

# الزيوت العطرية

## تعريف الزيوت العطرية :

الزيوت العطرية أو الزيوت الطيارة أو الزيوت الأساسية، هي مستخلصات من النباتات العطرية، وهي مواد زيتية سهلة التطاير. تتكون من الإسترات، الإلدهيدات، الكيتونات، والتربينات. وهي المواد الرئيسية المسؤولة عن الرائحة المميزة للنباتات.

تؤكد البرديات الفرعونية والآثار التاريخية والمومياءات، أن المصريين القدماء كانوا أول من استعمل العطور، وعرف تأثيرها على الإنسان من نشاطه وحيويته وقدرته على العمل والابتكار، فقد أعجبوا بها وفتنتهم روائحها المختلفة، وكانت الملكة كليوباترا من أكثر المغرمين باستخدام العطور والزيوت العطرية في تعطير القصور، والملابس، ومياه الاستحمام، وعربة الركوب، وكل مكان تذهب إليه، وبعدها انتقلت الزيوت العطرية إلى بقية الحضارات.

لا شك أن الفراعنة أول من استخدم الزيوت العطرية في العلاج وتقوية الأبدان، فكانوا يدلكون أجسامهم بها بعد الاستحمام. كما استعمل الصينيون طب الزيوت العطرية في حقب تاريخية قديمة وفي زمن يقارب زمن الفراعنة. وكذلك استعمل الإغريق الزيوت العطرية للطبابة والتجميل. ومن ثم أخذ الرومان معظم المعارف الطبية من الإغريق وحاولوا تحسينها، وأصبحت عادة عندهم غسل اليدين بعد الطعام في أوعية مملوءة بالماء والورد.

أما عن دور العرب، فقد طوّر ابن سينا هذا العلم، وقدم له أهم المنجزات التي تمثلت باستعمال عملية التقطير واستخراج الزيت الصافي المركز ليضعه في قوارير صيدلية، لاستعماله في معالجة مختلف الأمراض. كما تمكن ابن سينا من تقطير الكحول لتخفيف كثافة الزيت قبل وضعه على الجلد. وفي القرن العشرين، كان الكيميائي الفرنسي رينيه موريس جاتيفوس أول من أجرى الأبحاث على الزيوت العطرية الطبية، وفي إحدى التجارب، احترقت يده في المختبر، فوضعها في زيت ورد الخزامى، فكانت دهشته شديدة عندما تعافت يده من الحروق بسرعة.

توجد العطور في بعض النباتات على هيئة زيوت عطرية، وهي مزيج من مواد طيبة الرائحة ومواد أخرى لا رائحة لها. هناك تقريباً 10 % من النباتات التي تعطي زيوتاً عطرية، تتمتع بخصائص عدّة لمقاومة الفطريات والبكتيريا. وغالباً ما توجد هذه الزيوت في النباتات إما في:

الأزهار مثل: الورد، والياسمين، والقرنفل، والفل، والغاردينيا، وإكليل الجبل، واللافندر، والبنفسج، والنرجس. أو في الأوراق مثل: النعناع، وشجرة الشاي، والريحان، والخزامى. أو في لحاء الأشجار مثل: القرفة. أو الخشب مثل: الأرز، والصندل، والصنوبر. أو الجذامير مثل: الزنجبيل. أو البذور مثل: الشمرة، واليانسون، والكزبرة، والكرامية، والشبث، وجوزة الطيب، أو الثمار مثل: البرتقال، والليمون، والعرعر. أو الصمغ والإفرازات الزيتية الراتنجية مثل: اللبان، وبلسم بيرو، والاصطرك، وبلسم طولو.

كما تعد بعض الحيوانات والصخور مصدراً مهماً لأغلى أنواع العطور الزيتية، ومنها: عطر العنبر الذي يستخرج من معدة الحوت الأزرق، ويسمى أيضاً حوت العنبر، وأحياناً يلفظه خارجاً ليطفو على سطح البحر، فعندما يتغذى الحوت على الأسماك وأحياء البحار، يكون منها ما يهيج أمعائه فلا تهضم، فيقوم بإفراز مادة تحيط بهذا الشيء الذي يؤذيه، ثم يلفظها في البحر، وهذه المادة هي العنبر، ولها قوام الشمع، ذات لون رمادي أو أبيض أو أصفر أو أسود، وكثيراً ما تجمع بين أكثر من لون، يلتقطها الإنسان من على سطح المحيطات.

أما عطر المسك فإنه يستخرج من حيوان الأيل، ويعرف بأيل المسك، ويوجد المسك في بطن الأيل الذكر، داخل كيس يبلغ حجمه حجم حبة البرتقال.

