

Najcenniejsze olejki

OLEJEK GALBANOWY



W artykule przedstawiono opis botaniczny zapalniczki (*Ferula galbaniflua*), sposób pozyskiwania żywicy (galbanum) oraz otrzymywania z niej olejku eterycznego i innych produktów zapachowych. Podano charakterystykę zapachową olejku galbanowego, jego parametry fizykochemiczne i skład chemiczny. Opisano wykorzystanie olejku w lecznictwie, aromaterapii, przemyśle perfumeryjnym i kosmetycznym.

**DR INŻ. ANNA LIS
INŻ. DOMINIKA WIECZOREK**

Aromaterapia i nauka

OLEJEK ETERYCZNY W GATUNKACH Z RODZAJU *ELEUTHEROCOCCUS* MAXIM.



Gatunki z rodzaju *Eleutherococcus* Maxim. w stanie naturalnym występują na terenach wschodniej Azji i północnej Rosji. Ze względu na unikatowy skład chemiczny, jak również właściwości farmakologiczne, są przedmiotem intensywnych badań od lat 40. XX wieku. W TCM są znane i wykorzystywane od ponad 4000 lat. W artykule przedstawiono opis botaniczny rodzaju *Eleutherococcus*, skład chemiczny i właściwości lecznicze. Szczególną uwagę poświęcono składnikom olejkowym.

**DR DANIEL ZAŁUSKI
PROF. DR HAB. ZBIGNIEW JANECZKO**

Historie ziołowe

KRWAWNIK POSPOLITY (*ACHILLEA MILLEFOLIUM* L.) – ZIELE ACHILLESA



Krwawnik pospolity (*Achillea millefolium* L., *Acteraceae*.) jest ważną aromatyczną rośliną, stosowaną w fitoterapii, pozyskiwaną w Polsce w znacznych ilościach ze stanowisk naturalnych. Od wieków ziele krwawnika – *Millefolii herba*, było stosowane w hamowaniu krwawienia. Surowiec wykazuje także działanie rozkurczowe, żółciopędne i bakteriobójcze.

DR INŻ. EWELINA PIÓRO-JABRUCKA

Przygoda z perfumami

ZAPACHY WIOSENNEGO PRZEBUDZENIA



Zapraszam na intrygującą wyprawę szlakiem wiosennych zapachów.

Jakie nowości zagoszczą na naszym perfumeryjnym rynku w tym sezonie? Na to i na wiele innych pytań znajdą Państwo odpowiedzi w tym artykule.

MGR MONIKA KALETA

Most valuable essentials oils

GALBANUM OIL

A review. Essential oil from oleoresin of *Ferula galbaniflua* is presented. Production, physicochemical data, chemical composition and applications in medicine, aromatherapy, perfumery and cosmetic industry are described.

**DR ANNA LIS
DOMINIKA WIECZOREK CH. E.**

Aromatherapy and scienic

ESSENTIAL OIL IN SPECIES OF *ELEUTHEROCOCCUS* MAXIM. GENUS

The species of *Eleutherococcus* Maxim. genus are native to eastern Asia and north Russia. Because of their unique chemical composition and pharmacological properties they have been the subject of intense studies since the 40's of the XX century. In TCM, they have been used for over 4000 years. In this work, the botanical characteristic, chemical composition and medical properties were described. The special attention was paid to essential oils.

**DR DANIEL ZAŁUSKI
PROF. DR ZBIGNIEW JANECKO**

Natural cosmetic raw materials

VEGETABLE OILS – AVOCADO OIL

Avocado (*Persea americana*) plant and fruit is described. Characteristics and contents of avocado oil and its applications in cosmetics industry are presented.

DR IWONA KONOPACKA-BRUD

Herbal stories

YARROW (*ACHILLEA MILLEFOLIUM* L.) – THE HERB OF ACHILLES

Yarrow (*Achillea millefolium* L., *Acteraceae*.) is important aromatic plant, whose herb is harvested in Poland in considerable quantities from natural sites and used in phytotherapy. The herb – *Millefolii herba*, of this plant has been used to staunch the bleeding of wounds for centuries. The row material reveals antispasmodic, cholagogue and antibacterial activity too.

DR EWELINA PIÓRO-JABRUCKA

Adventure of perfume

FRAGRANCES OF SPRING AWAKENING

Join me on a tour of the latest perfume creations for spring 2013. What new products have appeared on the market and what are the current trends? In this article you will find answers to these questions and much more

MONIKA KALETA M. SC

Naturalne surowce kosmetyczne

OLEJE ROŚLINNE – OLEJ AWOKADO

W artykule przedstawiono opis botaniczny drzewa *Persea americana*, miejsca występowania i charakterystykę owocu awokado. Zaprezentowano również charakterystykę oleju awokado, jego skład chemiczny i wykorzystanie w przemyśle kosmetycznym i aromaterapii.

