

ФІТОТЕРАПІЯ ТА АРОМАТЕРАПІЯ

*Методичні вказівки
до проведення практичних занять
для магістрів 1-го курсу
IV медичного факультету*

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
Харківський національний медичний університет

ФІТОТЕРАПІЯ ТА АРОМАТЕРАПІЯ

***Методичні вказівки
до проведення практичних занять
для магістрів 1-го курсу
IV медичного факультету***

Затверджено
Вченою радою ХНМУ.
Протокол № 8 від 30.09.2020.

**Харків
ХНМУ
2020**

Фітотерапія та ароматерапія : метод. вказ. до проведення практ. занять для магістрів 1-го курсу ІV мед. фак-ту / упоряд. А. Г. Істомін, О. Л. Сивенко, О. В. Резуненко та ін. – Харків : ХНМУ, 2020. – 24 с.

Упорядники А. Г. Істомін
 О. Л. Сивенко
 О. В. Резуненко
 С. І. Латогуз
 О. В. Луценко
 А. А. Калюжка
 К. І. Терьошкін
 А. С. Сушецька
 О. І. Медовець
 Т. М. Павлова

Тема 1. Вступ. Поняття про лікарські рослини

Тривалість викладання теми: 2 заняття, 4 академічні години.

Обґрунтування теми. Фітотерапія – система специфічних методів лікування й профілактики захворювань з використанням фітопрепаратів, складова частина комплексної, превентивної та реабілітаційної терапії. Сучасна фітотерапія – самостійна медико-біологічна дисципліна. За даними ВООЗ (2003), розвиток фітотерапії є пріоритетним напрямком в оздоровленні населення, у профілактиці гострих та хронічних захворювань та покращанні якості життя.

Мета заняття. Ознайомлення з базовими поняттями про лікарські рослини.

Конкретні цілі:

Знати:

1. Джерела та етапи розвитку знань про лікарські рослини.
2. Задачі фітотерапії як наукової та навчальної дисципліни.

Вміти:

1. Застосовувати термінологічний апарат.
2. Визначати методи наукових досліджень у фітотерапії.

Графологічна структура теми

План заняття

1.	Вступ	10 хв
2.	Перевірка пройденого матеріалу	15 хв
3.	Ознайомлення з поняттям про лікарські рослини	20 хв
4.	Ознайомлення з класифікацією лікарських рослин	45 хв
5.	Розгляд значення лікарських рослин для живого організму	45 хв
6.	Ознайомлення з історією застосування лікарських рослин	30 хв
7.	Підведення підсумків	15 хв

Навчально-матеріальне забезпечення заняття. Конспект лекції, підручники та навчальні посібники, нові дані з періодичних видань.

Технологічна карта проведення практичного заняття

№ з/п	Навчальний теоретичний матеріал	Методичні дії
1	Знання пройденого матеріалу	Опитування студентів
2	Поняття про лікарські рослини	Ознайомлення з поняттям про лікарські рослини
3	Класифікації лікарських рослин	Розгляд класифікацій лікарських рослин
4	Значення лікарських рослин для живого організму	Розгляд значення лікарських рослин для живого організму
5	Історія застосування лікарських рослин	Розгляд історії застосування лікарських рослин
6		Закріплення теоретичних знань

Зміст

Лікарські рослини – рослини, що містять біологічно активні речовини та є джерелом отримання лікарської сировини, деяких продуктів

її переробки, препаратів для фітотерапії, арома- і гідротерапії, косметології, дієтології тощо, вихідних продуктів синтезу чи напівсинтезу. Використовують лікарські рослини у свіжому вигляді (наприклад, для отримання соків), а частіше висушеними цілими (наприклад, водорості) або лише окремі частини, які містять максимальну кількість діючих речовин.

Класифікації лікарських рослин певною мірою умовні, постійно доповнюються, тому класифікують лікарські рослини з урахуванням їх екології, фітоценології та життєвої форми, ступеня вивченості, статусу, домінування певних груп речовин, спрямованості терапевтичної дії та інших ознак. За мірою дослідженості, ступенем практичного упровадження та статусом лікарські рослини поділяють на *неофіційні*, тобто ті, що використовуються в народній медицині, та *офіційні*, або *офіційнальні* – досліджені в хімічному та фармакологічному відношеннях і дозволені до використання як лікарська рослинна сировина. Залежно від *хімічного складу* і домінування певних груп речовин лікарські рослини та сировина розподіляються на групи, які містять у значній кількості певні фармакологічно активні сполуки (вуглеводи, глікозиди, фенольні сполуки, ефірні олії, алкалоїди). Сучасні фітотерапевти керуються *фармакологічною* класифікацією. Вона виділяє групи лікарських рослин, що діють на серцево-судинну, шлунково-кишкову, центральну нервову, ендокринну та імунну системи, органи дихання, нирки і сечовивідні шляхи, шкіру тощо.

Фітотерапія має тисячолітню історію. Найвідоміші свідчення про лікування рослинами містить папірус Еберса (1570 р. до н.е.). У XVI ст. одержала розвиток ятрохімія – Парацельсом були розроблені методи очищення екстрактів і започатковано створення новогаленових лікарських препаратів. Досвід народного траволікування в Україні узагальнено в працях З. Болгаровича, М. А. Носалея та І. М. Носалея, О. Попова, Г. Смика, В. Комендаря, В. Копухи, Є. Товстухи та ін.

Ситуаційні задачі

1. Пацієнт 63 років знаходився в терапевтичному стаціонарі з приводу артрозо-артриту колінних суглобів, проходив амбулаторний курс фізичної реабілітації. В домашніх умовах використовував для компресів на суглоби власноруч виготовлену настоянку з лікарських рослин. Чи є даний метод самолікування альтернативою?

Відповідь. Фітозасоби мають бути рекомендовані лікарем та придбані в офіційній аптечній мережі.

2. Пацієнт 44 років має хронічне захворювання нирок. У рекомендований курс лікування в період відсутності загострення введено засоби фітотерапії, прийом яких пацієнтом здійснюється нерегулярно. Чи є така тактика лікування правильною?

Відповідь. Фітотерапію бажано проводити, не перериваючи курсу лікування, змінюючи склад зборів кожні 1–1,5 міс.

3. Пацієнтка 62 років має цукровий діабет 2-го типу, принципово не приймає рекомендовані лікарем синтетичні препарати, застосовуючи лише засоби фітотерапії. Чи є такий підхід до лікування виправданим?

Відповідь. Згідно з принципом комплексності лікувальних заходів, фітотерапія не є альтернативою іншим методам лікування. Для досягнення найкращих результатів її доцільно поєднувати з індивідуально призначеною лікарем медикаментозною терапією, фізіотерапією, дієтотерапією, лікувальною фізкультурою.

4. Пацієнтка 43 років проходить амбулаторний курс фізичної реабілітації після негоспітальної пневмонії без ускладнень. Як додатковий засіб приймає грудний збір. Чи є доцільним його застосування?

