

## В гармонии с природой

Научный руководитель – Ящинская Татьяна Александровна

*Сивохина Сабина Александровна*

*Абитуриент*

Первый Московский государственный медицинский университет имени И.М. Сеченова,  
Москва, Россия

*E-mail: sabinasivohina@mail.ru*

**Актуальность исследования** обусловлена ухудшением экологической обстановки и ростом негативного воздействия окружающей среды на кожу и волосы человека [10]. Современная синтетическая косметика нередко содержит химические компоненты, способные вызывать раздражения и аллергические реакции, что усиливает интерес к натуральным средствам ухода.

**Цель работы:** изучить полезные свойства сорных растений и оценить возможность их применения в традиционной и народной косметологии для защиты кожи и волос.

Были выдвинуты две гипотезы: 1) сорные растения обладают полезными свойствами и могут оказывать благоприятное воздействие на организм человека; 2) сорняки не имеют практической ценности для косметологии.

В ходе исследования изучены 10 распространённых видов растений Пензенской области: василёк синий, клевер луговой, лопух большой, мать-и-мачеха, одуванчик лекарственный, подорожник большой, полынь обыкновенная, ромашка аптечная, хвощ полевой, крапива двудомная [11]. Проведено анкетирование школьников и их родителей, которое показало, что лишь 2% опрошенных используют народные рецепты, тогда как большинство предпочитает промышленную косметику.

Дополнительно был выполнен анализ состава и уровня натуральности популярных косметических марок (Natura Siberica, «Рецепты бабушки Агафьи», «Чистая линия», Green Mama). Наиболее высокий показатель натуральности (более 80%) выявлен у продукции «Рецепты бабушки Агафьи» [12].

Практическая часть включала разработку 9 рецептов косметических средств на основе изучаемых растений [4]. В течение месяца участницы эксперимента тестировали предложенные средства. По итогам исследования у всех участников отмечен положительный эффект, аллергических реакций не выявлено.

Также доказана экономическая целесообразность использования дикорастущих растений: себестоимость домашней косметики минимальна, тогда как средняя стоимость промышленной продукции составляет 500 рублей.

В результате исследования первая гипотеза подтвердилась: сорные растения обладают полезными свойствами и могут эффективно применяться в косметологии. Разработан и выпущен сборник о полезных свойствах сорных трав и их практическом использовании в косметологии. Не спешите уничтожать эти растения: они помогут вам выглядеть моложе и привлекательнее!

## Источники и литература

- 1) Аверченко А.Т., Сорные травы. – М., 1994, С.27.
- 2) Барабанов Е.И., Ботаника: учебник для студ. высш. учеб.заведений. – М: Издательский центр «Академия», 2006, С. 348.

- 3) 3.Баздыров Г.И., Сорные растения и меры борьбы с ними в современном земледелии. – М: Издательство МСХА, 2004., С.127.
- 4) 4.Берков В.П., Беркова Г.И. Натуральная косметика и омолаживающие средства – путь к продлению молодости.
- 5) 5.Википедия., Электронный словарь.
- 6) 6.Мерлинг М., Разум цветов. Избранные произведения. – М., 1996.
- 7) 7.Никитин В.В., Сорные растения флоры СССР. - Л.: Наука, 2003, С.454.
- 8) 8.Солоухин В.А., "Трава". – М., Наука и жизнь, № 9, 1992.
- 9) 9.Ульянова Т.Н., Сорные растения во флоре России и других стран СНГ. –Санкт-Петербург, ВИР, 2008, С.344.
- 10) 10.<https://www.passion.ru/beauty/uhod-za-licom/vliyanie-ekologii-na-kozhu-122822.htm>
- 11) 11.<http://domorost.ru/maps/country/rossiya/region/penzenskaya-oblast/type/weed>
- 12) 12.<https://cosmabase.ru>
- 13) 13.<http://otzovik.com/>
- 14) 14.<https://estet-portal.com/statyi/konservanty-v-kosmetike>

#### **Иллюстрации**

**Сборник**

**«Полезные свойства сорных трав  
Пензенской области и их  
использование в косметологии»**



Рис. : Обложка выпущенного сборника