

## Значение Растения Алоэ В Медицине И Косметологии

Турсунова Н.А.

Узбекистан, город Ташкент, Узбекский государственный  
университет мировых языков

e-mail: [nigoratursunova75@gmail.com](mailto:nigoratursunova75@gmail.com)

**Аннотация.** Очень важно, что человек всегда уделял внимание своему здоровью и здоровому образу жизни. В данной статье рассмотрено травянистое растение рода алоэ, его состав, происхождение, применение в медицине и парфюмерно-косметической промышленности, правила заготовки сока алоэ.

**Ключевые слова:** алоэ, *Aloe barbadensis*, витамины А, С, Е, цинк, марганец, фосфор, кальций, селен, калий, железо, лечебный эффект.

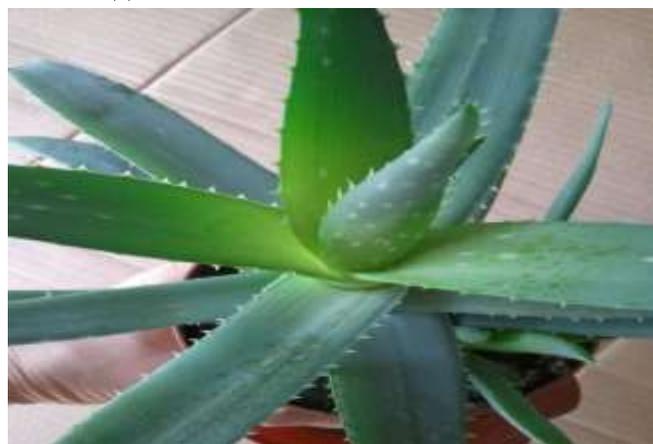
### INTRODUCTION

Алоэ вера (*Aloe vera*, Алоэ настоящее) – травянистое растение, вид рода Алоэ, подсемейства Асфodelовые. Оно имеет короткий стебель, от которого отходят длинные изогнутые мясистые листья, напоминающие с виду щупальца осьминога. Листовые пластины Алоэ вера способны запасать много влаги, а также предотвращать чрезмерное испарение. В диком виде растение встречается на Канарских островах. Широко культивируется во всем мире.

В состав растения входят сложные эфиры и эфирные масла, органические кислоты (яблочная, лимонная, янтарная), флавоноиды, энзимы, более тридцати минералов, аминокислоты (треонин, метионин, лейцин, лизин), сахара, витамины (группы В, холин, фолиевая кислота, А, С, Е), ферменты, антрагликозиды.

Алоэ вера используется человеком очень давно. Более 6000 лет назад его применяли в Древнем Египте. Известное как «растение бессмертия», Алоэ преподносилось в качестве похоронного подарка фараонам. Египтяне использовали Алоэ для лечения ран,

геморроя, в качестве слабительного средства и от выпадения волос.



Происхождение Алоэ Вера (перевод: алоэ настоящее), доподлинно не известно. Это растение распространилось по всему миру благодаря морякам и исследователям. Именно поэтому в наши дни его можно найти во многих местах, таких как Южное Средиземноморье, Азия, Индия, Южная Америка, а также Африка. Растение Алоэ Вера имеет 320 сестёр, но только "Алоэ барбаденсис" (*Aloe barbadensis*) хорошо подходит для лечебных целей. Алоэ Вера также называют "горящим растением", поскольку оно может существовать в чрезвычайно жарком климате, где нет дождя в течение нескольких месяцев.

Выпаренный из листьев сок – сабур – входил в старинный эликсир долгой жизни. Подробности о лекарственном применении сабура можно узнать из трудов античных авторов – Диоскорида и Плиния. Диоскорид пишет: «Сгущает и высушивает раны, возбуждает сон... зарубцовывает раны тела, рта, половых органов, приостанавливает выпадение волос на голове... очищает желчь и устраняет желтуху, хорошее средство при ожогах и опухолях...»