Відповідь. Так, на етапі одужання завдяки поєднанню з синтетичними препаратами і можливістю тривалого застосування фітотерапія активно займає місце основного методу лікування.

5. Хвора 54 років проходить курс фізичної реабілітації після закритого перелому дистального метаепіфізу променевої кістки. Чи можна призначити як засоби фітотерапії продукти рослинного походження, які рекомендовані для профілактики дефіциту кальцію?

Відповідь. Так, враховуючі стать та вік пацієнтки, основне захворювання (стан після перелому кістки), доцільно рекомендувати як засіб профілактики остеопорозу додати до харчового раціону чорне насіння кунжуту (в 100 г вміст кальцію становить 1000 мг), горіхи мигдалю (в 100 г вміст кальцію становить 276 мг).

Запитання до контролю знань

1. Як ви розумієте об'єкт і предмет вивчення навчальної дисципліни "Фіто- та ароматерапія"?

2. Якими вихідними поняттями апелює фітотерапія як медико-біологічна дисципліна?

3. Які існують класифікації лікарських рослин?

4. Дайте характеристику декільком класифікаціям лікарських рослин.

5. Яке значення лікарських рослин для живого організму?

6. Назвіть історичні віхи розвитку фітотерапії.

Рекомендована література

Базова

1. Аннамухаммедова О. О. Лікарські рослини : навч.-метод. посібник / О. О. Аннамухаммедова, А. О. Аннамухаммедов. – Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2004. – 204 с.

2. Кобзар А. Я. Клінічна фармакогнозія / А. Я. Кобзар. – Київ : Медицина, 2004. – 473 с.

3. Соколов С. Я. Фитотерапия и фитофармакология : рук-во для врачей / С. Я. Соколов. – Москва : Медицинское информационное агентство, 2000. – 976 с.

4. Чекман І. С. Клінічна фітотерапія / І. С. Чекман. – Київ : Видавництво А.С.К., 2003. – 552 с.

Допоміжна

1. Фітодовідник / Л. В. Бензель, П. В. Олійник, В. Є. Бабій. – Львів : Галицька видавнича спілка, 2004. – 292 с.

2. Головкин В. А. Эфирные масла – природные средства для профилактики и лечения простудных заболеваний дыхательных путей и легких / В. А. Головкин, Г. Ф. Кашенко. – Запорожье : Изд-во ЗГМУ, 2002. – 40 с.

3. Джулия Лоулесс. Энциклопедия ароматических масел / Лоулесс Джулия. – Москва : Крон-Пресс, 2000. – 288 с.

4. Марк Эванс. Ароматерапия / Эванс Марк. – Москва : Махаон, 2000. – 64 с.

5. Мінареченко В. М. Ресурсознавство. Лікарські рослини : навч.-метод. посібник / В. М. Мінареченко, П. І. Серета. – Київ : Фітосоціоцентр, 2004. – 71 с.

6. Товстуха Є. С. Фітотерапія / Є. С. Товстуха. – Київ : Здоров'я, 1991. – 192 с.

Інформаційні ресурси

<https://www.pharmencyclopedia.com.ua>

Тема 2. Основні питання фітотерапії.

Лікарська рослинна сировина.

Правила зберігання лікарської сировини.

Хімічний склад лікарських рослин.

Фактори впливу на фармакологічний ефект.

Фізіологічна дія на організм людини лікарських засобів рослинного походження

Тривалість викладання теми: 2 заняття, 4 академічні години.

Обґрунтування теми. Система специфічних методів лікування й профілактики захворювань з використанням фітопрепаратів. Фітотерапія є складовою частиною комплексної, превентивної та реабілітаційної терапії. Фітотерапія застосовується у національних системах охорони здоров'я переважної більшості країн, які розглядають її як складову частину не тільки народної, а й традиційної медицини.

Мета заняття. Ознайомлення з основними питаннями фітотерапії, лікарською рослинною сировиною, правилами зберігання лікарської сировини, з хімічним складом лікарських рослин, з факторами впливу на фармакологічний ефект та з фізіологічною дією на організм людини лікарських засобів рослинного походження.

Конкретні цілі:

Знати:

1. Термінологічний апарат.
2. Задачі фітотерапії як медико-біологічної дисципліни.
3. Правила та вимоги до заготівлі та зберігання лікарської сировини.

Вміст:

1. Оцінити стан лікарської сировини.
2. Оцінити фізіологічну дію на організм людини лікарських засобів рослинного походження.

Графологічна структура теми

План заняття

1.	Вступ	10 хв
2.	Перевірка пройденого матеріалу	15 хв
3.	Ознайомлення з лікарською рослинною сировиною	20 хв
4.	Ознайомлення з правилами та вимогами до заготівлі та зберігання лікарської сировини	45 хв
5.	Ознайомлення з хімічним складом лікарських рослин	30 хв
6.	Розгляд факторів впливу на фармакологічний ефект	15 хв
7.	Розгляд фізіологічної дії на організм людини лікарських засобів рослинного походження	35 хв
8.	Підведення підсумків	10 хв

Навчально-матеріальне забезпечення заняття. Конспект лекції, підручники та навчальні посібники, нові дані з періодичних видань.

Технологічна карта проведення практичного заняття

№ з/п	Навчальний теоретичний матеріал	Методичні дії
1	Знання пройденого матеріалу	Опитування студентів
2	Лікарська рослинна сировина	Ознайомлення з поняттям про лікарську рослинну сировину
3	Правила та вимоги до заготівлі та зберігання лікарської сировини	Ознайомлення з правилами та вимогами до заготівлі та зберігання лікарської сировини
4	Хімічний склад лікарських рослин	Розгляд хімічного складу лікарських рослин
5	Фактори впливу на фармакологічний ефект	Розгляд факторів впливу на фармакологічний ефект
6	Фізіологічна дія на організм людини лікарських засобів рослинного походження	Розгляд аспектів фізіологічної дії на організм людини лікарських засобів рослинного походження
7		Закріплення теоретичних знань

Зміст

Лікарська рослинна сировина – переважно цілі, здрібнені чи різані лікарські рослини, частини рослин, водорості, гриби, лишайники, зазвичай у висушеному, іноді свіжому вигляді. Лікарська рослинна сировина має відповідати вимогам стандартів і використовується для первинної переробки або для одержання лікарських субстанцій та препаратів.

До продуктів первинної переробки лікарської рослинної сировини належать жирна олія, воски, ефірна олія, смоли, камеді, масло-смоли, бальзами, висушений сік, молочний сік або латекс.

Існують ботанічна (за родинною ознакою), хімічна, фармакологічна і товарознавча класифікації лікарської рослинної сировини. Фармакологічну класифікацію використовують у фітотерапії, де лікарську

рослинну сировину поділяють на тонізуючу, седативну, діуретичну тощо. У товарознавстві за морфологічними ознаками виділяють такі категорії лікарської рослинної сировини: кора, квітки, суцвіття, листя, плоди, насіння, ягоди, трава тощо.

Речовини рослинного походження можна умовно розділити на чотири групи.

