

***Мята
перечная***



Из истории



Мята перечная — одна из старейших известных лекарственных трав — высоко ценилась в Древней Греции и Риме как средство для борьбы с простудой, лихорадкой, головной и желудочной болью.

Гиппократ указывал на мочегонные и стимулирующие свойства мяты, римляне употребляли ее как вспомогательное средство для пищеварения.

Авиценна рекомендовал ее при внутренних кровотечениях, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при головных болях.



Народная медицина



Мяту перечную используют для лечения головных болей, сердечнососудистых заболеваний, при нервных расстройствах, бессоннице, воспалениях в органах пищеварения, астме, язве желудка, простудах, рвоте, заболеваниях горла, камнях в почках и печени, атеросклерозе.



Мята - это женская трава, она уменьшает количество мужских гормонов в крови и некоторые женщины используют это, для уменьшения роста волос в нежелательных местах.



Мужчинам мятой увлекаться не стоит, т. к. она понижает возбудимость, и сексуальную тоже.

Масло Мяты перечной

The logo for VIVASAN, featuring a stylized blue leaf icon to the left of the word "VIVASAN" in a bold, blue, sans-serif font. Below the text is a blue wavy line.

Производитель: Elixan Aromatica AG, Швейцария.

Состав: эфирное масло мяты перечной 100%.

Цвет: бесцветный

Аромат: ментоловый с фруктовым оттенком; доминирующий - бодрящий, холодный, свежий.

Метод получения: перегонка с водяным паром, выход эфирного масла (*Oleum Menthae piperitae*) 1,6-1,7%.

Используемая часть растения: цветущая верхушка растения и листья

Химический состав эфирного масла мяты: карвакрол, ментол (до 50%), пинен, терпинен, ментилацетат, цинеол, фелландрен, лимонен, тимол, неоментол.



Свойства масла



Масло Мяты перечной обладает свойствами:

тонизирующим,
стимулирующим,
освежающим,
охлаждающим,
антисептическим,
обезболивающим,
бронхолитическим,
отхаркивающим,
спазмолитическим,
антиоксидантным,

а также противовирусной и антибактериальной активностью.



Свойства эфирного масла мяты перечной



Воздействие на нервную систему:

- корректирует эмоциональное состояние ,
устраняет нервное возбуждение,
- помогает взбодриться, встряхнуться и
продолжать работу;
- снимает головную боль, головокружение,
поднимает настроение;
- повышает умственную активность.



Свойства эфирного масла мяты перечной



Воздействие на пищеварительную систему:

- устраняет неприятный запах изо рта,
- усиливает секрецию пищеварительных желез,
- улучшает пищеварение,
- помогает при изжоге,
- устраняет рвоту, тошноту,
- обладает желчегонным действием,
- снимает спазмы кишечника,
- способствует растворению камней в желчном пузыре.



Свойства эфирного масла мяты перечной



Воздействие на сердечнососудистую систему:

- воздействует на сосуды, как спазмолитическое средство,
- улучшает кровообращение,
- нормализует артериальное давление,
- облегчает боли в сердце при неврозах, стенокардии, тахикардии, аритмии.



Свойства эфирного масла мяты перечной



При заболеваниях верхних дыхательных путей:

- Обладает противовирусным и антисептическим свойством, поэтому широко используют при лечении гриппа, ОРВИ, воспалениях верхних дыхательных путей.
- Помогает при кашле – снимает приступы.
- Жаропонижающее действие при ОРВИ.
- Оказывает смягчающее, противовоспалительное действие при охриплости и потере голоса.
- Устраняет ларингиты.



Свойства эфирного масла мяты перечной



Дополнительные свойства:

- сильное иммуномодулирующее средство;
- устраняет симптомы морской болезни;
- снимает мышечные и менструальные боли;
- эфирное масло мяты нормализует менструальный цикл и усиливает лактацию;
- купирует боль и воспаление при кариесе, воспалении десен, стоматите;
- выводит из организма свинец;
- снижает температуру тела;
- стабилизирует мембраны эритроцитов;
- применяют в составах для дезодорации воздуха и отпугивания насекомых;
- нейтрализует неприятные запахи от животных, в кухнях и туалетных комнатах;
- в ароматической лампе отпугивает насекомых.



Косметические свойства мяты перечной



- Освежает, «пробуждает» кожу, стирает с лица следы усталости, неполноценного сна, гипоксии.
- Уменьшает лабильность к внешним факторам.
- Повышает защитные функции эпидермиса.
- Устраняет бактериальные дерматиты, угревую сыпь, сосудистый рисунок и куперозы.
- Обеспечивает сужение пор, регулирует работу сальных желез.
- Сухой коже помогает сохранить влагу.



Хорошо подходит для ухода за жирной и раздраженной кожей, благодаря возбуждающему, освежающему и антисептическому действию.



Энергетика масла



На биоэнергетическом уровне масло мяты способно наладить взаимное понимание между людьми и снять напряжение в общении.

Повышает доверие, устраняет ожидание неприятностей, чрезмерную концентрацию сознания на негативных сторонах жизни.



Предосторожности



- Нельзя употреблять мяту при индивидуальной непереносимости, это может вызвать аллергию.
- Масло мяты противопоказано при кормлении грудью, во время беременности.
- Не рекомендуется детям до 6 лет.
- Не стоит увлекаться мятой мужчинам, т. к. она уменьшает либидо.
- Нельзя совмещать с гомеопатическими препаратами, т.к. снижает их эффективность.
- Не стоит использовать мятное масло вечером, так как оно бодрит, и заснуть будет проблематично.



Применение



- **Аромалампа:** 5-8 к. (респираторная вирусная инфекция, гипертония, нормализует мозговое кровообращение, способствует концентрации внимания, повышает работоспособность, улучшает зрение, очищает воздух от табачного дыма)
- **Ароматические ванны:** 5-7 к. (простудные заболевания, спазмы кишечника, варикозная болезнь вен, способствуют снижению веса, устранению целлюлита)
- **Массаж:** 6 к. на 10 г массажного масла (обезболивающее действие)
- **Обогащение кремов, шампуней, бальзамов для волос:** 4к. на 10г ОСНОВЫ.



Применение



- **Аромамедальоны:** 3 капли (при головокружении, тошноте, укачивании в автомобиле, при повышении артериального давления)
- **Аппликации на десны:** 5к. на 10г раст. масла (зубная боль, воспаление десен, для профилактики пародонтоза,). Для полосканий 1-2к. на стакан воды после приема пищи.
- **Внутреннее применение:** (только после консультации с врачом): по 1к. 2 раза в день добавить в сок или чай (изжога, тошнота, отравления, кишечные колики).
- **Ароматизация чая:** 3-4 к. на 100 г сухой заварки, поместить в герметичную посуду. Через 7-8 дней можно использовать для приготовления ароматного чая.



Сочетание масел



Масло мяты перечной сочетается с маслами:

лаванды,
нероли,
розмарина,
эвкалипта,

а также цитрусовыми маслами.

Комплиментарные масла - илинг-иланг, герань, лаванда, цитрусовые.



***Сохранить здоровье без
лекарств, вот лучший способ
долгожительства***

