

VIOLMEDICA

KOSMETOLOGIA ESTETYCZNA

Aromaterapia w gabinecie kosmetycznym

mgr Wioleta Jankowiak

Katedra Kosmetologii Wyższej Szkoły Edukacji i Terapii w Poznaniu

wioleta.zajaczkowska@onet.pl

Aromatherapy as one of the methods of fragrance treatment in a beauty salon

Streszczenie:

Aromaterapia jest metodą polegającą na stosowaniu olejków eterycznych z roślin aromatycznych, mająca na celu uzyskanie odprężenia organizmu i zmniejszenia dolegliwości występujących u pacjenta. Olejki otrzymuje się z liści, kwiatów, nasion, korzeni, kory, żywicy. Aromaterapia wykorzystuje zmysł węchu i zdolności wchłaniające skóry, pomaga w dolegliwościach natury emocjonalnej. Aromaterapia jest metodą leczenia zapachami stosowaną w gabinetach kosmetycznych.

Celem niniejszego artykułu jest przedstawienie aromaterapii jako jednej z metod leczenia zapachami w gabinecie kosmetycznym. Do napisania niniejszego artykułu były niezbędne materiały z zakresu medycyny i kosmetologii. Wykorzystano najczęściej takie pozycje literaturowe jak M. Noszczyk, Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska, A. Jabłońska-Trypuć, R. Farbiszewski, Sensoryka i podstawy perfumerii oraz B. Matuszewska,

Aromaterapia praktyczna.

Aromaterapia jest metodą często stosowaną w gabinetach kosmetycznych. Przedstawiana metoda łagodzi i eliminuje bóle głowy, depresję, zmęczenie, stres, a także dodaje sił witalnych całemu organizmowi. Jest metodą usuwającą wiele dolegliwości przy użyciu naturalnych roślinnych olejków eterycznych, używanych m.in. w masażu, w kompresach i w kąpeli. Jest metodą prostą i skuteczną, a przy tym przyjemną.

Słowa kluczowe: olejki eteryczne, aromaterapia, organizm, rośliny, masaż, kąpiele, kompres

Summary:

Aromatherapy is a method in which essential oils from aromatic plants are used in order to bring relaxation and reduction of pain. The aromatherapy oils are acquired from leaves, flowers, seeds, roots, bark, resin.

The aromatherapy embraces the sense of smell and absorbing skin ability, helps in emotional disorders.

The aromatherapy is a method of fragrance treatment used in beauty salons.

The aim of the article is presentation of the aromatherapy as one of the methods of fragrance treatment in beauty salons. In order to write this article some medical and cosmetology materials were necessary. Basically the following professional literature was used: M. Noszczyk, Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska and A. Jabłońska-Trypuć, R. Farbiszewski, Sensoryka i podstawy perfumerii and B. Matuszewska, Aromaterapia praktyczna.

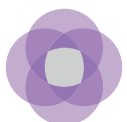
The aromatherapy is the method which is often used in beauty salons. The method soothes and eliminates headaches, depression, tiredness, stress, and brings vital force to organism. It is the method which eliminates many disorders by using natural vegetable essential oils in a massage, compresses and a bath. It is a simple and effective method and at the same time very pleasant.

Keywords: olejki eteryczne - aromatherapy oils, essentials oils, aromaterapia - aromatherapy, organizm - organism, rośliny - plants, masaż - massage, kąpiel - bath, kompres - compress

Olejki eteryczne jako historyczny dary natury

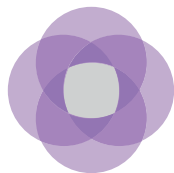
Olejki eteryczne były stosowane już od najdawniejszych czasów. Grecy uważali, iż piękna woń jest atrybutem magicznym, mistycznym i pochodzi od bogów. Olejki eteryczne były używane jako pachnidła. Grecy uczęszczali do łaźni, gdzie zanurzali się w wodzie i namaszczeni aromatycznymi balsamami. Każdy balsam miał swoje przeznaczenie, np. olejkiem z palmy smarowano klatkę piersiową, miętą ramiona, a tymiankiem – nogi. Od IV w p.n.e. Grecy zaczęli stosować do pielęgnacji zapachy ciężkie, tj. pachnąca żywica, mirra, cynamon, drzewo sandałowe [1].