1. Фармакологічно активні речовини – це речовини, терапевтична активність яких однакова в чистому вигляді й у вигляді екстракту.

2. Речовини, які частково впливають на фармакологічну активність, їх терапевтичний ефект у чистому вигляді нижчий, ніж у складі екстракту.

3. Речовини-маркери – речовини без терапевтичної активності або біологічно активних речовин, які є специфічними для певних видів, родів або родин і дозволяють їх ідентифікувати.

4. Поширені речовини (речовини-космополіти) – хімічні сполуки, які наявні в рослинах багатьох родин.

Сировинну базу в Україні становлять дикорослі лікарські рослини, рослини, що культивуються, та імпортована сировина. Лікарська рослина сировина використовується підприємствами фармацевтичної, харчової, лікєро-горілчаної, парфумерно-косметичної галузі. Є загальні правила із заготівлі сировини різних морфологічних груп й індивідуальні інструкції для конкретної лікарської сировини.

Вимоги до пакування, маркування, транспортування й умов зберігання лікарської рослинної сировини регламентуються ДСТУ. Зберігання залежить від хімічного складу й морфологічної групи лікарської рослинної сировини.

Сухі речовини рослин можна поділити на дві групи: органічні й мінеральні. Органічні речовини, що утворюються в рослині або виділяються нею внаслідок обміну речовин, називають метаболітами. Їх поділяють на речовини первинного синтезу, або біосинтезу, і речовини вторинного синтезу.

Сучасна фармакогнозія вивчає лікарську рослинну сировину, що містить:

1. Первинні метаболіти: білки (рослинні ферменти тощо), жири, вуглеводи (оліго- та полісахариди), органічні кислоти.

2. Вторинні метаболіти: стероїди, терпеноїди, фенольні сполуки.

Окрім діючих речовин в рослинах завжди знаходяться так звані супутні речовини. Поряд з діючими і супутніми речовинами рослини містять так звані баластні речовини.

Сучасні фітотерапевти керуються фармакологічною класифікацією. Вона виділяє групи лікарських рослин, що діють на серцево-судинну, шлунково-кишкову, центральну нервову, ендокринну та імунну системи, органи дихання, нирки і сечовивідні шляхи, шкіру тощо.

На фармакокінетику і фармакодинаміку лікарських препаратів впливають екзогенні й ендогенні фактори. До екзогенних факторів належать хімічна будова та фізико-хімічні властивості препаратів, лікарська форма та шляхи її введення, дози ліків, режим харчування і склад їжі, фактори зовнішнього середовища, вплив часу доби тощо. До ендогенних факторів, що можуть суттєво вплинути на дію ліків, належать вік, стать, менструальний цикл, вагітність, наявність тих чи інших патологічних станів.

Ситуаційні задачі

1. Заготівлю липового цвіту проводили за межами міста, але недалеко від автомобільної траси. Чи буде придатною така рослинна сировина для подальшого терапевтичного застосування?

Відповідь. Ні, таку лікарську сировину не рекомендовано застосовувати – у рослини можуть потрапити токсиканти – газоподібні викиди з вмістом важких металів та канцерогенних сполук. При виборі районів і місць для заготівлі рослинної сировини необхідно врахувати екологічний стан довкілля.

2. Кору дубу збирали влітку для подальшої заготівлі та використання з лікувальною метою. Поясніть, яку помилку було допущено.

Відповідь. Кору збирають лише навесні, в період сокоруху – тоді вона добре відокремлюється від деревини. Для медичних потреб кору збирають лише з молодих гілок, коли вона не перевищує певної товщини; кора старих гілок і стовбурів вкрита товстим кірковим шаром мертвої тканини, яка не містить діючих речовин.

3. Збір рослинний для лікування від застуди було придбано на стихійному ринку, в пакеті без належного маркування. Чи будете ви рекомендувати цю рослинну сировину для подальшого застосування з лікувальною метою?

Відповідь. Ні, даний продукт не відповідає вимогам та стандартам лікарської рослинної сировини та не може застосовуватися до вживання.

4. Заготівлю квітів ромашки проводили в дощову погоду. Поясніть, яку помилку було допущено при заготівлі даної лікарської сировини?

Відповідь. Всі надземні частини рослин слід збирати тільки в суху погоду, коли вони обсохнуть від дощу або роси.

5. Зібрана трава череди (причепа) висушувалася на сонці. Чи вплине це на фармакологічні характеристики рослинної сировини?

Відповідь. Під впливом прямих сонячних променів руйнується хлорофіл як складова, що впливає на терапевтичні характеристики рослини. Такий процес висушування погіршить фармакологічні характеристики лікарської сировини.

Запитання до контролю знань

1. Лікарська рослинна сировина: назвіть класифікації.
2. Назвіть правила заготівлі, зберігання лікарської сировини.
3. Який хімічний склад лікарських рослин?
4. Назвіть фактори впливу на фармакологічний ефект лікарської сировини.
5. Опишіть фізіологічну дію на організм людини лікарських засобів рослинного походження.

Рекомендована література

Базова

1. Аннамухаммедова О. О. Лікарські рослини : навч.-метод. посібник / О. О. Аннамухаммедова, А. О. Аннамухаммедов. – Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2004. – 204 с.
2. Кобзар А. Я. Клінічна фармакогнозія / А. Я. Кобзар. – Київ : Медицина, 2004. – 473 с.
3. Соколов С. Я. Фитотерапия и фитофармакология : рук-во для врачей / С. Я. Соколов. – Москва : Медицинское информационное агентство, 2000. – 976 с.
4. Чекман І. С. Клінічна фітотерапія / І. С. Чекман. – Київ : Видавництво А.С.К., 2003. – 552 с.

Допоміжна

1. Фітодовідник / Л. В. Бензель, П. В. Олійник, В. Є. Бабій. – Львів : Галицька видавнича спілка, 2004. – 292 с.
2. Шретер А. П. Правила сбора и сушки лекарственных растений (сборник инструкций) / А. П. Шретер. – Москва : Медицина, 1985. – 328 с.
3. Справочник по заготовкам лекарственных растений / Д. С. Ивашин, З. Ф. Катина, И. З. Рыбачук и др. – 5-е изд., испр. и доп. – Киев : Урожай, 1989. – 280 с.

Інформаційні ресурси

<https://www.pharmencyclopedia.com.ua>

Тема 3. Терапевтичне застосування лікарських рослин.

Форми застосування лікарських рослин.

Фітотерапія захворювань органів дихання, серцево-судинної, нервової системи. Фітотерапія захворювань кишково-шлункового тракту, нирок та системи обміну речовин.

Протипоказання до застосування засобів фітотерапії

Тривалість викладання теми: 2 заняття, 4 академічні години.

Обґрунтування теми. Фітотерапія, або лікування лікарськими засобами рослинного походження, застосовується як самостійний вид лікування, а також як допоміжний у комплексі з іншими лікарськими засобами. Особливо ефективні фітотерапевтичні препарати в лікуванні

й профілактиці хронічних захворювань як потужний засіб реабілітаційного відновлювального впливу.