Авиценна считал, что «алоэ приносит пользу всем органам, укрепляет нервы и придает им маслянистость и некоторую растяжимость... очень полезно для мозга и усиливает чувства. Укрепляет и бодрит сердце. Укрепляет печень и желудок... жевание алойного дерева придает приятный запах дыханию».

Сок алоэ содержит: витамины А, С, Е и витамины группы В, микроэлементы – цинк, марганец, фосфор, кальций, селен, калий, железо, различные эфирные масла, в том числе сложные эфиры, фитонциды и флавоноиды, дубящие вещества и смолы, аминокислоты, бета каротин, алколоиды и другие полезные вещества.

Алоэ вера применяется в медицине и парфюмерно-косметической промышленности.

Препараты алоэ обладают противовоспалительным, антибактериальным, желчегонным, противоожоговым и ранозаживляющим действием, усиливают секрецию пищеварительных желез, улучшают аппетит и пищеварение.

Сок алоэ для лечения всевозможных недугов используется с давних времён. Медики античности и жрецы древнего Египта готовили свои снадобья с добавлением сока этого растения и избавляли своих пациентов от многих болезней. Современная медицина

подтверждает лечебные свойства алоэ и использует его для создания различных лекарств.

Способность растения ускорять регенерацию тканей используют при лечении гнойных и инфицированных ран и порезов, различных воспалительных заболеваний и облучении. Компоненты сока активны в отношении дифтерийной и дизентерийной палочек.

Прозрачный гель из Алоэ вера используется для лечения ран и ожогов кожи, а также при псориазе, обморожении, герпесе. Зеленая часть листьев может быть использована для приготовления соков или высушена и использована как слабительное. Алоэ вера также используется в других формах, таких как напитки, концентраты, капсулы, порошки, а также нередко применяется как ароматизатор.

Следует отметить, что в настоящее время не существует достаточного количества научных доказательств, позволяющих подтвердить эффективность Алоэ вера во всех случаях, в которых люди его используют. А ведь народная молва приписывает Алоэ вера свойства, позволяющие использовать его при язве желудка, гастритах, дизентерии, туберкулезе, гнойных ранах, насморке, прыщах и ожогах.

Но на данный момент отсутствуют достоверные научные исследования, подтверждающие положительное действие Алоэ вера при всех перечисленных выше состояниях. До определенного момента слабительные средства на основе Алоэ вера продавались в США без рецепта, однако с 2002 года Управление по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США (FDA) потребовало либо прекратить продажу данных слабительных, либо перерегистрировать их, поскольку

производителями не были представлены данные, подтверждающие безопасность продукции.

Несмотря на тысячелетний опыт использования Алоэ вера людьми отсутствуют достоверные сведения, подтверждающие эффективность и безопасность длительного применения Алоэ в качестве пищевого ингредиента. Также не доказано положительное влияние Алоэ вера при различных патологических процессах в организме (таких как заболевания желудочно-кишечного тракта, акне и др.).

#### Лечебный эффект

Клинические исследования показали эффективность геля с использованием Алоэ Вера при воспалительных заболеваниях кожи, ран, ожогов, солнечных ожогов, обморожений, а также акне, псориазе, экземе и укусах насекомых. Эффективность растения в области укрепления иммунной системы и других благотворных воздействий на организм еще не доказана. Перед использованием геля, в состав которого входит Алоэ Вера, следует поговорить с врачом, так как не каждый переносит его воздействие.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), свежий гель из растения Алоэ Вера лучше, чем обработанные продукты, такие как косметические кремы и тому подобное. Состав кремов может повлиять на активные вещества растения алоэ вера. Но если Вы все еще предпочитаете покупать продукты с алоэ вера, Вы должны убедиться, что на них присутствует печать ВЮ или МПК (IASC - Международный научный Совет по исследованию Алоэ). Это гарантирует качество и обработку продукции, произведенной из алоэ.