المسك الأبيض البارد، ويستخرج من جبال أوروبا، حيث يتكون بصورة طبيعية عندما تتفاعل بعض أنواع الصخور مع الثلوج المتراكمة على تلك الجبال، فينتج عن ذلك التفاعل كتل هشة من الصخور البيضاء يميل لونها إلى بعض الصفرة.

**طرائق استخلاص الزيوت العطرية :**

المختلفة لغرضين من أجل تحسين النكهة ومن أجل تحسين القدرة التخزينية.

**ما هو العلاج بالرائحة؟**

هو العلاج بالزيوت العطرية التي تُستخرج من النباتات العطرية، مثل: اللافندر، وشجر الأرز، وشجرة الصنوبر والسرو... إلخ، ففي إنكلترا أصبحت هذه الزيوت العطرية بمثابة علاج تكميلي في قسم علاج السرطان، لأنها تساعد في التخفيف من الألم والتقيؤ، وتقوية جهاز المناعة، وتحسّن مزاج المريض.

وقد أثبتت الدراسات أن استنشاق أية رائحة من شأنه أن يُغيّر المزاج أو يُنشط الذاكرة، لأن هذه الرائحة تصل إلى مكان في الدماغ يعد مصدراً للمشاعر والذاكرة والمزاج. لذلك يلجأ إلى هذه المميزات والخصائص في الزيوت العطرية مع مرضى الزهايمر لتنشيط ذاكرتهم.

**فوائد بعض الزيوت العطرية :****زيت شجرة الشاي:**

مضاد للالتهابات والبكتيريا والميكروبات، كما يقوي الجهاز المناعي وله العديد من التأثيرات الدوائية. يستخدم لتطهير الجروح ومكافحة العدوى، وعلاج فطريات الجلد والأظافر وحب الشباب وقمل الرأس. ويستخدم موضعياً لأنه سام إذا تم تناوله عن طريق الفم.

**زيت القرنفل:**

له خواص مسكنة للألم، ومضادة للالتهاب، ومخدرة ومطهرة، له شهرته في علاج آلام الأسنان، فمن قديم الزمان يُنصح من يعانون من ألم الأسنان أو قرح اللثة بمضغ فصوص القرنفل. كما يمكن إضافته إلى بعض الماء الدافئ واستخدامه للمضمضة أو الفرغرة.

**زيت النعناع:**

يعد الزيت الأشهر والأكثر استعمالاً بين الزيوت العطرية، فهو متعدد الفوائد الطبية، يجمع بين الخصائص المسكنة والمهدئة والمطهرة والمضادة للعدوى والمضادة للتقلص. له رائحة وطعم مميزين يعطيان إحساساً بالانتعاش (البرودة)، ويستخدم زيت النعنع العطري في التطبيقات الغذائية والدوائية، وفي صناعة العطور والمنكهات. بالإضافة إلى قدرته على تنشيط الجهاز المناعي. يعد

لعرب منذ القدم دوراً هاماً في تطوير طرق الاستخلاص والتحضير للزيوت العطرية بواسطة التبخير، والتكثيف والتقطير، على أيدي علماء كبار أمثال ابن سينا الذي استخرجها بطريقة نقيّة ومركّزة، وكذلك جابر ابن حيان الذي يعد أول من فصل مادة الكحول عن طريق التقطير، ثم تطور الأمر لاحقاً لتتعدّد طرق استخلاص الزيت العطري، ومن أهم هذه الطرائق:

- الاستخلاص بالتقطير وهي الطريقة الشائعة.
- الاستخلاص بالمذيبات العضوية.
- الاستخلاص بالعصر، وتطبق على قشور البرتقال والليمون.
- الاستخلاص بالتحلل الأنزيمي.
- الاستخلاص بطريقة الغمر في الزيت .
- الاستخلاص بطريقة تشبع الدهون، تستخدم مع الياسمين .
- الاستخلاص باستخدام ثاني أكسيد الكربون فوق الحرج وهي تقنية حديثة ومرتبعة التكلفة.

**استخدامات الزيوت العطرية :**

يتزايد الإنتاج والاستهلاك العالمي للزيوت العطرية بسرعة كبيرة، لأنها تستخدم في مجموعة واسعة من السلع الاستهلاكية مثل:

- المنظفات والصابون.
- مستحضرات التجميل.
- المستحضرات الصيدلانية.
- العطور.
- الصناعات الغذائية، كصناعة الحلويات، واللحوم، والأجبان.
- المشروبات الغازية، والمشروبات الكحولية المقطرة.
- المبيدات الحشرية.