Мета заняття. Ознайомлення з терапевтичним застосуванням лікарських рослин та формами застосування лікарських рослин, з фітотерапією захворювань органів дихання, серцево-судинної, нервової системи, захворювань кишково-шлункового тракту, нирок та системи обміну речовин. Вивчення протипоказань до застосування засобів фітотерапії.

Конкретні цілі:

Знати:

1. Форми застосування лікарських рослин.
2. Терапевтичне застосування лікарських рослин при захворюваннях органів дихання, серцево-судинної, нервової системи, кишково-шлункового тракту, нирок та системи обміну речовин. Вивчення протипоказань до застосування засобів фітотерапії.
3. Протипоказання до застосування засобів фітотерапії.

Вміти:

1. Оцінити вплив засобів фітотерапії як допоміжного методу.
2. Оцінити індивідуальні протипоказання до застосування засобів фітотерапії.

Графологічна структура теми

План заняття

1.	Вступ	10 хв
2.	Перевірка пройденого матеріалу	15 хв
3.	Ознайомлення з терапевтичним застосуванням лікарських рослин, формами застосування лікарських рослин	20 хв
4.	Ознайомлення з фітотерапією захворювань органів дихання, серцево-судинної та нервової систем	45 хв
5.	Ознайомлення з фітотерапією захворювань кишково-шлункового тракту, нирок та системи обміну речовин	45 хв
6.	Розгляд протипоказань до застосування засобів фітотерапії	30 хв
7.	Підведення підсумків	15 хв

Навчально-матеріальне забезпечення заняття. Конспект лекції, підручники та навчальні посібники, нові дані з періодичних видань.

Технологічна карта проведення практичного заняття

№ з/п	Навчальний теоретичний матеріал	Методичні дії
1	Знання пройденого матеріалу	Опитування студентів
2	Терапевтичне застосування лікарських рослин. Форми застосування лікарських рослин	Ознайомлення з терапевтичним застосуванням лікарських рослин, з формами застосування лікарських рослин
3	Фітотерапія захворювань органів дихання, серцево-судинної, нервової системи.	Розгляд аспектів фітотерапії захворювань органів дихання, серцево-судинної, нервової системи

№ з/п	Навчальний теоретичний матеріал	Методичні дії
4	Фітотерапія захворювань кишково-шлункового тракту, нирок та системи обміну речовин	Розгляд аспектів фітотерапії захворювань кишково-шлункового тракту, нирок та системи обміну речовин
5	Протипоказання до застосування засобів фітотерапії	Вивчення протипоказань до застосування засобів фітотерапії
6		Закріплення теоретичних знань

Зміст

Основна фармакологічна дія лікарських засобів рослинного походження – зменшувати обсяг і тяжкість пошкоджень різних органів і тканин, підвищувати опірність організму шкідливим діям факторів зовнішнього середовища. Фітопрепарати мають свої характерні особливості: поступовий, повільний розвиток терапевтичного ефекту, м'яку, помірну дію, як правило, тільки пероральне введення або зовнішнє застосування. Наведені характеристики є тим чинником, який визначає застосування фітотерапії: лікування і профілактика загострень хронічних захворювань, захворювання серцево-судинної системи, органів дихання й травлення, печінки, жовчних протоків, нирок, сечовивідних шляхів та ін. Переваги фітотерапії перед іншими методами лікування: біологічна спорідненість між активними речовинами рослин і фізіологічно активними речовинами організму, рослинна сировина й препарати з неї, як правило, сумісні з синтетичними лікарськими засобами; полівалентність (різностороння спрямованість дії) рослин, можливість одночасного лікування рослинами основного й супутнього захворювання; простота приготування фітопрепаратів у домашніх умовах; лікарські рослини найбільш ефективні при функціональних розладах організму, легких формах захворювань, для підвищення лікувального ефекту специфічної терапії, у період підтримуючого лікування; загальний оздоровлюючий ефект більшості лікарських рослин, що діють комплексно й стимулюють захисні сили організму, такі, що підвищують імунітет.

Укріпленню позицій фітотерапії сприяло наукове обґрунтування її принципів.

1. Принцип етапності застосування.
2. Принцип системності й ієрархії ґрунтується на положенні про цілісність організму, єдність його з навколишнім середовищем.
3. Індивідуалізація лікування з урахуванням особливостей конкретного організму, умов його життя, характеру захворювання становлять основу принципу адекватності фітотерапії.
4. Принцип безперервності терапії.
5. Часовий принцип – використання біоритмологічних характеристик як у функціонуванні організму, так і в ефективності ліків.
6. Принцип малих і середніх доз.

Фітотерапія порушень серцево-судинної системи: для підвищення скорочувальної функції міокарда та хвилинного об'єму крові – серцеві глікозиди (наперстянка пурпурна, конвалія майська); кардіотонічні засоби – квітки та плоди глоду; антигіпоксичні засоби – листя та квітки липи серделистої, листя берези; для нормалізації водно-електролітного балансу (діуретичний ефект) – спориш звичайний, хвощ польовий; покращання метаболічних процесів у міокарді – сухоцвіт багновий, глід. Препарати з лікарських рослин, що використовують для лікування ІХС, розширюють коронарні судини й поліпшують постачання кисню до міокарда (корені раувольфії зміїної), підвищують стійкість серцевого м'яза до гіпоксії внаслідок зміни обміну речовин, поліпшують окислювально-відновні реакції в серцевому м'язі (листя кропиви собачої, квітки нагідок лікарських).

Фітотерапія захворювань дихальних шляхів – відновлення дренажної функції бронхів: муколітики (алтей лікарський, солодка гола), мукорегулятори: ефірні олії та фітонциди (сосна звичайна, евкаліпт), відхаркувальні рефлекторної дії (іпекакуана, термопсис ланцетовидний), протизапальна активність (звіробій звичайний, ромашка аптечна, шавлія лікарська), усунення гіпоксії (ліпа серделиста, меліса лікарська, смородина чорна, ісландський мох), дезінтоксикаційна терапія (розтопша плямиста, алое деревовидне, ліпа серделиста).

В фітотерапії захворювань кишково-шлункового тракту застосовують лікарські рослини протизапальної та седативної дії – екстракти квіток ромашки, кореневищ з коренями валеріани. Симптоматична фітотерапія спрямована на створення в'язучого, обволакаючого, спазмолітичного ефектів: препарати коренів солодки та алтею, листя мати-й-мачухи.

Фітотерапія при порушеннях обміну речовин полягає у нормалізації загального обміну речовин та стабілізації вуглеводного обміну: бузина чорна, суниця, кропива дводомна, подорожник, спаржа, деревій, квасоля, цикорій, чорниця, шипшина.

Протипоказанням до застосування засобів фітотерапії є поліноз – алергія на рослини. Особливості фармакологічного складу лікарських рослин та їх терапевтичної дії необхідно враховувати при їх призначенні.

