

УДК [615.8:638.17]:616.5

Бондаренко О. В., Гетьман О. П.

АПИТЕРАПИЯ В КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЕ КОРРЕКЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ КОЖИ ЛИЦА

Кожа выполняет много жизненно важных функций. Это щит от бактерий, вирусов и прочих внешних факторов, угрожающих здоровью человека. Она является зеркалом, в котором отражается хроническая усталость, плохое питание, воздействие физических, химических и эмоциональных стрессов, последствия курения, алкоголя и природных катаклизмов.

Апитерапия – это новое направление в косметологии, основанное на применении вырабатываемых пчелами целебных продуктов.

В последнее десятилетие во всём мире наблюдается рост интереса к апитерапии – лечению мёдом, пыльцой, прополисом, маточным молочком, пчелиным ядом и воском.

Актуальность нашего исследования состоит в том, чтобы в решении проблемы появления морщин и заболеваний кожи, применять продукты пчеловодства, о высокой эффективности которых знали ещё в Древней Индии и называли их эликсирами молодости и здоровья.

Цель исследования: доказать эффективность целебных свойств продуктов пчеловодства (меда и воска) при решении проблемы заболеваний кожи и коррекции морщин.

Ценность меда, с точки зрения ученых, определяется многообразием его компонентов. В нем содержится более 180 естественных веществ, которые управляют биологическими процессами и поддерживают обмен веществ, а также являются идеальным «энергетиком» кожи [1, 38].

Мед богат углеводами, витаминами, различными аминокислотами, минералами и антибактериальными веществами, которые подавляют жизнедеятельность микробов и грибов. Антитоксическое действие его способствует выведению ядов из организма. Он является прекрасным антиоксидантом. Мед омолаживает кожу, стимулируя рост тканей.

Академик Филатов считал, что в меде находятся биогенные стимуляторы, повышающие жизнедеятельность организма. Он близок по составу к кровяной плазме. Белки, содержащиеся в меде, играют роль пластического вещества в организме [2, с.152].

При нанесении меда на кожу наблюдается ее смягчение, улучшение тургора, восстановление эластичности мышечных волокон. Мед легко проникает в поры кожи, питает ее и регулирует водный баланс, активизирует обменные процессы в тканях, поддерживает кожу в свежем состоянии и препятствует преждевременному появлению морщин. Возможно применение меда как при сухой, комбинированной, так и при

жирной коже. Мед является незаменимым компонентом в составе масок, вытяжек, которые используются в косметологии при заболеваниях кожи и коррекции морщин.

Видное место в косметологии занимает воск. Он способствует уменьшению сухости и предупреждению шелушения кожи [3, с.97-98]. Воск входит в качестве основы в состав питательных, вяжущих, очищающих, отбеливающих кремов и масок для лица. Он образует на коже тончайшую защитную пленку, которая предохраняет ее от потери влаги. После применения препаратов, содержащих воск, кожа становится мягкой и бархатистой [4, 218-220].

Сияющая, чистая, красивая кожа во многом зависит от правильного снабжения жизненно важными питательными веществами посредством кровообращения развивающихся клеток, которые находятся в глубоких слоях кожи. Клеткам необходимы питательные вещества, чтобы они могли развиваться и превращаться в сильные, идеально сформированные клетки кожи лица, предотвращая образование морщин и различных заболеваний кожи. Новые клетки подвергаются воздействию дождя, ветра, химикатов, солнечных излучений. А помогают им противостоять этим негативным воздействиям питательные вещества, которые предотвращают появление морщин, пигментных пятен и воспалений [5, с. 41-42].

В эксперименте принимали участие три женщины возрастом 35 лет с различными типами кожи, которые работали в разных сферах деятельности. Исследование проводилось в течение 12 дней.

У первой женщины были выявлены следующие проблемы: сухость кожи, желтоватый цвет лица, мимические морщины вокруг глаз, «мешки» под глазами, незначительные воспалительные элементы кожи. Женщина работает в офисе, много курит.

Было проведено очищение кожи медовой вытяжкой с последующим применением апипрепаратов (медовая маска от морщин и лимонно-восковая маска). Также были назначены витамины С, Е, группы В, бета-каротин, минеральные вещества, исключение из рациона острой пищи, ограничение курения, рекомендованы прогулки на свежем воздухе и 8-часовой сон.

Вторая женщина с жирным типом кожи, работает в химической лаборатории завода, вредных привычек не имеет. Состояние кожи до проведения эксперимента: угревая сыпь на лбу, пигментные пятна на шее и щеках, мимические морщины, особенно вокруг глаз и нездоровый цвет лица.