Olej awokado w kosmetyce

Już w 1976 roku amerykańska organizacja FDA zarejestrowała 240 wyrobów kosmetycznych zawierających w składzie od 0,1-50,0 % oleju awokado. Według tego rejestru olej awokado stosowany był w recepturach kremów oczyszczających, szminkach do warg, odżywkach do włosów, lotionach do opalania, olejkach do kąpieli i bazach make-up.

Olej awokado w kosmetyce i aromaterapii to niezwykle bogactwo cennych witamin, tłuszczów, cukrów i protein. W nowoczesnych kosmetykach głównie stosowany jest w:

- balsamach nawilżających,
- oliwkach do ciała,
- kremach regenerujących,
- kosmetykach dla dzieci,
- kosmetykach do ochrony skóry przed promieniowaniem słonecznym.

W kosmetykach wykorzystuje się szczególnie stabilność tego oleju, wysoką penetrację do skóry oraz właściwości nawilżające i natłuszczające (witaminy F), a także łagodzące (pantenol). Wysoka zawartość lecytyny zapewnia bardzo dobre rozprowadzanie na skórze. Witaminy A, E i B₉ opóźniają powstawanie zmarszczek i efekty starzenia się skóry.

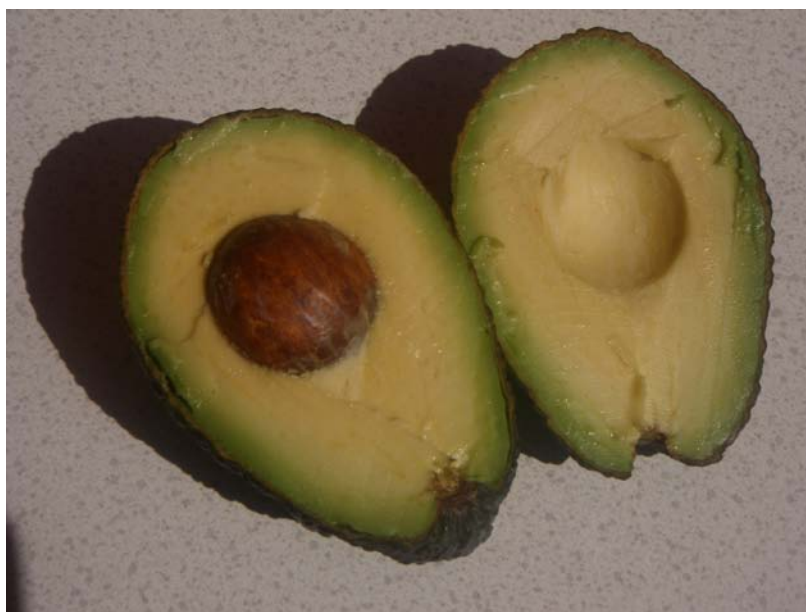
We frakcji cukrowej oleju awokado zidentyfikowano również cenny związek β -defensin-2, który ma działanie przeciwbakteryjne. Najnowsze

badania na bakteriach z grupy *Porphyronos gingivalis*, występujących w błonach śluzowych jamy ustnej i przyspieszających procesy paradentozy, stwarzają możliwość zastosowania oleju awokado również w kosmetykach przeznaczonych do higieny jamy ustnej, pastach do zębów i płynach dezynfekujących.

W aromaterapii olej awokado jest niezastąpiony jako składnik oliwek do masażu ciała. Z reguły stosuje się go w ilości 10%.

Przykładowy skład oliwki do masażu:

olej z nasion winogron	89 %
olej awokado	10 %
mieszanka olejków eterycznych	1 %



Fot. 1. Owoc awokado w przekroju

Często olej awokado w polskich tekstach, szczególnie reklamowych, zwany jest „olejkiem awokado”. W języku polskim rozróżnia się wonne, lotne „olejki eteryczne” od tłustych tłoczonych z nasion lub innych części roślin oleistych „olejów” roślinnych, jak awokado, rzepakowy, sojowy,

słonecznikowy itp. W języku angielskim i francuskim nie ma takiego rozróżnienia i w obu przypadkach używa się tego samego określenia – odpowiednio „oil”, „huile”. Zarówno olejki eteryczne jak i oleje roślinne są bardzo wartościowe, ale spełniają zupełnie inną rolę w wyrobach kosmetycznych i aromaterapeutycznych. Podobnie jest w kuchni – olejków eterycznych (pomarańczowy, cytrynowy itd.) używa się jako aromatów, a oleje służą np. do smażenia czy do sałatek. Nie mylmy więc pachnących „olejków eterycznych” z bezwonnymi „olejami tłuszczowymi”.



