

УДК:615.32 : 687.55 : 616-03

**ПРИМЕНЕНИЕ ГРЕЦКОГО ОРЕХА
В МЕДИЦИНЕ И КОСМЕТОЛОГИИ**

Башура А.Г., Миргород В.С.

Национальный фармацевтический университет, г. Харьков

Вступление.

Из литературных источников известно, что грецкий орех - дерево семейства ореховых, все части растения содержат много биологически активных веществ: кора - тритерпеноиды, стероиды, алкалоиды, витамин С, дубильные вещества, хиноны; листья - альдегиды, эфирное масло, алкалоиды, витамины С, РР, каротин, фенолкарбоновые кислоты, дубильные вещества, кумарины, флавоноиды, антоцианы, хиноны и высокие ароматические углеводороды; околоплодник - органические кислоты, витамин С, каротин, фенолкарбоновые кислоты, дубильные вещества, кумарины и хиноны.

Цель исследования. Выяснить и изучить способы применения грецкого ореха в медицине и косметологии.

Методы исследования. Литературные и интернет источники.

Основные результаты. Доказано, что грецкий орех применяют в медицине и практической косметологии.

Применение грецкого ореха в медицине

Отвар листьев применяют в виде примочек для ускорения заживления ран. Плоды используют как поливитаминное средство. Зрелые орехи являются продуктом питания и высокоактивным лекарственным средством. Их рекомендуют для профилактики и лечения атеросклероза, при недостатке витаминов, солей кобальта и железа в организме. В орехах много клетчатки и масла, которые способны усиливать деятельность кишечника. Известно положительное влияние грецких орехов на кровеносную и сердечно-сосудистую систему человеческого организма. Данный продукт повышает сосудистую реактивность, благодаря чему кровеносные сосуды легко и быстро приспособляются к изменениям в окружающей среде, регулируются такие важные аспекты, как: идеальный состав крови и эластичность стенок кровеносных сосудов.

Благодаря своим антиоксидантным свойствам грецкие орехи позволяют свести к минимуму риск возникновения окислительного процесса и его переход в хроническую форму. Это продукт усиливает противовоспалительные свойства и помогает снизить риск тех воспалений, которые могут стать очаговыми для развития рака.

В лечебных целях используют зеленые плоды ореха, зрелые орехи, листья, корни и кору. Из коры грецкого ореха готовят отвары, избавляющие от язв. В грецких орехах содержится большое количество витамина С, потому они могут применяться для профилактики атеросклероза, для восстановления физических

и умственных сил, для повышения иммунитета, а также для эффективного укрепления сердечной мышцы.

Настой из листьев ореха помогает при хронической экземе, фурункулах, сахарном диабете, малокровии, гнойных ранах и туберкулезе. Отвар околоплодников ореха принимают при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, геморрое и болезни печени. Настойка, приготовленная из перегородок ореха, применяется при эндемическом и токсическом зобе.

Грецкие орехи категорически противопоказаны людям с повышенным уровнем свертываемости крови, а также больным с кишечными расстройствами. Людям, склонным к полноте, не рекомендуется употреблять такой продукт более 30 грамм в день из-за высокой калорийности.

Применение грецкого ореха в косметологии

Экстракт грецкого ореха используется как иммуномоделирующее и иммуностимулирующее средство в фармацевтике и в натуральной косметике. Это объясняется тем, что орех обладает сильными противовоспалительными, антибактериальными и вяжущими свойствами. Экстракт грецкого ореха имеет очищающие, питательные и антиоксидантные свойства, что особенно полезно для ухода за сухой, увядающей, уставшей кожей. Антисептические и антибактериальные характеристики орехового экстракта обуславливают его широкое применение при лечении ряда кожных заболеваний. Ценится косметологами и дерматологами способность экстракта ореха снимать кожный зуд при аллергических высыпаниях и после укусов насекомых.

Листья грецкого ореха насыщены ценными маслами и аминокислотами, содержат целый ряд полезных микро и макроэлементов, минералов и витаминов, необходимых для кожи и волос, которые удается сохранить в вытяжках при экстрагировании. В составе орехового экстракта содержится танин.

Экстракт грецкого ореха успокаивает поврежденную и чувствительную кожу, снимает раздражения кожного покрова, защищает от ультрафиолетовых лучей, отлично очищает кожу и волосы, дезинфицирует кожные покровы, является противогрибковым средством, повышает иммунные и защитные свойства кожи, питает кожные покровы уставшей и сухой кожи, является консервантом для косметических продуктов.

Маски и ванны на основе грецкого ореха широко используются в косметологии. Они оказывают противовоспалительное, тонизирующее, успокаивающее действие.

Применение экстракта грецкого ореха в косметике:

- кремы;
- восстанавливающие маски;
- мыло ручной работы;
- косметика для загара;
- шампуни, в том числе оттеночные;
- кондиционеры для волос;
- лосьоны и тоники;
- бальзамы для губ;

- мази от раздражений, укусов насекомых, дерматитов, нарывов.

Выводы: В результате изучения литературных источников и интернет ресурсов, установлено, что в медицине грецкий орех нашел широкое применение для лечения сердечнососудистых заболеваний, заболеваний желудочно-кишечного тракта и кожных заболеваний; в косметологии на основе листьев грецкого ореха изготавливают кремы, масла, лосьоны для ухода за кожей, которые оказывают противовоспалительное, тонизирующее и успокаивающее действие. Использование косметики помогает увлажнить кожу и разгладить мелкими морщины, устраняет воспаления на коже, способствует быстрому заживлению ран. Ореховое масло применяется для сохранения молодости кожи, красоты волос и ногтей.

Литература

1. Башура, А. Г. Лечебная косметика в аптеках и не только / А. Г. Башура, С. Г. Ткаченко. – Х. : Прапор, 2006. – 400 с.
2. Индивидуальная рецептура в косметологии и аромологии: Учеб. Пособие / А.Г. Башура, С.В. Андреева, Т.В. Мартынюк, И.И. Баранова. – Х.: Синтекс, 2008.
3. Технологія косметичних засобів : підручник для студ. вищ. навч. закладів / О.Г. Башура, О.І. Тихонов, В.В. Россіхін, І.І. Баранова, Л.С. Петровська, Т.В. Мартинюк, В.С. Казакова, О.С. Шпичак [та ін.] ; за ред. О. Г. Башури і О. І. Тихонова. – Х. : НФаУ ; Оригінал, 2017.
4. Озол А. М., Хорьков Е. И. Грецкий орех, его интродукция и акклиматизация. — Рига, 1958.
5. Грецкий орех // Гоголь — Дебит. — М. : Советская энциклопедия, 1972. — (Большая советская энциклопедия. [в 30 т.] / гл. ред. А. М. Прохоров ; 1969—1978, т. 7).
6. www.calorizator.ru/product/nut/circassian-walnut
7. <https://deluxe.com.ua/articles/spice.../gretskiy-oreh-svoystva-primenenie-sostav.html>