Назначения: исключение из рациона острой, соленой и жирной пищи. Увеличено употребление морепродуктов, зелени, овощей и фруктов. Проводились витаминотерапия, очищение кожи медовой вытяжкой, апитерапия (медовые маски от морщин и лимонно-восковая маска). Рекомендованы прогулки на свежем воздухе и 8-ми часовой сон.

Третья женщина с комбинированным типом кожи. Работает

почтальоном. Вредных привычек не имеет.

Состояние кожи до проведения эксперимента: кожа обветренная с признаками шелушения на щеках и в области носа, мимические морщины вокруг глаз и рта.

Назначения: очищение лица медовой вытяжкой, апитерапия (нанесение масок поочередно с медом и воском), включение в рацион питания витаминов В₆, С, Е, продуктов с эфирными маслами и рыбьего жира.

Состояние кожи лица у женщин до и после проведения эксперимента см. в табл. 1.

Таблица 1.

Состояние кожи лица у женщин до и после проведения эксперимента

Данные участниц эксперимента	Состояние кожи до проведения эксперимента	Состояние кожи после проведения Эксперимента
Сухой тип кожи. Возраст – 35 лет. Работает в офисе. Много курит.	Кожа воспалена с желтоватым оттенком. Мимические морщины вокруг глаз. «Мешки» под глазами.	Воспалительный процесс приостановлен. Кожа стала шелковистой, приобрела свежий вид. Мелкие морщины разгладились. «Мешки» под глазами уменьшились.
Жирный тип кожи. Возраст – 35 лет. Работает в химической лаборатории завода. Без вредных привычек.	Угревая сыпь на лбу. Пигментные пятна на шее и щеках. Мимические морщины. Нездоровый цвет лица.	Угревая сыпь значительно уменьшилась. Уменьшились пигментные пятна. Кожа стала нежной, более упругой. Уменьшилось количество мелких морщин. Кожа приобрела здоровый вид.
Комбинированный тип кожи. Возраст – 35 лет. Работает почтальоном. Без вредных привычек.	Кожа обветренная с признаками шелушения на щеках и в области носа. Мимические морщины вокруг глаз и рта.	Кожа стала гладкой, здоровой, без признаков обветривания и шелушения. Мимические морщины разгладились.

Рецепт медовой маски от морщин: 5 ст. ложек меда растопить на слабом огне, снять с огня, добавить 2 ст. ложки спирта и 2 ст. ложки

воды. Полученную массу перемешать и тщательно растереть. Готовая маска накладывается на лицо на 10 минут и затем смывается теплой водой [6, с. 26-32].

Рецепт лимонно-восковой маски: 20 мл сока лимона, 10 мл пчелиного воска, 10 мл маточного молочка, 5 мл спирта. Поставить на водяную баню – t° 60-65°C. Когда воск расплавится, все перемешать. Маска наносится тонким слоем на лицо. Через 15 минут смывается теплой водой [7, с. 26-28].

Чередование медовой и лимонно-восковой масок см. в табл.2.

Таблица 2.

Чередование медовой и лимонно-восковой масок

Название маски	Дни эксперимента					
	1	3	5	7	9	11
Медовая маска от морщин	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Название маски	Дни эксперимента					
	2	4	6	8	10	12
Лимонно-восковая маска	✓	✓	✓	✓	✓	✓

В решении проблемы заболеваний кожи и коррекции морщин апитерапия занимает важное место. Благодаря продуктам пчеловодства, а также рациональному питанию можно сохранить здоровую кожу. Структура кожи у всех одинаковая, но у каждого имеется свой собственный генетический код, а также разные условия труда и окружающая среда. Кожа любого типа обладает собственными преимуществами и недостатками, и по этой причине для получения наилучших результатов исключительно важно подобрать правильную систему ухода за ней [8; 9; 10].

Результаты эксперимента показали, что очищение лица медовой вытяжкой, апитерапия (чередование медовой и лимонно-восковой масок) и полноценное питание дают положительный эффект. Апитерапия, несомненно, является лучшим средством при решении проблемы заболеваний кожи, появления морщин, так как продукты пчеловодства используются при любом типе кожи, не нанося вреда здоровью и не имея побочных эффектов.

Литература

1. Вендровская С. И. 100 минут для красоты и здоровья / С. И. Вендровская // М. : Физкультура и спорт, 2005. – 134 с. **2. Дрибноход Ю.** Пособие для косметолога / Ю. Дрибноход // СПб. : ИД,

Весь, 2005. – 256 с. **3. Джарвис Д. С.** Мед и другие естественные продукты: опыт исследований одного врача / Д. С. Джарвис // Из тайн природы, 1999. – 128 с. **4. Иванченко Н.** Статя красивой / Н. Иванченко, Е. Иванченко // Ленинград : Лениздат, 1985. – 224 с. **5. Куреннов П. М.** Русский народный лечебник / П. М. Куреннов // СПб. : ИК «Комплект», 1996. – С. 88 – 90. **6. Огурцова А. Н.** Дифференцированный подход к коррекции возрастных изменений кожи лица, шеи и зоны декольте / А. Н. Огурцова // Актуальные вопросы дерматовенерологии и косметологии. Сб. работ. – Одесса, 2003. – С. 83-85.