#### Правила заготовки сока алоэ

Заготавливая сок алоэ, нужно придерживаться определенных правил:

- за две недели до снятия листьев растение перестают поливать;
- листья не срезают, а аккуратно отделяют от стебля руками – это предотвратит вытекание сока;
- для получения сока снимают листья с нижней и средней частей ствола, то есть наиболее старые;
- собранные листья складывают в полиэтиленовый пакет и убирают в холодильник на 7-10 дней (таким образом растение накапливает максимальное количество биоактивных веществ);
- выдержанные листья промывают водой и обсушивают;
- сок можно выдавливать вручную, предварительно измельчив сырьё ножом или использовать мясорубку, соковыжималку или блендер.

**Для лечения обморожений и ожогов:** На обмороженные участки кожи и раневые поверхности накладывают компресс с измельченными до состояния кашицы листьями алоэ. Так же поступают и при ожогах.

**При насморке:** ежедневно в каждую ноздрю закапывают по 2-3 капли сока алоэ. Для детей сок разводят пополам с водой.

**При зубной боли:** кусочек листа алоэ срезанной частью кладут на больной зуб – это поможет снять болевые ощущения до помощи стоматолога.

При воспалении полости рта и горла: в этих случаях применяют полоскания. Для этого сок алоэ разводят тёплой кипячёной водой в соотношении 1/1.

**Слабительное средство:** сок алоэ смешивают с подогретым мёдом в пропорции  $\frac{1}{2}$  и настаивают в течение суток. Пьют по 1 ст. ложке за час до еды.

**Для лечения туберкулёза:** готовят смесь: полпачки сливочного масла растирают с 20 г

сока алоэ, добавляют полстакана мёда и 3 ст. л. порошка какао. Всё хорошо вымешивают и пьют 3 раза в день по 1 столовой ложке. Запивать смесь советуют горячим молоком.

**При простуде и бронхолёгочных заболеваниях:** используют смесь: 300 г сока алоэ, 100 г медицинского спирта и 700 г сухого красного вина. Хранят средство в холодном месте без доступа света. Пить взрослым по 1 ст. ложке 3 раза в день за полчаса до еды, детям старше 5-летнего возраста — по 1 чайной ложке.

**Для разглаживания морщин:** протирают лицо льдом с алоэ. Для этого сок растения разводят пополам с водой, разливают по формочкам и замораживают. Утром, очищенную кожу лица протирают кусочком льда. Это средство хорошо сужает поры и усиливает циркуляцию крови, поэтому используется не только для уменьшения морщин, но и против угревой сыпи.

**Маска для лица:** если кожа сухая, сок смешивают с любым жирным кремом или оливковым маслом (1/1), для жирной кожи берут 4 части сока и смешивают с 1 частью спирта. Марлевую маску пропитывают смесью и накладывают на лицо на 15-20 минут. Для усиления эффекта к смеси добавляют немного мёда.

**Для роста волос:** 1 ст. л сока алоэ смешать с 50 мл яблочного уксуса, 1 ч.л репейного масла и соком 1 лимона. Смесь втереть в кожу головы и нанести на волосы. На голову надеть шапочку для душа и укутать махровым полотенцем, чтобы сохранялось тепло. Оставить на 40 минут и смыть потом тёплой водой с шампунем.

**Для укрепления волос:** 3 ст. л сока алоэ смешать с 1 сырым желтком, добавить 1 ст. л. мёда. Ёмкость со смесью поставить в миску с горячей водой и хорошо вымешать. Тёплую

маску нанести на волосы и втереть в кожу, укутать и держать 40 минут.

#### **Использованная литература:**

- 1.Н.И.Даников, “Целебное алоэ”, Эксмо 2012 г.
- 2.Ю.Савельева, “Лечение алоэ”, Здоровье, 2013 г.
- 3.В.Озерова, “Алоэ лечение воспалительных болезней кожи и внутренних органов”, Кладовые природы, 2017 г.
- 4.И.Неумывакин, “Алоэ: мифы и реальность”, Диля, 2008 г.
- 5.Н.Сафонов, «Лекарственные растения, большой атлас», 2010 г.