

## Masážní prostředky – účinné látky

### ❖ Silice

= velmi rozmanitá skupina látek

- směsi ve vodě nerozpustné / lipofilní /
- často vonné, obsaženy v rostlinách
- složení silic:
  - alkoholy
  - aldehydy
  - ketony
  - fenoly a fenolické étery
  - estery
  - peroxidy a oxidy

### **Alkoholy**

- silice růžová / linalol /
- silice mátová / menthol /
- s.rozmarýnová / borneol /

### **Aldehydy**

- aldehyd kyseliny skořicové, vanilin

### **Ketony**

- iron v silici kosatce
- menton ze silice mátové
- kafr

## **Fenoly**

- thymol ze silice hřebíčkové

### **Získávání silic:**

Izolací z rostlin pomocí destilace s vodní parou

### **Použití silic:**

1. vyvolávají na kůži pocit tepla a zčervenání / kafr, thymol /- stimulační účinky
2. protizánětlivé účinky / heřmánková silice /
3. dezinfekční účinky
4. regenerační účinky

### ❖ **Flavonoidy**

= látky rostlinného původu / deriváty fenylchromanu , v rostlinách ve formě aglykonu /

- působí na permeabilitu kapilár/  
normalizují ji/
- snižují lomivost kapilár
- rozšiřují cévy

- spasmolytický efekt

- patří sem:

### **měsíčkový květ**

-vliv na kůži, podkoží, zlepšuje permeabilitu kapilár, rozšiřuje cévy / záněty žil, jizvy /

### **arnikový květ**

- analgetické a protizánětlivé účinky

### ❖ *alkaloidy*

- kapsaicin / paprika /

### ❖ *látky s chladivým efektem*

- menthol - silice/ pohmožděniny, vykloubeniny, výrony /

### ❖ *látky s hřejivým efektem*

- kapsaicin : zvyšuje místní prokrvení, snižuje svalovou ztuhlost, zmírňuje bolesti- revmatické, působí proti křečím

## ❖ protizánětlivé látky

- flavonoidy
- deriváty kys. salicylové

## ❖ vitamíny

### **panthenol / provitamín vit.B5 /**

- regenerační a zklidňující účinek
- hydratace a normalizace pleti

### **Vitamín A**

- působení na kůži / vyhlazuje vrásky, pokožku, zlepšuje akné, nehty, vlasy/
- podílí se na udržování buněk v kůži
- nadbytek : zlomeniny / odvápnění kostí /, únava a nervozita

### **Vitamín E**

- zvyšuje odolnost stěn cév
- zlepšuje procesy hojení