Fot.2 Owoce awokado

Wewnątrz numeru przeczytacie Państwo o składnikach oleju awokado i innych zastosowaniach w kosmetyce.

Fot. W. S. Brud

DR IWONA KONOPACKA-BRUD



**POLSKIE
TOWARZYSTWO
AROMATERAPEUTYCZNE**



Polskie Towarzystwo Aromaterapeutyczne

XX-LECIE W RYSIE HISTORYCZNYM

Ponieważ pamięć ludzka jest zawodna i ulotna, z okazji 20 lat działalności PTA postanowiłam zebrać szczegółowo informacje o naszej działalności - trochę dla potomnych, ale również z własnej ciekawości pogrzebać w pamięci i dokumentach. Nadarzyła się okazja do przejrzenia archiwum również z powodu zmiany siedziby PTA. Firma Pollena-Aroma, która użyczała Towarzystwu miejsca na biuro na warszawskiej Białołęce, wybudowała supernowoczesną fabrykę w Nowym Dworze Mazowieckim i w 2013 roku opuszcza dotychczasową siedzibę przy ulicy Klasyków 11. Polskie Towarzystwo Aromaterapeutyczne zawędruje więc razem ze swoim sponsorem do nowej siedziby. Przy tej okazji w ramach przeprowadzki natknęłam się na wiele dokumentów dotyczących naszych działań na przestrzeni lat 1993 – 2013.

W trzech obszarach odnieśliśmy największe sukcesy:

- ochrona polskiego rynku przez zalewem produktami złej jakości,
- edukacja,
- promocja wiedzy o olejkach eterycznych poprzez wspieranie rozwoju badań w ośrodkach akademickich.



Fot. 1. W Wyższej Szkole Zawodowej Kosmetyki i Pielęgnacji Zdrowia. Inauguracja roku akademickiego 2010 r.

Podsumowując 20 lat naszej działalności z dużą satysfakcją możemy chyba powiedzieć, że dzięki naszym działaniom aromaterapia w Polsce stała się metodą nie tylko dostępną ale również bezpieczną dla wszystkich miłośników tej pachnącej sztuki pielęgnacji ciała i ducha.

Na stronach tego numeru Aromaterapii zapoznacie się Państwo ze szczegółami naszej dwudziestoletniej działalności.

Dr Iwona Konopacka-Brud

Prezes Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego

Kontakt dla osób zainteresowanych działalnością naszego Towarzystwa z regionu Dolnego Śląska – Firma Avicenna OIL, ul. Opolska 11/19, 52-010 Wrocław, Prezes Wiktor Podlaski, tel. (071) 342 67 21, 0602 232 352

Wszyscy zainteresowani działalnością Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego mogą kontaktować się z Zarządem: tel. (22) 5041740 faks: (22) 5041703, e-mail: info@pta.org.pl, www.pta.org.pl lub listownie: 03-115 Warszawa, ul. Klasyków 10

**Upłynęło już 19 lat od wydania pierwszego numeru kwartalnika
Aromaterapia. Poniżej przekazujemy Państwu listę wszystkich
opisywanych olejków w kolejnych 72 numerach kwartalnika.**