Z kolei chińscy uczeni posiadali szeroką wiedzę na temat produkcji olejków eterycznych i pachnidła, jak również z tegoż państwa pochodzą piękne pojemniki na pachnidła. Na tej bogatej tradycji opiera się i dzisiejszy, należący do światowej czołówki chiński przemysł olejków eterycznych i syntetyków zapachowych. Chińczycy stosowali saszetki z perfumowanym proszkiem, korę z aromatycznych drzew, kadzidła i aromatyczne kąpiele. Gościom rozdawano po przyjęciu papier nasączony jaśminowymi perfumami, aby eliminować skutki nadużycia alkoholu. Także perfumowane były pieniądze chińskie, drukowane na jedwabiu [2].



ART-MED dr. Wioleta Jankowiak
ul. Chęcińska 8A, 61-337 Poznań

tel. 504 037 934
gabinet@violmedica.pl



Olejki eteryczne to wieloskładnikowe mieszaniny lotnych związków chemicznych wyodrębnione z roślin metodą destylacji z parą wodną, które zawierają od kilkudziesięciu do kilkuset składników tj.: monoterpeny, seskwiterpeny i fenylopropany [3]. Pod względem chemicznym olejki eteryczne stanowią wieloskładnikowe mieszaniny związków mono-, seskwi- i (rzadziej) di terpenowych (olejki terpenowe) lub związków pochodnych fenylopropanu (olejki nieterpenowe). Związki w nich występujące mają charakter: węglowodorów, alkoholi, aldehydów, ketonów, estrów i eterów. Także spotykane są w olejkach substancje siarkowe, azotowe, pochodne acetyleny, tropolony, kumaryny, kwasy organiczne i inne [1]. W skład jednego oleju może wchodzić wiele związków, jednakże jeden dominuje, który nadaje zapach olejkowi i najczęściej jest to materiał wyjściowy.

Rola fizjologiczna olejków w roślinie nie jest do końca znana, są to bowiem wtórne metabolity zlokalizowane w tworach tkanki wydzielniczej egzogennej lub endogennej. Olejek wytwarzany jest w cytoplazmie na różne sposoby. Przebieg i mechanizmy syntezy olejku w roślinie wykazują, że jego tworzenie poprzedzają intensywne zmiany zachodzące w komórce wydzielniczej. Po okresie intensywnych przemian w komórce wydzielniczej ma miejsce zanik jej aktywności. Wydzielina może wytwarzać się w komórkach wyściółki i być wydzielana przez ścianę komórkową. „Innym sposobem powstawania olejków w roślinie jest degeneracja treści komórkowej przy jednoczesnym wytworzeniu się wydzieliny wraz z równoczesną degeneracją ściany komórkowej i wytworzeniu się wypełnieniu wydzieliną przestrzeni wewnątrzkomórkowej” [1]. Kolejnym sposobem a zarazem ostatnim powstawania olejków w roślinie jest odrzucanie całych, wypełnionych wydzieliną komórek, wchodzących w skład włosków gruczołowych. Istnieją więc różne twory tkanki wydzielniczej tj.: włoski gruczołowe, gruczoły olejkowe, komórki olejkowe, przewody i kanały olejkowe oraz żywiczne, a także zbiorniki olejkowe [1].

Olejki eteryczne wykorzystywane są nie tylko do kompozycji perfumeryjnych i aromatów spożywczych ale również do celów leczniczych [3].

W aromaterapii stosowanych jest ponad siedemdziesiąt olejków eterycznych, jednakże tylko kilkanaście ma szczególne znaczenie i znajduje zastosowanie w gabinecie kosmetycznym [4]. Olejki naturalne otrzymuje się zarówno z kwiatów, ze skórek owoców, całego zieleń, korzenia czy drewna lub kory. W zależności od roślin (i ich części) można uszeregować olejki eteryczne według ich intensywności. Siła działania dotyczy intensywności oddziaływania na organizm oraz mocy i trwałości zapachów olejków eterycznych.

Poniżej przedstawione zostaną olejki eteryczne od najdelikatniejszych do najsilniejszych i najtrwalszych:

- cytrusowe;
- ziołowe;
- leśne
- kwiatowy;
- korzenne;
- drzewne [4].

Tabela numer 1 przedstawiać będzie wybrane ze względu na intensywność olejki eteryczne stosowane w gabinecie kosmetycznym.