Ситуаційні задачі

1. Як адаптоген пацієнтці 20 років, що проходить курс фізичної реабілітації після травматичного ушкодження зв'язок гомілкового суглобу з супутньою вегетативно-судинною дистонією за гіпотонічним типом, рекомендовано препарати китайського лимонника. Вкажіть протипоказання до використання цього фітозасобу.

Відповідь. Протипоказанням до використання препаратів китайського лимонника є безсоння, гіпертонія, захворювання серцево-судинної системи.

2. Як тонізуючий засіб пацієнту було рекомендовано препарати із кореня женьшеню. Якими препаратами за відсутності останніх їх можна замінити?

Відповідь. За відсутності тонізуючих препаратів із коренів женьшеню в аптеці їх можна замінити препаратами рідкого екстракту елеутерококу колючого.

3. Членам спортивної команди з волейболу в весняний період спортивний лікар призначив синтетичні полівітамінні препарати. Які засоби фітотерапії ви можете рекомендувати як альтернативу? Які рослини мають полівітамінні властивості та мають бути в харчовому раціоні кожної людини?

Відповідь. Альтернативу синтетичним полівітамінним препаратам становлять такі засоби фітотерапії, як: вітамінний збір № 1, в складі якого плоди шипшини та плоди чорної смородини, вітамінний збір № 2 з плодів шипшини та плодів горобини. Лікарські рослини і сировина, які містять вітаміни та мають бути в раціоні людини кожного дня – це шипшина, обліпіха крушиновидна, кукурудза звичайна, калина звичайна, чорна смородина, суниці лісові, перець стручковий однорічний, гарбуз звичайний, морква посівна.

4. Пацієнтка 45 років проходить амбулаторний курс фізичної реабілітації після гострого бронхіту, без ускладнень. Як додатковий засіб приймає відвар кореню солодки. Чи є, на вашу думку, доцільним його застосування? Якими препаратами за відсутності останнього його можна замінити?

Відповідь. Так, на етапі одужання завдяки поєднанню з синтетичними препаратами і можливості тривалого застосування фітотерапія активно займає місце основного методу лікування. В офіційній вітчизняній медицині використовують ряд готових лікарських форм рослинних фармацевтичних препаратів, зокрема: сироп лакричного кореня (корінь солодки голої), пектусин (містить екстракт чебрецю), мукалтин (з алтеї лікарської) та ін.

5. Пацієнт 43 років проходить курс фізичної реабілітації з приводу остеохондрозу попереково-крижового відділу хребта, скаржить на психоемоційне перенавантаження на роботі. За порадою невропатолога, приймає фітотерапевтичні препарати. Які лікарські рослини застосовують при захворюваннях нервової системи?

Відповідь. При захворюваннях нервової системи частіше за все використовуються рослини, що володіють седативною дією: валеріана лікарська, собача кропива п'ятилопатева і звичайна, меліса звичайна, м'ята перцева, материнка звичайна, лаванда колоскова, хміль звичайний.

Запитання до контролю знань

1. Охарактеризуйте терапевтичне застосування лікарських рослин.
2. Назвіть форми застосування лікарських рослин.
3. Назвіть засоби фітотерапії захворювань органів дихання, серцево-судинної, нервової системи.
4. Назвіть засоби фітотерапії захворювань кишково-шлункового тракту, нирок та системи обміну речовин.
5. Перерахуйте загальні протипоказання до застосування засобів фітотерапії.

Рекомендована література

Базова

1. Сучасна фітотерапія : навч. посібник / С. В. Гарна, І. М. Владимірова, Н. Б. Бурд та ін. – Харків : Друкарня Мадрид, 2016. – 580 с.
2. Кобзар А. Я. Клінічна фармакогнозія / А. Я. Кобзар. – Київ : Медицина, 2004. – 473 с.
3. Соколов С. Я. Фитотерапия и фитотерапевтика : рук-во для врачей / С. Я. Соколов. – Москва : Медицинское информационное агентство, 2000. – 976 с.
4. Чекман І. С. Клінічна фітотерапія / І. С. Чекман. – Київ : Видавництво А.С.К., 2003. – 552 с.

Допоміжна

1. Фітодовідник / Л. В. Бензель, П. В. Олійник, В. Є. Бабій. – Львів : Галицька видавнича спілка, 2004. – 292 с.
2. Марк Эванс. Ароматерапия / Эванс Марк. – Москва : Махаон, 2000. – 64 с.
3. Мінареченко В. М. Ресурсознавство. Лікарські рослини : навч.-метод. посібник / В. М. Мінареченко, П. І. Середа. – Київ : Фітосоціоцентр, 2004. – 71 с.
4. Товстуха Є. С. Фітотерапія / Є. С. Товстуха. – Київ : Здоров'я, 1991. – 192 с.

Інформаційні ресурси

1. <http://ru.osvita.ua>
2. <http://dspace.nuph.edu.ua>
3. <https://www.pharmencyclopedia.com.ua>

Тема 4. Ароматерапія як ефективний лікувальний та профілактичний засіб. Вплив ароматерапії на функціональний стан органів та систем організму людини. Ароматерапія як потужний профілактичний засіб. Основні способи застосування ароматерапії. Дозування ефірних олій. Терапевтичні композиції ефірних олій. Сумісність та поєднання засобів ароматерапії з іншими методами оздоровлення

Тривалість викладання теми: 2 заняття, 4 академічні години.

Обґрунтування теми. Одним із загальноприйнятих методів альтернативної медицини є лікування запахами – ароматерапія. Вона відіграє важливу роль на початкових етапах захворювання, а у розпал хвороби її використовують як засіб додаткової терапії.

Мета заняття. Ознайомлення з предметом, методами та засобами ароматерапії.

Конкретні цілі:

Знати:

1. Термінологічний апарат.
2. Основні задачі ароматерапії як ефективного лікувального та профілактичного засобу.

3. Основні методи наукових досліджень в методиках ароматерапії.

Вміти:

1. Складати терапевтичні композиційні ефірні олії.
2. Призначати правильне дозування ефірних олій.

Графологічна структура теми

План заняття

1.	Вступ	10 хв
2.	Перевірка пройденого матеріалу	15 хв
3.	Ознайомлення з ароматерапією як ефективним лікувальним та профілактичним засобом, впливом ароматерапії на функціональний стан органів та систем організму людини	20 хв
4.	Ознайомлення з ароматерапією як потужним профілактичним засобом	25 хв
5.	Ознайомлення з основними способами застосування ароматерапії	20 хв
6.	Ознайомлення з дозуванням ефірних олій	15 хв
7.	Розгляд терапевтичних композицій ефірних олій	30 хв
8.	Розгляд сумісності та поєднання засобів ароматерапії з іншими методами оздоровлення	30 хв
9.	Підведення підсумків	15 хв

Навчально-матеріальне забезпечення заняття. Конспект лекції, підручники та навчальні посібники, нові дані з періодичних видань.