- Olejek drzewa herbacianego -1(1) Lato '95
Olejek lawendowy - 2(2) Jesień '95,
Olejek rozmarynowy - 1(3) Zima '96,
Olejek różany - 2(4) Wiosna '96
Olejek mięty pieprzowej - 3(5) Lato '96
Olejek sandałowy - 4(6) Jesień '96
Olejek eukaliptusowy - 1(7) Zima '97
Olejek cytrynowy - 2(8) Wiosna '97
Olejki z różnych gatunków pomarańczy
- 3(9)Lato '97
Olejki cytrusowe - 4(10) Jesień '97
Olejek melisowy - 1(11) Zima '98
Olejek geraniowy - 2(12) Wiosna '98
Olejki rumiankowe - 3(13) Lato '98
Olejki szalwiowe - 4(14) Jesień '98
Olejek majerankowy - 1(15) Zima '99
Olejki cynamonowe - 2(16) Wiosna '99
Olejki goździkowe - 3(17) Lato '99
Olejek jałowcowy - 4(18) Jesień '99
Olejek jodłowy - 1(19) Zima '2000
Olejek sosnowy - 2(20) Wiosna '2000
Olejek drzewa różanego - 3(21) Lato '2000
Olejek ylangowy - 4(22) Jesień '2000
Olejek paczulowy - 1(23) Zima '2001
Olejek kopru włoskiego - 2(24) Wiosna '2001
Olejek kopru ogrodowego - 3(25) Lato '2001
Olejek bazyliowy - 4 (26) Jesień '2001
Olejek krwawnikowy - 1(27) Zima '2002
Olejek cytronellowy - 2(28) Wiosna '2002
Olejek lemongrasowy - 3(29) Lato '2002
Olejek palmarozowy - 4 (30) Jesień '2002
Olejek anyżowy i olejek imbirowy
- 1/2 (31/32) 2003
Olejek tymiankowy - 3/4 (33/34) 2003
Olejek kminkowy - 1 (35) Zima 2004
Olejek kolendrowy - 2(36) Wiosna 2004
Olejek kardamonowy - 3(37) Lato 2004
Olejek arcydzięgłowy - 4(38) Jesień 2004
Olejek pimentowy - 1(39) Zima 2005
Olejek pieprzowy - 2(40) Wiosna 2005
Olejek cyprysowy - 3(41) Lato 2005
Olejek cedrowy - 4 (42) Jesień 2005,
1(43) Zima 2006
Olejek drzewa herbacianego
- 2(44) Wiosna 2006
Olejek manuka - 3(45) Lato 2006
Olejek kanuka - 4(46) Jesień 2006
Olejek kajeputowy - 1(47) Zima 2007
Olejek wetiwerowy - 2(48) Wiosna 2007
Olejek niauli - 3(49) Lato 2007
Olejek muszkatolowy - 4(50) Jesień 2007
Olejek laurowy - 1/2(51/52) 2008
Olejek absolutny irysowy - 3/4(53/54) 2008
Olejek absolutny fiołkowy - 1 (55)
Zima 2009
Olejek absolutny z magnolii
- 2(56) Wiosna 2009
Olejek mięty zielonej - 3(57) Lato 2009
Olejek mięty szkockiej i kędzierzawej
- 4(58) Jesień 2009
Olejek absolutny jaśminowy
- 1 (59) Zima 2010
Olejek absolutny narcyzowy - 2(60) Wiosna
2010
Olejek absolutny hiacyntowy - 3(61) Lato 2010
Olejek absolutny tuberozowy - 4(62) Jesień
2010
Olejek z gardenii jaśminowej - 1 (63) Zima
2011
Olejek mirtowy - 2(64) Wiosna 2011
Olejek różany - 3(65) Lato 2011
Olejek rozmarynowy - 4(66) Jesień 2011
Olejek labdanowy - 1(67) Zima 2012
Olejki miętowe - 2(68) Wiosna 2012
Olejki lawendowe - 3(69) Lato 2012
Olejek olibanowy- 4(70) Jesień 2012
Olejek mirrowy - 1 (71) Zima 2013
Olejek galbanowy - 2 (72) Wiosna 2013

Wszystkie archiwalne numery kwartalnika dostępne są w bibliotekach akademickich, archiwalne numery od 2005 roku możecie Państwo zamówić u dystrybutora **Cassollette 01-496 Warszawa** ul.Popiołka16 tel.: 22 425 40 00 lub na www.drbeta.pl

Informacja dla autorów

Do publikacji w kwartalniku **Polskiego Towarzystwa Aromaterapeutycznego** przyjmowane są artykuły: oryginalne, pogładowe oraz o charakterze informacyjnym. Prace akceptowane są przez Radę Redakcyjną. Prace w wersji elektronicznej oraz wydruk pracy należy przysyłać na adres Redakcji. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów i poprawek, które nie wpływają na treść merytoryczną pracy, oraz zmiany tytułów i umieszczania śródtytułów. Prace nie odpowiadające wymaganiom będą odsyłane autorom do poprawienia bez rozpatrzenia merytorycznego. Prace w kwartalniku PTA są publikowane w polskiej wersji językowej oraz ich abstrakty w wersji angielskiej.

Prawa autorskie. Każdy manuskrypt musi zawierać podpisane przez wszystkich autorów oświadczenie: „*Oświadczam(y), że artykuł jest oryginalny, nie narusza praw autorskich ani innych praw własności stron trzecich; nie jest złożony do publikacji w innym czasopiśmie i nie był uprzednio publikowany. Po ukazaniu się publikacji podpisany(i) autor(rzy) przekazuje(a) wszystkie prawa autorskie pracy (tytuł artykułu) PTA.*”

Prawa autorskie. Wszystkie prawa autorskie przechodzą na PTA. Artykuły ani żadne ich fragmenty nie mogą być kopiowane i rozpowszechniane w żadnej formie (tradycyjnej czy elektronicznej) bez uzyskania pisemnej zgody PTA.

