

Ароматерапия при климактерическом синдроме.



При лечении климактерического синдрома мы применяли смеси эфирных масел, которые разделили на утренний и вечерний приемы. Утром женщины, находящиеся в стационаре, получали ингаляцию тонизирующими эфирными маслами **Лимона** и **Грейпфрута** «Original АТОК», пациенткам с пониженным артериальным давлением в эту смесь добавляли эфирное масло **Розмарина** «Original АТОК». Большинство наших пациенток для утренних ингаляций использовали аромакулоны или ароматизацию одежды (1 капля смеси указанных эфирных масел наносилась на воротник, на расстоянии 15-20 см от носа), что обеспечивало равномерное вдыхание ароматерапевтического препарата в течение дня.

Вечерняя смесь использовалась нами для устранения нарушений сна, создания особой успокаивающей атмосферы в спальне. Для вечерних процедур использовались масла с преимущественно успокаивающим, гипотензивным действием. Преимущественным способом применения вечерней аромасмеси был массаж шейно-воротниковой зоны (расход композиции - 1мл на 1 процедуру). Вечерняя аромакомпозиция изготавливалась следующим образом: в 10 мл **Нейтрального массажного масла** «Original АТОК» добавляли по 1 капле следующие эфирные масла: **Лимонное без терпена**, **Бергамота**, **Гераниевое**, **Мелиссовое**, **Лавандовое** «Original АТОК».

Применяли также ароматизацию постельного белья и ароматизацию помещения при помощи аромалампы. Указанная вечерняя смесь эфирных масел «Original АТОК» использовалась в аромалампе из расчета 1 капля смеси на 10 куб. метров воздушной среды помещения.

Результаты применения ароматерапевтических препаратов превзошли все наши ожидания. Во-первых, улучшение состояния пациентки ощутили быстро - на третьи сутки после начала использования смесей эфирных масел «Original АТОК» (для сравнения: при применении классической гормональной терапии большинство женщин ощущают облегчение на 7-12 сутки). После начала сеансов ароматерапии, первыми исчезали, особенно тягостные для женщин с патологическим климаксом, ночные «приливы», одновременно менялся характер дневных «приливов» - если до начала лечения у большинства пациенток они сопровождались головной болью типа «сжимающего виски обруча», сердцебиениями, болями в области сердца, то на 5-6 день лечения дневные «приливы» имели характер «волны тепла, постепенно охватывающей лицо и шею» и не сопровождались другими неприятными ощущениями. К концу первой недели применения ароматерапии у всех прекращались головные боли и приступы сердцебиений, нормализовался сон. Эти эффекты мы связываем с влиянием вечерней смеси аромасмесей. Благодаря утренней смеси у наших пациенток повышалась работоспособность, улучшалось настроение и память. Необходимо отметить, что такое проявление климакса, как депрессия, которое с трудом поддается лечению традиционными методами, у наших женщин было успешно излечено с помощью ароматерапии.

После окончания курса лечения в стационаре все наши пациентки изъявили желание продолжить прием аромапроцедур в качестве профилактического средства у себя дома.

Женщины мотивировали свой выбор тем, что разработанная нами методика, была проста и приятна одновременно. Она способствовала созданию особой спокойной атмосферы и улучшению настроения. По словам пациенток, вечерняя смесь эфирных масел способствовала возобновлению интимных супружеских отношений и улучшению психологического климата в семье. Женщинами также было отмечено повышение тургора кожи, улучшение состояния волос. Каких-либо отрицательных эффектов у наблюдаемых пациенток выявлено не было.

Таким образом, наши наблюдения убедительно доказывают возможность применения аромапроцедур для лечения субъективных проявлений климакса, для продления молодости и красоты женщин.

*Врачи-гинекологи высшей квалификации
д.м.н. Квашенко В.П, к.м.н. Богослав Ю.П, к.м.н. Гриценко Л.З.*