Технологічна карта проведення практичного заняття

№ з/п	Навчальний теоретичний матеріал	Методичні дії
1	Знання пройденого матеріалу	Опитування студентів
2	Ароматерапія як ефективний лікувальний та профілактичний засіб. Вплив ароматерапії на функціональний стан органів та систем організму людини	Ознайомлення з поняттям "ароматерапія" як ефективним лікувальним та профілактичним засобом та впливом ароматерапії на функціональний стан органів та систем організму людини
3	Ароматерапія як потужний профілактичний засіб	Розгляд ароматерапії як потужного профілактичного засобу
4	Основні способи застосування ароматерапії	Розгляд основних способів застосування ароматерапії
5	Дозування ефірних олій	Розгляд основних способів дозування ефірних олій

№ з/п	Навчальний теоретичний матеріал	Методичні дії
6	Терапевтичні композиції ефірних олій	Розгляд основних терапевтичних композицій ефірних олій
7	Сумісність та поєднання засобів ароматерапії з іншими методами оздоровлення	Розгляд сумісності та поєднання засобів ароматерапії з іншими методами оздоровлення
8		Закріплення теоретичних знань

Зміст

Ароматерапія (грец. *aroma* – запашна трава + *therapeia* – догляд, лікування) – метод терапії з застосуванням ефірних олій, які вводяться в організм через дихальні шляхи (вдиханням, інгаляцією) і через шкіру (масаж, компрес та ін.).

Властивості ефірних олій: мають бактерицидну, протизапальну й антисептичну дію; благотворно діють на нервову систему – емоційно заспокоюють і стабілізують психічне здоров'я; володіють позитивним дерматологічним і косметичним ефектами, відновлюючи і зберігаючи здоров'я і красу шкіри і волосся; оновлюють механізми саморегуляції в організмі. Якість ефірної олії характеризується органолептичними властивостями: прозорість, однорідність, відсутність осаду і включень; фізико-хімічними властивостями, якісним і кількісним складом.

Ароматерапевтичні процедури – метод ароматерапевтичного догляду, спрямований на досягнення бажаного терапевтичного ефекту. Умовно ароматерапевтичні процедури поділяють на процедури загальної та місцевої дії. Критерієм оцінки правильного добору ароматерапевтичних процедур є самопочуття клієнта (пацієнта) під час сеансу. Добір аромакомпозиції та дозування проводять у присутності клієнта. У разі виникнення ознак непереносимості (ідіосинкразії) необхідно відразу припинити використання цієї аромакомпозиції. Одна з найважливіших переваг аромакомпозицій – різноманіття способів їх застосування: масаж, аромаванни, компреси та ін.

Аромалампа – спеціальний контейнер (чаша), обладнана джерелом тепла, що забезпечує випаровування ефірних олій.

Ароматичні ванни завдяки високій проникаючій здатності аромаречовини, яка швидко всмоктується шкірою, виявляють лікувально-профілактичну дію. Аромаванни можуть бути *гарячими й прохолодними, загальними та місцевими* (для рук, ніг). *Загальна аромаванна* – додавання безпосередньо в воду ефірних олій (10–15 крапель на 200 л води) чи препаратів, що містять ефірні олії. При використанні аромапрепаратів 15–30 мл (1–2 столові ложки препарату для ванни) змішати зі струменем теплої води у ванні. Час процедури – 5–30 хв. Рекомендується проводити не частіше ніж через день, на курс – 10–12 сеансів. *Місцеві ванни* можна робити в домашніх умовах, використовуючи необхідну ємкість, куди занурюють руки чи ноги. Температура води в таких ван-

нах може бути постійною, контрастною чи поступово підвищуватися залежно від мети процедури. Тривалість теплих і гарячих ванн при постійній температурі води – 10–20 хв, холодних – 5–10 хв. Курс включає від 7 до 14 процедур, що проводять щоденно або через день.

Компреси можуть бути зігрівальними, гарячими або холодними, сухими й вологими залежно від очікуваного результату. В компресах використовують протизапальну, протинабрякову, знеболювальну, спазмолітичну дію ефірних олій. Застосування компресів може бути 1–2 рази на день, на курс – 12–15 компресів. Час процедури – 5 – 40 хв.

Обгортання рекомендується при ожирінні, целюліті, набрякlostі як тонізуюча процедура. Для проведення цієї процедури готують водний розчин ефірних олій: на 2 л води очищеної (температура 25–30 °С) додають до 10 крапель ефірної олії чи комплексу ефірних олій. Потім приготовлену сумішню змочують простирадло, віджимають, швидко і щільно обгортають ним тіло. Тривалість цієї процедури – не більше 60 хв. На курс призначають 15–20 обгортань.

Сауна, лазня. У безпечному місці над нагрівачем сауни поміщають у ємності із широким горлом водяний розчин аромакомпозиції з ефірної олії чи суміші ефірних олій у розрахунку 1 столова ложка на 5 м² приміщення. За 1 хв до виходу виплеснути на розпечені камені трохи водяного розчину аромакомпозиції. Тривалість цієї аромапроцедури – 3–5 хв, можна збільшувати і до 10–15 хв.

Ситуаційні задачі

1. Пацієнтка 36 років проходить амбулаторний курс фізичної реабілітації після гострого бронхіту, без ускладнень. Самостійно в домашніх умовах застосовує аромалампу з ефірними оліями. Після сеансу відчула головний біль та припинила застосування даної методики. Чи є така тактика правильною?

Відповідь. Критерієм оцінки правильного добору ароматерапевтичних процедур є самопочуття пацієнта під час сеансу. Добір аромакомпозиції та дозування проводять індивідуально. У разі виникнення ознак непереносимості необхідно відразу припинити використання цієї аромакомпозиції.

2. Пацієнтці 66 років, яка страждає на обмінний поліартрит з ураженням дрібних суглобів стоп, без стадії загострення, рекомендовано в домашніх умовах проведення місцевих аромаванн для ніг. Які ще методи застосування ароматерапії можливі в даній ситуації?

Відповідь. Одним із методів застосування ефірних олій є компреси, за допомогою яких використовують протизапальну, протинабрякову, знеболювальну, спазмолітичну дію ефірних олій. У воду необхідної температури додають 5–7 крапель ефірної олії, після чого змочують у приготовленому розчині бавовняну тканину, віджимають, при-

ладають до суглобів і закріплюють сухою тканиною. Час процедури – 5–40 хв.

3. Пацієнтці 41 року, яка проходить амбулаторний курс фізичної реабілітації з приводу остеохондрозу попереково-крижового відділу хребта, додатково рекомендований у домашніх умовах курс ароматичних ванн із хвойним екстрактом. Як правильно проводиться така процедура?

Відповідь. В налиту у ванну прісну воду (180–200 л) температурою 35–37 °С додають 50–70 мл хвойного екстракту, ретельно перемішують воду. Тривалість процедури ароматичної ванни – 12–15 хв. Процедури проводять через день з перервою на третій день. На курс лікування – 15–20 процедур. Після процедури необхідний відпочинок протягом 20–30 хв. Повторний курс ароматичних ванн проводять через 2–3 міс.

4. Пацієнтці 27 років при застуді терапевт призначив схему лікування. Які рекомендації з фітотерапії доцільні в даній ситуації?

