**МФК Ароматы растений и ароматерапия**

**Аннотация**

Ароматерапия - это древнейшая наука использования эфирных масел в косметологии, терапии, психологии, парфюмерном искусстве, эротике, а также в духовных практиках и культовых обрядах. Довольно часто эту науку называют искусством, поскольку ароматы всегда вызывают каскад искренних эмоций, обеспечивают пересмотр и наведение безукоризненного порядка в подсознании, куда человеку свойственно неряшливо сбрасывать информацию о значимых событиях жизни. Эфирные масла - многокомпонентные смеси летучих органических соединений (ароматических углеводородов), главным образом, терпенов и терпеноидов, вырабатываемые растением (корнями, древесиной, листьями, побегами, соцветиями, лепестками) и обуславливающие их запах. Однако следует знать, что ряд природных ароматических эссенций обладает выраженным токсическим, галлюциногенным, кардиотоническим действием. Например, эфирное масло полыни, белладонны, тысячелистника, ландыша, туи, пижмы для ароматерапии никогда не используются.

Курс лекций даст студентам общее представление о формировании аромата у растений, о физиологических особенностях органов обоняния у человека и животных, о методах измерения «силы» и структуры аромата и возможности влиять на него с помощью химических средств. После курса лекций студенты смогут на практике применить эфирные масла или их комбинации для улучшения психологического здоровья, повышения эмоционального фона и лечения различных заболеваний.

**Программа**

Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ

Что такое запах или аромат растений. Значение запахов растений в жизни человека. История ароматерапии.

Раздел 2. ФИЗИОЛОГИЯ, ФИЛОСОФИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ЗАПАХА.

**Физиологические процессы в организме человека, в результате которых он может чувствовать запах. Роль обоняния у человека и животных. Как обоняние влияет на работу мозга. Связь возможности различать запахи с работой нервной системы и мозга. Упоминание об аромате растений в работах известных философов и религиоведов. Влияние ароматов на психику и эмоции человека.**

Раздел 3. АРОМАТ КАК ПРОДУКТ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАСТЕНИЙ. СПОСОБЫ ЕГО ИЗМЕНЕНИЯ РАЗЛИЧНЫМИ МЕТОДАМИ.

Метаболический цикл образования ароматических углеводородов в растении. Компонентный состав аромата растений и биохимические основы его формирования. Возможность агрохимическими методами увеличивать содержание эфирных масел в растении. Возможность, с помощью химических средств усиливать или менять запах растущих или срезанных цветов.

Раздел 4. МЕТОДЫ АНАЛИЗА ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА КОМПОЗИЦИИ АРОМАТА. СПОСОБЫ ПОЛУЧЕНИЯ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ.

Современные инструментальные методы, с помощью которых можно «уловить» и «измерить» запахи растений. Ответ на вопрос, почему сейчас химическая промышленность не может синтезировать ароматы, идентичные натуральным. Способы получения эфирных масел: отжим, дистилляция и т.д. Выход эфирных масел у разных растений, почему же оно так дорого стоит.

Раздел 5. ОСОБЕННОСТИ АРОМАТЕРАПИИ. ЭФИРНЫЕ МАСЛА И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ В СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНЕ. СПОСОБЫ ПРИМЕНЕНИЯ ЭФИРНЫХ МАСЕЛ.

Особенности ароматерапии. Рекомендации по использованию наиболее распространенных базисных масел или растений для медицинских целей и в кулинарии. Эфирные масла, обладающие полезным или токсическим действием на человека. Способы применения эфирных масел: ингаляции, ароматические ванны, массаж, рефлексотерапия, растирание, увлажнение, освежение и дезинфекция воздуха, применение внутрь. Основные ароматические растения, эфирные масла и их лечебные свойства. Применение эфирных масел для профилактики и устранения негативных психологических состояний. Особенности ароматерапии для женщин (в том числе косметика и парфюмерия), детей и пожилых людей. Экстренная и первая медицинская помощь. Заболевания и состояния, при которых используют эфирные масла (сердечнососудистая система, заболевания крови, дыхательная система, желудочно-кишечный тракт, мочевыделительная система, опорно-двигательная система, кожа, инфекционные болезни, ротовая полость).

**Вопросы к аттестации:**

1. Вещества какой природы формируют аромат растений?
2. Почему из одних растений можно извлечь ароматические вещества, а из других нельзя?
3. Почему человек чувствует запах, физиология этого процесса?
4. Роль обоняния у человека и животных?
5. Чем и как точно определяют структуру аромата?
6. Можно ли влиять на аромат растений?
7. Регулирование эмоционального фона человека ароматами?
8. Полезные и токсичные эфирные масла?
9. Влияние эфирных масел на микроорганизмы, растения, животных и человека?
10. Как получают эфирные масла?
11. Какие эфирные масла применяют для профилактики и устранения негативных психологических состояний человека?
12. Особенности ароматерапии для детей и взрослых?
13. Какая может быть первая помощь с помощью эфирных масел?
14. Что должно входить аптечку для экстренных случаев?
15. Для чего и какие эфирные масла используют не в медицинских целях?
16. Заболевания и состояния, в которых используют эфирные масла?