

Аль-Дахери А. М. Д. А.

ЛЕЧЕНИЕ ЗАПАХОМ

Научный руководитель канд. пед. наук, доц. Аксенова Г. Н.

Кафедра белорусского и русского языков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Целью сообщения является возможность рассказать о роли и месте запахов в нашей жизни.

Чудесным даром природы – растениями с их ароматом – пользовались люди ещё в глубокой древности. Наши предки тысячи лет не только жили в неразрывной связи с природой, но и во многом зависели от неё. Случайно обнаружив положительное влияние запаха некоторых растений на организм, человек уже стал осознанно искать растения, оказывающие позитивное, а в некоторых случаях и негативное действие на организм человека, так как приятные запахи улучшают самочувствие, а неприятные оказывают угнетающее влияние и могут даже вызвать обмороки.

Сейчас учёные отмечают, что приблизительно 90% информации поступает человеку через глаза, 5% – через уши и только 2% – через обоняние. Кажется, мало! Но обоняние – очень сильный канал, так как он действует непосредственно на подсознание, значит, на наши чувства, мышление, поведение.

Ароматерапия – это практика использования эфирных масел с лечебной целью. Не являясь в полном смысле слова лекарством, она, ароматерапия, является действенным средством уже на протяжении многих тысячелетий (со времён египетской царицы Клеопатры и по настоящее время). Древние эскулапы использовали эфирные масла в различных бальзамах и мазях, где они, часто благодаря прекрасному аромату, выполняли роль плацебо.

В настоящее время ароматерапия используется как в оздоровительных центрах (поликлиниках, больницах, санаториях), так и в домашних условиях (принятие ванн для снятия усталости, мышечного напряжения, бессонницы, облегчения при депрессии). Пациенту кажется, что это облегчает боль, улучшает настроение и способствует появлению ощущения расслабления.