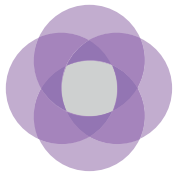
Nazwa olejku	Typ zapachu	Działanie
Bergamotowy <i>Citrus Bergami Risso</i>	Cytrusowy	Antybakteryjnie, dezodoryzujący, przeciwstresowy
Drzewa herbacianego <i>Melaleuca alternifolia</i>	Ziołowy	Antybakteryjny, antygrzybiczy, antywirusowy, oczyszczający
Cyprynowy <i>Cupressus sempervirens</i>	Leśny	Regulujący płyny ustrojowe, aseptyczny, stymulujący
Drzewa różanego <i>Aniba rosaeodora</i>	Kwiatowy	Aseptyczny, regenerujący naskórek, przeciwdepresyjny
Imbirowy <i>Zingiber officinalis</i>	Korzenny	Stymulując krążenie, rozszerzający pory, pobudzający, afrodyzjak
Sandałowy <i>Santalum album</i>	Drzewny	Aseptyczny, łagodzący podrażnienia, wzmacniający naczynia włosowate, przeciwstresowy, równoważący emocje

Tab. 1. Olejki eteryczne stosowane w gabinecie kosmetycznym

Źródło: Opracowanie własne na podstawie M. Noszczyk. Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska, Wyd. PZWL, Warszawa 2008, s. 290.

Z danych zawartych w tabeli numer 1 można wywnioskować, iż olejki stosowane w gabinetach kosmetycznych najczęściej posiadają działanie: antybakteryjne, aseptyczne, pobudzające, przeciwstresowe, przeciwdepresyjne.





Mechanizmy działania olejków eterycznych

Podczas zabiegu kosmetycznego olejki eteryczne mają kontakt z organizmem lub penetrują. Dopiero powyżej 2,5-3,0% zawartości olejków w preparacie, penetrują one w głąb umiejscowionych tkanek i narządów. Uzależnione to jest również od składu olejku, użytej bazy kosmetycznej i indywidualnej biodostępności, np. stanu skóry.

W kosmetyce stosuje się takie dawki olejków eterycznych które działają jedynie na skórę i zmysł węchu. W gabinecie kosmetycznym pielęgnacja skóry dzięki wrażeniom węchowym jest połączona z oddziaływaniem na samopoczucie, bowiem odpowiednie dobranie olejków eterycznych umożliwi wyciszenie, uspokojenie i uzyskanie harmonii emocjonalnej [4]

Poniżej niektóre mechanizmy działania olejków eterycznych:

1. Nos → receptory węchowe → opuszka węchowa → nerwy węchowe → mózg
2. Nosogardziel → krtań → tchawica → oskrzela → płuca → układ krwionośny

Budowa receptorów węchowych na poziomie genów pozwoliła na poznanie mechanizmów odczuwania różnorodności zapachów. Dzięki budowie chemicznej, strukturalnej cząsteczek zapachowych i kombinacji struktur białkowych receptorów węchowych oraz przesłanych bodźców w mózgu można uzyskać odczyt zapachu (np. kwaśny-słodki, zgniły-świeży) i odczucie (spokojny-drażniący, mocny-subtelny). Skojarzenia zapachowe wynikają z „*zapisanych*” w pamięci bodźców, które identyfikowane są w ciągu całego życia, np. zapach matki – spokój, świerk – święta [5].

Sygnaly pochodzące z receptorów przenoszone są przez włókna nerwowe, przekształcane są na świadome i podświadome reakcje psychosomatyczne. Obserwuje się takie reakcje wywołane olejkami eterycznymi jak: uspokojenie, pobudzenie, koncentrację, zmniejszenie objawów depresji [5].

Najbardziej wrażliwy zmysł (węch) przekazuje niemal natychmiast do mózgu otrzymane impulsy. Nawet niewielkie stężenie olejków wpływa pozytywnie na stany emocjonalne człowieka.

Mieszanki olejków eterycznych

Korzystniejsze jest stosowanie w gabinecie kosmetycznym mieszanek olejków eterycznych niż jednego olejku. Oczywiście mieszanka taka musi być odpowiednio dobrana ze względu na stan skóry i występujące dolegliwości. W komponowaniu mieszanek olejków eterycznych należy uwzględnić nuty zapachowe. Usytuowane naprzeciwległe nuty zapachowe połączone w mieszanki dają najciekawsze, oryginalne bukiety.

Formy kosmetyków

Oliwki są najbardziej naturalną formą kosmetyku aromaterapeutycznego. Do najcenniejszych olejków roślinnych stosowanych w kosmetykach aromaterapeutycznych należą takie oleje jak: cytrusowy, leśny, kwiatowy, drzewny, korzenny, ziołowy. Olejki te są źródłem wielu cennych dla skóry składników [4].

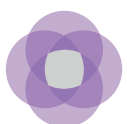
Formy żelowe także są bardzo dobrze przyswajalne przez skórę. Żele, lekkie hydrofilowe bazy są bardzo dobrymi nośnikami olejków eterycznych, zapewniają bowiem głęboką penetrację składników olejków przez naskórek. Po ich stosowaniu skóra nie jest lepka ani tłusta. Naturalne wody aromatyczne to kolejna forma kosmetyku aromaterapeutycznego, nazywana również hydrolatami. Do najbardziej cenionych naturalnych wód aromatycznych zalicza się wodę różaną i lawendową [4].