Бондаренко О. В., Гетьман О. П. Апітерапія в комплексній програмі корекції змін шкіри обличчя.

В останнє десятиріччя в усьому світі спостерігається зростання інтересу до апітерапії – лікування медом, пилком, прополісом, маточним молочком, бджолиною отрутою і воском. У статті розглядаються комплексні програми корекції зміни шкіри обличчя за допомогою апітерапії, яка використовує цілющі продукти, які виробляють бджоли.

Основною метою нашого дослідження є доведення ефективності цілющих властивостей продуктів бджільництва при вирішенні проблем захворювань шкіри і корекції зморшок. Нами був проведений експеримент очищення обличчя медовою витяжкою, апітерапія із включенням в раціон харчування вітамінів В₆, С, Е. В експерименті брали участь три жінки віком 35 років з різними типами шкіри, які працювали в різних сферах діяльності. Цінність меду, з точки зору вчених, визначається різноманіттям його компонентів. У результаті експерименту було доведено, що правильно підібрані методи апітерапії, вітамінотерапія та здорове харчування дають позитивний ефект.

Ключові слова: косметологія, апітерапія, захворювання шкіри, старіння шкіри, продукти бджільництва.

Бондаренко О. В., Гетьман О. П. Апитерапия в комплексной программе коррекции изменений кожи лица.

В последнее десятилетие во всём мире наблюдается рост интереса к апитерапии – лечению мёдом, пыльцой, прополисом, маточным молочком, пчелиным ядом и воском. В статье рассматриваются комплексные программы коррекции изменения кожи лица с помощью апитерапии, которая использует целительные продукты пчеловодства.

Цель нашего исследования – доказать эффективность целебных свойств продуктов пчеловодства в решении проблемы заболеваний кожи и коррекции морщин. Нами был проведен эксперимент очищения лица медовой вытяжкой, апитерапия с включением в рацион питания витаминов В₆, С, Е. В эксперименте принимали участие три женщины возрастом 35 лет с различными типами кожи. В результате эксперимента было доказано, что правильно подобранные методы апитерапии, витаминотерапия и здоровое питание дают положительный эффект,

который является лучшим способом при решении проблемы заболеваний кожи и появления морщин.

Ключевые слова: косметология, апитерапия, заболевание кожи, старение кожи, продукты пчеловодства.

Bondarenko O. V., Getman O. P. Apitherapy in the complex program of correction of skin changes of the face.

The article examines the complex program of correction changes of facial skin using apitherapy. Apitherapy – is the new trend in cosmetics, based on the use of medicinal products produced by bees. In the last ten years throughout the world there is a growing interest in apitherapy – honey treatment, pollen, propolis, royal jelly, bee venom and wax.

The urgency of a new trend in cosmetics, based on the use of medicinal products produced by bees. In the last decade throughout the world there is a growing interest in apitherapy - honey treatment, pollen, propolis, royal jelly, bee venom and wax.

The main objective of our study: to prove the effectiveness of the healing properties of bee products for solving the problems of the skin and wrinkle. The value of honey, from the point of view of scientists, determined by the diversity of its components

The structure of the skin at all identical, but each has its own genetic code, as well as the different working conditions and environment. The skin of any type has its own advantages and disadvantages, and for this reason, for best results, it is essential to choose the correct her care system.

As a result of the experiment it was shown that properly chosen methods of apitherapy, vitamin therapy and a healthy diet have a positive effect, which is undoubtedly the best way for solving the problem of diseases of the skin and the appearance of wrinkles.

Keywords: apitherapy, trends in cosmetology, skin disease, skin aging, bee products.

Стаття надійшла до редакції 29.03.2016 р.

Прийнято до друку 30.05.2016 р.

Рецензент – к. п. н., доц. Шпетна С. А.

УДК 75.031.072.2 (4 Укр)

А. А. Нестеренко

**ВПЛИВ ТРАДИЦІЙ НАРОДНОГО ЖИВОПИСУ НА РОЗВИТОК
СУЧАСНОЇ НАРОДНОЇ КАРТИНИ ПОЛТАВЩИНИ**

Процес самоідентифікації українців, як нації з власною культурою, активізувався з отриманням Україною незалежності. Початок ХХІ ст. вирізняється особливим творчим підйомом серед народних