во время менструации. Распространение и развитие эндометриоза тесно связано с функцией яичников.



При естественной или искусственной менопаузе очаги эндометриоза подвергаются обратному развитию

### **Ароманальгезия (обезболивание при помощи эфирного масла герани) и лечение альгоменореи**

В многочисленных литературных источниках по ароматерапии специалисты отмечают, что эфирное масло герани обладает мощным обезболивающим, противоотечным, спазмолитическим действием, поэтому его рекомендуют интенсивно использовать для устранения альгоменореи и предменструального напряжения (массаж, аромамедальоны, аромакурительницы). Но, как правило, это поверхностные рекомендации, так как не уточняются причины альгоменореи и не делается акцент на то, что эфирное масло герани является не только анальгетиком и спазмолитиком, но и стимулирует работу половых желез. При регулярном применении ЭМ герани происходит усиление функции яичников, что категорически не рекомендуется при вторичной альгоменорее, причиной которой является эндометриоз.

**Будьте внимательны!** При первичной альгоменорее эфирное масло герани показано, а при вторичной альгоменорее, которая является симптомом эндометриоза - противопоказано! Так как консервативное лечение вторичной альгоменореи напрямую связано с эндометриозом и основано на применении гормональных препаратов, вызывающих не стимуляцию, а наоборот - подавление функции яичников.

Таким образом, прежде чем рекомендовать интенсивное использование эфирного масла герани при альгоменорее, нужно выяснить характер болей. При схваткообразных болях, которые возникают за несколько часов и в первые часы менструации, а затем стихают в первые 1-2 ч после начала менструальных выделений - рекомендуется использовать эфирное масло герани. При постоянных ноющих болях, которые продолжаются в течение 2-3 дней месячных, обязательно следует обратиться к гинекологу, а не затягивать процесс самолечением в надежде на "аромапанацею" и другие средства.

### **Репеллентное действие**

При использовании в аромалампах оно действует как репеллент.

Гераниевое масло используют для борьбы с вшами, комарами, молью, мухами, москитами

### **Косметическое действие – «утог для морщин»**

Эфирное масло герани рекомендуется для специального ежедневного ухода за раздраженной, чувствительной и сухой кожей: ускоряет регенерацию клеток и восстанавливает эпидермис, устраняет воспаления, сыпь, шелушения, быстро регенерирует кожу после ожогов и обморожений. Масло герани применимо для контроля кожных инфекций, в том числе герпеса, хорошее противогрибковое средство. Благодаря его способности стимулировать лимфообращение и выведение токсинов, масло герани хорошо помогает при целлюлите.

### **Магическое действие**

Подчинено планетарному влиянию Венеры - ветреной, женственной, любвеобильной и вечно юной. Это делает масло герани одним из снадобий любовной магии, привораживающим, берущим в чувственный плен, защищающим от несчастной любви. Это средство помогает восполнить энергетические потери тем, кто пострадал от любовного соперничества. Во Франции, в старые времена, цветок герани прикалывали на грудь молодой девушке, как пожелание счастливой женской судьбы.



### **Эмоциональное воздействие эфирного масла герани**

Превосходно помогает справиться с резкими колебаниями настроения, плаксивостью, снимает нервное напряжение, устраняет депрессии. Повышает настроение, коммуникабельность. Активизирует умственный и физический потенциал у пожилых людей. Эфирное масло герани обновляет чувственность зрелых женщин: окрыляет, возвращает свежесть, яркость, силу и новизну ощущений. Вносит элементы мечтательности в любовные отношения.

Герань - древний женский аромат здоровья и долголетия. Выводит чувственность зрелых женщин на новый виток: окрыляет, возвращает свежесть, яркость, силу и новизну ощущений, помогая "отключиться" от внешних проблем и внутренне настроиться на романтический лад. Наполняет пышущей жаром энергией эротического магнетизма. Вносит элементы мечтательности и сентиментальности в любовные отношения. Смягчает терпкие и тягучие запахи пачули, иланг-иланга, добавляя в ароматные букеты ноту легкости и беззаботности.

### **Энергетическое равновесие**

Восстанавливает ауру после больших энергетических потерь вследствие конфликтов, стресса, неприятного общения. Вызывает ощущение повышенного комфорта. Настраивает тонкие структуры человека на получение необходимой энергии формирования целей и задач, дает возможность строить реальные планы и добиваться поставленных целей.

Герань - устраняет механизмы саморазрушения: комплекс неполноценности и зависимости от чужого мнения. Помогает восстанавливаться после неприятного общения или небольшой потери. Восстанавливает здоровую оценку поступков и мотиваций, помогает вернуть ауру эталонную форму.

### **Основные показания для внутреннего применения**

астении различные (дефицит коры надпочечников), поносы, гастроэнтерит, язвенная болезнь желудка, кровохарканье, диабет, камни мочевых путей, бесплодие, острицы, аскариды, рак.

### **Показания для наружного применения**

набухание молочных желез, раны, ожоги, язвы, обморожения, ангина, стоматиты, глосситы, афты, офтальмии, невралгии лицевые и при опоясывающем лишае, боли в желудке и в пояснице, дерматозы (лишаи, экземы сухие), рак матки, москиты (отпугивание), педикулез.

### **Меры предосторожности**

Не пользоваться более 3 недель, особенно людям, страдающим сахарным диабетом и повышенной свертываемостью крови. Не применять при беременности и детям до 6 лет. Для детей старше 6 лет использовать только в разведённом виде. Масло герани может вызвать раздражение у людей с аллергией к герани.

При нанесении на кожу возникает тепло и легкое покалывание в течение 1-2 минут. Реакция естественна.

### **Способы применения:**

#### **Целебное воздействие:**

- ингаляции горячие: 1-2 капли (3-5 минут)
- полоскания: 2-3 капли на стакан воды
- аромаванны: 4-7 капель
- общий массаж: 5 -10 капель на 30 мл базового масла



- растирания: 5-7 капель на 10 мл масла
- компрессы: 3-5 капель на стакан горячей воды
- тампоны (ушные): 2 капли на 10 мл базового масла
- аромалампы: 3-5 капель

**Косметическое воздействие:**

- обогащение косметических средств: 2 капли на 10 мл основы
- аромаванны 4-7 капель;
- растирания: 5-7 капель на 10 мл базового масла
- массаж антицеллюлитный: 7-15 капель на 30 мл базового масла

**Эмоциональное воздействие:**

- аромаванны: 4-7 капель
- аромалампы: 3-5 капель
- общий массаж: 5-10 капель на 30 мл базового масла

**Энергетическое равновесие:**

- аромалампы: 3-5 капель
- аромамедальоны: 1-2 капли

При зубной боли - примочки: ватный тампон смочить растительным маслом, нанести 1-2 капли гераниевого масла и приложить к жевательной поверхности зуба.

Сеансы ароматерапии с гераниевым маслом помогают при депрессии, переутомлении, нервном напряжении, состоянии страха и при некоторых формах импотенции. Для этих целей в аромалампу добавляют 2-3 капли смеси эфирных масел герани, сандала и иланг-иланга в соотношении 3:2:1.

При небольшом ожоге и начальных явлениях герпеса смазывать чистым маслом пораженное место.

Состав для увеличения груди. На 50 мл базового масла (любого, кроме жожоба) берется по 10 капель герани и иланг-иланга или 20 капель герани. Втирать в бюст 1-2 раза в день. В результате:

1. грудь стала более упругой (более наполненной что-ли)
2. растяжки стали менее заметными
3. как "побочный эффект" - месячные пришли вовремя и безболезненные (что само по себе необычно).