Zgoda na przedruk (powielanie). Korespondencję dotyczącą przedruku lub powielania artykułów lub jakichkolwiek ich części należy kierować na adres PTA. PTA nie ponosi również żadnej odpowiedzialności za treść reklam umieszczanych na łamach Aromaterapii.

Manuskrypt (cały w języku polskim) powinien być przygotowany w wersji elektronicznej.

Strona tytułowa powinna zawierać: tytuł w języku polskim i angielskim, imiona i nazwiska autorów, nazwę instytucji, w których zatrudnieni są autorzy oraz adres autora do korespondencji, telefon i e-mail. **Tytuł pracy** powinien być zwięzły i jasny, nie powinien przekraczać 120 znaków.

Streszczenia w języku polskim i angielskim powinny zawierać do 400 znaków. Streszczenia prac oryginalnych muszą zawierać następujące części: wprowadzenie, cel, materiał i metody, wyniki, wnioski.

Słowa kluczowe (w języku polskim i angielskim) - nie więcej niż 7 słów kluczowych.

Tekst. W tekście artykułów oryginalnych wyszczególnione powinny być następujące działy: wprowadzenie, cel, materiał i metody, wyniki, dyskusja. Nazwiska, nazwy łacińskie, np. roślin, drobnoustrojów oraz wyrazy obcojęzyczne należy wyróżnić kursywą.

Skróty, symbole i jednostki. Bez objaśnień dopuszczalne są tylko powszechnie znane skróty i symbole mało znane (ewentualnie tworzone przez autorów) muszą być przy pierwszym użyciu poprzedzone opisem (w nawiasie). Skrótów nie należy stosować w tytule pracy.

Ryciny (rysunki, zdjęcia) - jeżeli zostały zaczerpnięte z publikowanych źródeł, autorzy muszą uzyskać zgodę właściwego wydawcy na ich wykorzystanie oraz zaznaczyć na końcu podpisu, z jakiego źródła pochodzą. Rysunki powinny być wykonane w programie *Excel* lub edytorów specjalistycznych.

Zdjęcia muszą być najwyższej jakości, z podaniem autorów lub źródeł z prawami do publikacji.

Tabele powinny być ponumerowane liczbami rzymskimi, po których następuje krótki tytuł. Pod tabelą należy zamieścić wyjaśnienie skrótów używanych w tabeli.

Piśmiennictwo należy cytować podając w tekście kolejne numery w nawiasach kwadratowych [1,2]. Informacje niepublikowane można przytaczać podając źródła informacji w tekście (w nawiasie). Kolejność pozycji piśmiennictwa powinna być zgodna z kolejnością cytowań, a nie z porządkiem alfabetycznym. Każda pozycja piśmiennictwa powinna zawierać: nazwiska i inicjały imion autorów (jeżeli praca ma więcej niż trzech autorów należy dodać „i wsp.”), tytuł artykułu, skrót tytułu czasopisma, rok publikacji; numer tomu (ew. numer zeszytu).

Adres do przysyłania artykułów: Redakcja Kwartalnika „Aromaterapia”, 03-115 Warszawa, ul. Klasyków 10, e-mail: info@pta.org.pl

Termin nadsyłania artykułów jest cykliczny i nieprzekraczalny w terminie 6 tygodni od ukazania się kolejnego numeru, np.

do numeru (1) Zima – do 15 listopada,

do numeru (2) Wiosna – do 15 lutego,

do numeru (3) Lato – do 15 maja,

do numeru (4) Jesień – do 15 sierpnia.

Informacje dla Czytelników

Prenumerata. Cena prenumeraty wynosi 80 PLN rocznie. Cena pojedynczego egzemplarza: 25 PLN. Prenumeratę można zamówić na dowolną liczbę kwartałów, począwszy od dowolnego numeru - także wstecznie. Zamówienie można przysyłać listownie na adres Dystrybutora: **Cassolette** 01-496 Warszawa, ul. Popiołka 16, tel.: 22 425 40 00, 22 398 33 66, 22 398 77 00, 601 69 88 88, 601 99 70 71, lub e-mailem: info@drbeta.pl. Kwartalnik można zakupić w formie pliku PDF bezpośrednio na stronie www.literatura.aromaterapia.pl.

W zamówieniu należy podać wykaz zamawianych numerów, adres, na który egzemplarze wysłane zostaną pocztą oraz ew. dane do faktury.