Відповідь. В фітотерапії при застудних захворюваннях застосовують "противірусні бальзами" такого складу: ефірні олії розмарину – 5 крапель, евкаліпту або ялиці – 5 крапель, м'яти – 5 крапель, соняшникової олії – 50 мл. Цією композицією розтирають шию, груди, спину, стопи при застуді.

5. Пацієнтка 31 року має аліментарне ожиріння II ст. У схему комплексного лікування додано застосування обгортань з ароматичними оліями. Яка основна методика проведення даного впливу?

Відповідь. Для проведення процедури готують водний розчин ефірних олій: на 2 л води очищеної (температура 25–30 °С) додають до 10 крапель ефірної олії чи комплексу ефірних олій. Потім приготовленою сумішшю змочують простирадло, віджимають, швидко і щільно обгортають ним тіло. Тривалість цієї процедури – не більше 60 хв. На курс призначають 15–20 обгортань.

Запитання до контролю знань

1. Ароматерапія як ефективний лікувальний та профілактичний засіб. 2. Охарактеризуйте вплив ароматерапії на функціональний стан органів та систем організму людини.

3. Дайте характеристику ароматерапії як потужного профілактичного засобу.

4. Перерахуйте основні способи застосування ароматерапії.

5. Які основні вимоги дозування ефірних олій?

6. Назвіть основні терапевтичні композиції ефірних олій.

7. Охарактеризуйте сумісність та поєднання засобів ароматерапії з іншими методами оздоровлення.

Рекомендована література

Базова

1. Войткевич С. А. Эфирные масла для парфюмерии и ароматерапии / С. А. Войткевич. – Москва : Пищевая промышленность, 1999. – 329 с.

2. Основы практической аромологии : учеб. пособие / под ред. А. Г. Башуры. – Харьков : Прапор, НФАУ, 1999. – 160 с.

3. Башура О. Г. Практичне керівництво з аромокосметичних засобів / О. Г. Башура, І. І. Баранова. – Харків : вид-во НФАУ : Золоті сторінки, 2003. – 79 с.

4. Дудченко Л. Г. Ароматерапия и аромамассаж / Л. Г. Дудченко, Г. П. Потєбня, Н. А. Кривенко. – Киев : Изд. Дом "Максимум", 1999. – 352 с.

5. Порада А. М. Основи фізичної реабілітації: навч. посібник / А. М. Порада, О. В. Солодовник, Н. Є. Прокопчук. – 2-е вид. – Київ : Медицина, 2008. – 246 с.

Допоміжна

1. Маколкин В. И. Внутренние болезни / В. И. Маколкин, С. И. Овчаренко. – Москва, 1994.

2. Медицинская реабилитация : рук-во для врачей / под ред. В. А. Епифанова. – Москва : МЕДпресс-информ, 2008. – 328 с.

Інформаційні ресурси

1. <http://dspace.nuph.edu.ua>

2. <https://www.pharmencyclopedia.com.ua>

3. <https://zhyvyaktyvno.org>

Тема 5. Аромамасаж як засіб лікування та відновлення.

Основні терапевтичні ефекти аромамасажу.

Рекомендації щодо проведення процедур аромамасажу.

Протипоказання до застосування аромамасажу.

Методики аромамасажу. Особливості застосування видів аромамасажу залежно від лікувальних ефектів

Тривалість викладання теми: 2 заняття, 4 академічні години.

Обґрунтування теми. Ароматерапевтичний масаж забезпечує швидке поліпшення і відновлення функцій і структур окремих систем і органів, чинить стимулюючий чи розслаблюючий вплив, знеболює, зміцнює, розширює адаптаційні можливості людини, є одним з дієвих способів підвищення стійкості організму до впливу несприятливих факторів зовнішнього середовища, в тому числі радіації, промислового забруднення середовища та ін.

Мета заняття. Ознайомлення з принципами застосування аромамасажу як засобу лікування та відновлення.

Конкретні цілі:

Знати:

1. Термінологічний апарат.
2. Принципи поєднання ароматерапевтичного масажу з іншими факторами відновного лікування.

Вміти:

1. Оцінювати показання до застосування аромомасажу.
2. Визначати протипоказання до застосування аромомасажу.

Графологічна структура теми

План заняття

1.	Вступ	10 хв
2.	Перевірка пройденого матеріалу	15 хв
3.	Ознайомлення з аромомасажем як засобом лікування та відновлення, з основними терапевтичними ефектами аромомасажу	20 хв
4.	Ознайомлення з рекомендаціями щодо проведення процедур аромомасажу, з протипоказаннями до його застосування	45 хв
5.	Розгляд методик аромомасажу	45 хв
6.	Розгляд особливостей застосування видів аромомасажу залежно від лікувальних ефектів	30 хв
7.	Підведення підсумків	15 хв

Навчально-матеріальне забезпечення заняття. Конспект лекції, підручники та навчальні посібники, нові дані з періодичних видань.

Технологічна карта проведення практичного заняття

№ з/п	Навчальний матеріал	Методичні вказівки
1	Знання пройденого матеріалу	Опитування студентів
2	Аромомасаж як засіб лікування та відновлення. Основні терапевтичні ефекти аромомасажу	Ознайомлення з поняттям аромомасажу як засобу лікування та відновлення, з основними терапевтичними ефектами аромомасажу
3	Рекомендації щодо проведення процедур аромомасажу. Протипоказання до застосування аромомасажу	Розгляд рекомендацій щодо проведення процедур аромомасажу, протипоказань до застосування аромомасажу
4	Методики аромомасажу	Розгляд методик аромомасажу
5	Особливості застосування видів аромомасажу залежно від лікувальних ефектів	Розгляд особливостей застосування видів аромомасажу залежно від лікувальних ефектів
6		Закріплення теоретичних знань

Зміст

Аромомасаж об'єднує прийоми механічного впливу у вигляді погладження, розтирання, розминання, вібрації і впливу ароматичних речовин на організм людини через шкіру, нюх і шляхом вдихання.

В основі лікувального впливу аромомасажу: шкірно-рефлекторна дія – лікування гострих та хронічних периферичних больових синдромів (ефірні олії м'яти перцевої, насіння гірчиці, плодів стручкового перцю, живиця сосни звичайної, листя базилику); протинабрякова

дія – при лімфостазі, наслідках інфільтративних процесів, місцевих набряках застосовуються ефірні олії м'яти перцевої, камфорного дерева, кінського каштану; анальгезуючу дію чинять олії сосни та ялиці, чебрецю, полину звичайного, лаванди, троянди, лавру, шавлії, м'яти перцевої; дезінфікуюча, бактерицидна, протівірусна дія найбільшою мірою притаманна ефірним оліям евкалипту, сосни та ялиці, лавру, лимону, м'яти, шавлії, чебрецю та лаванди; загальною седативною дією з міорелаксацією володіють ефірні олії лаванди, полину, чебрецю, м'яти, розмарину, шавлії, материнки; до загальнотонізуючих засобів, що поліпшують настрій, покращують працездатність, належать ефірні олії базилика, полину лимонного та таврійського.