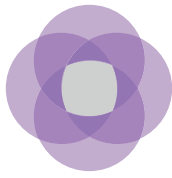
Woda różana stosowana jest do pielęgnacji cery suchej, wrażliwej, starzejącej się. Działa kojąco, łagodzi podrażnienia, regeneruje naskórek oraz zapobiega powstawaniu zmarszczek i utrzymuje prawidłowy stopień nawilżenia naskórka [4]. Z kolei woda lawendowa stosowana jest do pielęgnacji cery podrażnionej, uszkodzonej i zmęczonej. Łagodzi podrażnienia, regeneruje uszkodzony naskórek i łagodzi zmiany trądzikowe, stan zapalny a także dezynfekuje i oczyszcza.

Wybrane metody aromaterapii w gabinecie kosmetycznym

Do najczęściej stosowanych metod w gabinecie kosmetycznym należą masaże, kompresy i kąpiele. Masaż aromaterapeutyczny to zabieg w którym wykorzystuje się olejki eteryczne, a technika tegoż masażu opiera się na trzech głównych ruchach: głaskaniu, rozcieraniu i ugniataniu. Redukuje on stany frustracji, gniewu, złości i strachu co w konsekwencji przywraca równowagę psychiczną pacjenta [5].

Do zabiegu należy przygotować specjalną mieszankę oleju bazowego (który należy dobrać w zależności od cery) z olejkiem aromatycznym. Rodzaj olejku i jego zastosowanie zostanie ukazane w tabeli numer 2.





Rodzaj olejku	Zastosowanie
Migdałowy	cera sucha i wrażliwa
Kakaowy	cera wrażliwa
Sezamowy	cera z trądzikiem różowatym
Saflorowy	cera sucha i odwodniona
Awokado	cera sucha i wrażliwa

Tab. 2. Rodzaj oleju i zastosowanie

Źródło: Opracowanie własne na podstawie T. Janeczko, *Sztuka masażu, Kwartalnik Aromaterapii 2009/2(56) s. 10.*

Kompresy to następna metoda w aromaterapii i jest esencją wszystkich metod przeciwstarzeniowych i pielęgnacyjnych. Rozpoczynając opisywany zabieg należy zacząć od demakijażu i pilingu. Kompresy są zrobione z materiału imitującego skórę nasączone różnymi aktywnymi preparatami. W miarę upływu czasu skóra ludzka zmniejsza swoją aktywność, fibroblasty ulegają degeneracji [6].

Skóra jest nie tylko warstwą ochronną mającą zabezpieczyć ustrój przed nadmiernym chłodem i wilgocią, ale jest bardzo ważnym organem. Wygląd i własność skóry zależą więc będzie nie tylko od wpływów zewnętrznych ale i także od przemiany materii regulującej tę przemianę sekrecji dokrewnej, związanej z normalnym funkcjonowaniem gruczołów wydzielania wewnętrznego [7].

Skóra nie jest tylko organem, na którym znajdziemy z mniejszą lub większą wyrazistością zmiany i zaburzenia zachodzące wewnątrz naszego organizmu, przypadł jej również niepośredni wpływ na bieg tych przemian wewnętrznych. To wzajemne oddziaływanie skóry i narządów wewnętrznych odbywa się zarówno za pośrednictwem układu krwionośnego i nerwowego. Procesy naświetlania skóry przy pomocy promieni pozafofokowych emitowanych przez słońce lub lampę kwarcową powodują aktywizację żelaza oraz przemianę w skórze ergosterolu na witamin przeciwkrzywicy D. Ten ostatni ma decydujący wpływ na przemianę wapniowo-fosforową naszego ustroju i powoduje w pierwszym rzędzie normalne osadzanie się fosforanów wapniowych w kościach. Poza tym histocyty skórne wspomagają wątrobę w czynnościach odtruwania organizmu, tzw. układ siateczkowo-śródbłonkowy skóry bierze udział w podstawowych przemianach białka, węglowodanów i lipidów [7].

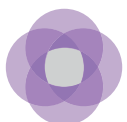
Wysunęły się już w okresie międzywojennym nowe poglądy w kosmetyce na temat odżywiania skóry. Poglądy te odnosiły się do wiedzy na temat odżywiania skóry przy pomocy odpowiednich środków dostarczających z zewnątrz, czyli kremów i olejków. Idealnym „pożywieniem” jest stearyna. Jednakże ten stereotyp poszedł do lamusa i kosmetyka klasyczna poszukuje nowych innych środków, które by bardziej odpowiadały wymaganiom. Wymagania te dotyczą w pierwszym rzędzie nieszkodliwości „pożywienia”, jego zdolności przenikania w warstwy niżej położonej oraz pokrewieństwa pod względem chemicznym z substancjami zawartymi w normalnej zdrowej skórze.

