

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 /

arníkový květ

- analgetické a protizánětlivé účinky

❖ **alkaloidy**

- kapsaicin / paprika /

❖ **látky s chladičným 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