Під час проведення процедур аромамасажу слід враховувати стать, вік, індивідуальні особливості пацієнта, особливості конституції та вегетативної реактивності та стан шкіри. Ароматерапевтичний масаж за впливом більш м'який і ніжний, легше і швидше відбувається розігрівання тканин; пролонгація масажного ефекту на 40–90 хв порівняно з класичним масажем. Ефективність ароматерапевтичного масажу залежить від його тривалості (мінімальний час – 20 хв) та правильно підбраної композиції ефірних і жирних олій. Розчин для масажу, як правило, готують щоразу перед процедурою.

Дозування ефірної олії на одну процедуру залежить від виду впливу та може коливатись від 1–2 крапель на одну пунктурну зону до 2–3 мл на 300–400 см² поверхні шкіри.

Абсолютними протипоказаннями до проведення аромамасажу є інфекції та гострі запальні та гнійні процеси з високою температурою тіла (38,0 °C); кровотечі та схильність до них; захворювання крові та злоякісні пухлини; мікробні та грибові ушкодження шкіри; гострі порушення крово- та лімфообігу; декомпенсовані форми внутрішніх, нервових та інших захворювань, індивідуальна непереносимість деяких ароматів та запахів.

Застосування ефірних олій сумісне з клімато-, бальнео-, гідро-, кінезіо-, психотерапією та іншими методами природного оздоровлення. При поєднанні з фізичними методами лікування на одну зону впливу в один день процедура аромамасажу має бути завершальною.

Ситуаційні задачі

1. Пацієнт 55 років проходить курс фізичної реабілітації з приводу остеохондрозу попереково-крижового відділу хребта, має супутнє захворювання крові з порушенням проникливості судинної стінки. Чи можна йому призначити аромамасаж?

Відповідь. Одним з протипоказань до проведення процедур масажу є підвищена кровоточивість та схильність до них, тому даний терапевтичний вплив проводити не рекомендовано.

2. Пацієнтка 51 року проходить амбулаторний курс фізичної реабілітації після негоспітальної пневмонії, без ускладнень. Додатково призначено масаж грудної клітки з використанням аромокомпозицій ефірних олій. Яка загальна тактика проведення даного впливу?

Відповідь. Аромомасаж об'єднує два методи впливу: безпосередньо сам масаж і ароматерапевтичну процедуру з проникненням ефірних олій крізь шкіру. Проведення процедур аромомасажу враховує наявність протипоказань до проведення масажу в цілому та індивідуальний підбір аромокомпозицій з урахуванням алергоанамнезу пацієнта.

3. Пацієнтка 57 років проходить курс санаторно-курортного лікування з проводу патології суглобів. До загальної схеми лікування включені процедури аромомасажу. Чи поєднується даний терапевтичний вплив з іншими методами санаторно-курортного лікування?

Відповідь. Застосування ефірних олій сумісне з клімато-, бальнео-, гідро-, кінезіо-, психотерапією та іншими методами природного оздоровлення. При поєднанні з фізичними методами лікування на одну зону впливу в один день процедура аромомасажу має бути завершальною.

4. Під час проведення процедури аромомасажу масажист наносить ефірні олії безпосередньо на шкіру пацієнта. Яка помилка допущена?

Відповідь. Не можна наносити олію безпосередньо на шкіру пацієнта, капати її на пальці масажиста. Найбільш ефективний спосіб нанесення аромоолії: налити чайну ложку суміші (120 г основної масажної олії з 12 краплями аромоолії) на середину долоні, розподілити між долонями, а потім нанести олію масажними рухами на зони масажу пацієнта.

5. Під час проведення процедури аромомасажу масажист використав завчасно складену аромокомпозицію ефірних олій. Яка помилка допущена?

Відповідь. Добір аромокомпозиції для проведення аромомасажу проводять індивідуально для кожного пацієнта з урахуванням основного та супутнього захворювань, алергоанамнезу та безпосередньо перед проведенням аромомасажу.

Запитання до контролю знань

1. Дайте визначення аромомасажу як засобу лікування та відновлення.
2. Назвіть основні терапевтичні ефекти аромомасажу.
3. Вкажіть основні рекомендації щодо проведення процедур аромомасажу.
4. Перерахуйте протипоказання до застосування аромомасажу.
5. Які методики аромомасажу вам відомі?
6. Назвіть особливості застосування видів аромомасажу залежно від лікувальних ефектів.

Рекомендована література

Базова

1. Войткевич С. А. Эфирные масла для парфюмерии и ароматерапии / С. А. Войткевич. – Москва : Пищевая промышленность, 1999. – 329 с.
2. Основы практической аромологии : учеб. пособие / под ред. А. Г. Башуры. – Харьков : Прапор, НФАУ, 1999. – 160 с.
3. Башура О. Г. Практичне керівництво з аромокосметичних засобів / О. Г. Башура, І. І. Баранова – Харків : вид-во НФАУ : Золоті сторінки, 2003. – 79 с.
4. Дудченко Л. Г. Ароматерапия и аромамассаж / Л. Г. Дудченко, Г. П. Потебня, Н. А. Кривенко. – Киев : Изд. Дом "Максимум", 1999. – 352 с.
5. Мухін В. М. Фізична реабілітація : [підручник] / В. М. Мухін. – 3-є вид., перероб. та доп. – Київ : Олімпійська література, 2010. – 488 с.

Допоміжна

1. Коляденко Г. І. Анатомія людини: підручник / Г. І. Коляденко. – Київ : Либідь, 2001. – 384 с.
2. Маколкин В. И. Внутренние болезни. / В. И. Маколкин, С. И. Овчаренко. – Москва, 1994.

Інформаційні ресурси

1. <http://dspace.nuph.edu.ua>
2. <https://www.pharmencyclopedia.com.ua>
3. <https://zhyvyaktyvno.org>

Навчальне видання

ФІТОТЕРАПІЯ ТА АРОМАТЕРАПІЯ

***Методичні вказівки
до проведення практичних занять
для магістрів 1-го курсу IV медичного факультету***

Упорядники Істомін Андрій Георгійович
 Сивенко Олена Леонідівна
 Резуненко Ольга Василівна
 Латогуз Сергій Іванович
 Луценко Олена Володимирівна
 Калюжка Аліна Андріївна
 Терьошкін Костянтин Ігорович
 Сушецька Аліна Сергіївна
 Медовець Оксана Ілїріківна
 Павлова Тетяна Михайлівна

Відповідальний за випуск А. Г. Істомін



Редактор Е. Є. Дєпрїнда
Коректор Є. В. Рубцова
Комп'ютерна верстка О. Ю. Лавриненко

Формат А5. Ум. друк. арк. 1,5. Зам. № 20-34009.

**Редакційно-видавничий відділ
ХНМУ, пр. Науки, 4, м. Харків, 61022
izdatknmurio@gmail.com**

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавництв, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції серії ДК № 3242 від 18.07.2008 р.