**الفاعل الحيوي للزيوت العطرية ونشاطه كمضاد****ميكروبي:**

ثبت أن للزيوت العطرية مفعولاً قوياً مضاداً للبكتيريا والجراثيم، كما أنها تعد مطهراً قوياً وقاتلاً للجراثيم، ومزيلاً للمرض والعدوى. وتكون معظم البكتيريا الممرضة حساسة للزيوت العطرية النباتية، حيث تعمل على تثبيط نموها وتحد من قدرتها على إنتاج السموم، إذ تقوم بإتلاف العديد من الأنظمة الأنزيمية للكائنات الدقيقة، متضمنة تلك المستخدمة في استخدام الطاقة والمكونة للمركبات البنائية، لذلك فإنها تضاف إلى الأغذية

**زيت الياسمين:**

وهو أكثر الزيوت فاعلية والضرورية في توفير الانتعاش ورفع الروح المعنوية، رائحته الجميلة لها تأثير كبير على أحاسيس الإنسان، وتعطي إحساساً بالمرح والثقة بالنفس. يساعد على تهدئة البشرة الملتهبة خاصة إذا كان الالتهاب نتيجة القلق أو الإحباط. ويعد زيت الياسمين من أغلى الزيوت.

**زيت العرعر:**

يستخدم زيت العرعر لعلاج الروماتيزم، كذلك يُفيد في علاج الجروح الخارجية وتطهيرها، كما يُفيد في علاج العديد من الأمراض الجلدية مثل مرض الأكزيما ومرض الصدفية، من خلال استعماله بشكل خارجي.

**زيت الورد:**

هو الزيت الأساسي المستخلص من بتلات أنواع مختلفة من الورد وخاصة الوردة الدمشقية. يتم استخلاص زيت الورد من خلال التقطير بالبخار، ويستخدم زيت الورد الخالص في صناعة العطور. ويساعد هذا الزيت في التخفيف من الشعور بالضغط والتوتر العصبي، وقد بينت إحدى الدراسات أن رائحة زيت الورد قادرة على خفض مستويات هرمون الإجهاد في الدم، مما يخفف الأعراض الفسيولوجية للإجهاد (كتسرع ضربات القلب، وزيادة ضغط الدم، والتعرق). كما أفادت دراسة أخرى أن التطبيق الموضعي لزيت الورد يعطي شعوراً بالاسترخاء، ويرجع ذلك إلى تشبع الدم بالأوكسجين. كما أكد ممارسو العلاج بالروائح أن زيت الورد يمكن أن يخفف من أعراض انقطاع الطمث، بما في ذلك الهبات الساخنة والقلق، والتعرق الليلي، وانخفاض الرغبة الجنسية. كما أن هناك علماء يبحثون ما إذا كان لزيت الورد القدرة على تأخير أعراض مرض الزهايمر، وهو اضطراب تنكسي عصبي تدريجي يسبب فقدان الذاكرة والوظيفة الإدراكية.

**ملاحظة هامة:**

عند استخدام زيت الورد موضعياً على البشرة، يوصي المعالجون بالروائح عموماً بتركيز 1 - 5 % زيت عطري، يخفف بزيت نباتي والأفضل زيت زيتون أو زيت الأفوكادو.

د. زينب النعسان



مفيداً جداً للتخلص من احتقان الأنف والصداع النصفي. ويستخدم كذلك في مستحضرات العناية بالشعر للتخلص من قشرة الرأس، وفي معاجين الأسنان.

**زيت البابونج الألماني (الكاموميل):**

له خواص مهدئة للجهازين العصبي والهضمي، فهو ملطف للمعدة ومضاد للانتفاخ وملطف للتقلصات، بصفة خاصة في حالات القولون العصبي. كذلك في المساعدة على الاسترخاء والنوم، وتسكين الألم، وتقوية المناعة. ويستخدم زيت البابونج موضعياً في مستحضرات لتلطيف التهابات الجلد.

**زيت الليمون:**

ويُعرف برائحته الحامضية الفريدة، وبغناه بمضادات الأكسدة التي تقوي المناعة وتحارب الأمراض بشكل عام. ولزيت الليمون كذلك تأثير مطهر وقابض ومسكن ومضاد للغثيان ومحسّن للمزاج. ويخفف من أعراض القلق والاكتئاب.

**زيت الأوكاليببتوس (الكينا):**

يستخدم في مستحضرات تخفيف آلام العضلات والمفاصل. وفي مستحضرات علاج احتقان الجهاز التنفسي. كما يمتلك أيضاً خواص مضادة للعدوى ومسكنة للألام. شجرة الكينا هي المصدر الوحيد العملي اقتصادياً لمركب الكينين، وهو مركب يعمل كخافض للحرارة، وهو الدواء الموصى به لعلاج الملاريا.

**زيت اللافندر (الخزامى):**

يتميز بخصائصه في الاسترخاء وتهدئة الأعصاب، ويساعد في النوم ويعالج الصداع. كما يساعد في علاج الالتهابات وتجدد البشرة ومعالجة الحروق وحساسية الجلد.