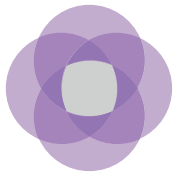
Degradacja skóry objawia się na zewnątrz utratą wiotkości, inklinacją do powstawania zmarszczek i fałdów, ma swe źródło w tym, że komórki skórne właściwe nie mogą się już więcej dzielić, nie odnawiają się. Następuje zmniejszenie liczby kapilar, a wskutek tego ograniczenie dopływu krwi. Wskutek atrofii tkanek tłuszczowych skóra traci swą elastyczność, wysycha, więdnie. Teraz już nie pomoże zwykły krem stearynowy. Skóra wymaga natychmiastowego doprowadzenia możliwie najgłębiej odpowiednich substancji wzmacniających i regulujących i tych właśnie substancji poszukuje współczesna kosmetyka. Oprócz estrów glicerynowych kwasu stearynowego a także połączeń tego kwasu z trójetanolaminą, zwrócono uwagę na tzw. lipidy [7].

Współcześnie powstały nowe metody odzyskujące gęstość i napięcie skóry. Najnowszych osiągnięciem kosmeceutyki są peptydy macierzyste i tripeptydy, stymulujące fibroblasty do syntezy kolagenu. Metoda pobudzenia fibroblastów do pracy to metoda skuteczna, gdzie skóra odzyskuje gęstość i napięcie.

Kąpiele parafinowe to kolejna metoda aromaterapii stosowana w gabinecie kosmetycznym. Parafina jest węglowodorem nienasyconym, którą uzyskuje się podczas destylacji ropy naftowej i jest naturalną substancją natłuszczającą. Ciepła parafina, powoduje iż olejki nałożone na ciało pacjenta są skuteczne, powodują przechodzenie substancji przez naskórek. Pobudzone zostają gruczoły potowe. Powstaje tzw. okluzja, ciepło i wilgotność nie wydostaje się na zewnątrz. Zabieg powoduje zmiękczenie skóry, wygładzenie, opóźnienie procesów starzenia. Przeciwwskazania do opisywanego zabiegu to: egzema, grzybica, choroby skóry i paznokci i alergia na parafinę i pochodne parafiny.

Do kąpiele parafinowych wykorzystywanych jest wiele mocnych kolorów i aromatycznych zapachów, np. kolor pomarańczowy i zapach mandarynek. Ekstrakt mandarynkowy odżywia i nawilża skórę jest bogaty w cukry, białka, witaminy, sole mineralne i kwas foliowy [6].





VIOLMEDICA

KOSMETOLOGIA ESTETYCZNA

Wyróżnia się następujące kąpiele oferowane przez gabinety kosmetyczne: rozgrzewająca, odchudzająca, stymulująca, relaksująca, uspokajająca. Kąpiel nie powinien trwać dłużej niż 20 minut i powinno dodać się do niej od 6-8 kropli olejków dobranych odpowiednio do gustu klienta lub jego potrzeb [6].

Reasumując aromaterapia była stosowana już od najdawniejszych czasów, jednakże w miarę upływu czasu stosowane są jej nowe metody. Niemniej jednak jest to metoda bardzo prosta, niedroga i przynosząca wiele korzyści dla pacjenta. Należy jednak pamiętać, że brak odpowiedniej wiedzy na temat działania olejków eterycznych może spowodować iż substancje te będą toksyczne dla organizmu.

Piśmiennictwo

1. Jabłońska-Trypuć A, Farbiszewski R.: Sensoryka i podstawy perfumerii, Warszawa: MadPharm Polska 2008: 122, 127-129
2. Kaleta M. Historia perfumerii. Aromaterapia. 2006, 12: 3
3. Góra J, Lis A. Najcenniejsze olejki eteryczne. UMK. Toruń 2007: 7
4. Noszczyk M (red.) Kosmetologia pielęgnacyjna i lekarska. PZWL. Warszawa 2008: 289-294
5. Janeczko T. Sztuka masażu. Kwartalnik Aromaterapii 2009/2(56): 10
6. Matuszewska B. Aromaterapia praktyczna. WSA. Białystok 2010: 23, 25
7. A. Kleszczycki, Biologia skóry i włosów, Drogerzysta Nr 25/1938: 287

