

АБРИКОСОВОЕ КОСТОЧКОВОЕ МАСЛО

Общие сведения

Абрикосовое масло получают холодным прессованием ядра косточки абрикоса *Prúnus armeniáca*. Его функциональность, как растительного масла, универсальна. Оно одинаково применимо для пищевых и косметологических целей. Абрикосовое масло выглядит, как желтая, чистая жидкость с очень приятным запахом и вкусом. Оно также входит в состав многих высоко качественных туалетных мыл, губных помад и кремов. Но само по себе, в чистом виде, оно, безо всяких сомнений, ценнее большинства из них, в которых преобладают не функциональные добавки, наполнители, загустители и пр. Масло косточки абрикоса использовалось в традиционной медицине и на востоке, и на западе.

Реализуемое нами нерафинированное абрикосовое масло холодного отжима не содержит никаких искусственных добавок и красителей. Оно производится по классической технологии холодного прессования с двойной фильтрацией, применяемый метод производства позволяет полностью сохранять нативный комплекс ценных биологически активных веществ.

Содержание биологически активных веществ в абрикосовом масле, значимых, как основные критерии ценности любых натуральных масел

Вещество	Содержание	Примечание
ЖИРНЫЕ КИСЛОТЫ [1,2,3]		
насыщенные		
Стеариновая	0.5 %	C18
Пальмитиновая	5.8-19 %	C16
ненасыщенные		
Пальметоеновая	1.5 %	C16:1 ω 7
Олеиновая	55-77 %	C18:1 ω 9
Линолевая	16-29.3 %	C18:2 ω 6
Лиоленовая	0.22% до 1%	C18:3 ω 3
11 - Эйкозеновая	0.18 % до 1%	C20:1 ω 9
ИНЫЕ ЛИПИДЫ [4]		
Сквален	12-44 мг/100 г	
Фитостеролы	215-970 мг/100 г	β -ситостерол 76-86%
ЖИРОРАСТВОРИМЫЕ ВИТАМИНЫ И ПРОВИТАМИНЫ [5]		
Токохроманолы	0.15–0.53 мг/100 г	γ -токоферол 91–94%
Каратиноиды	78.8–258.5 мг/100 г	Преобладают β -криптоксантин и β -каротин, лютеин и зеаксантин 76–94%

Биомедицинские особенности, характерные для абрикосового масла

Ценность абрикосового масла определяется очень большой долей жирных ненасыщенных кислот, сквалена и фитостеролов, а особые преимущества дает большое количество витаминов группы А.

Жирные кислоты в форме жиров и восков вместе со скваленом это основа человеческого себума, то есть, секрета сальных желез. Они же включаются в состав многих косметических средств и вносятся в организм при уходе за кожей. В натуральных растительных маслах, как мы видим на примере масла косточки абрикоса, мы имеем очень ценное дополнение к ним, большие количества фитостеролов, а также наличие каратиноидов. Эти вещества для нас очень значимы. Но перед тем, как рассказать об их пользе в плане применения, мы должны рассмотреть одну типичную и серьезную проблему, в связи с деструкцией этих биологически активных веществ. А также мы должны объяснить некоторые особенности биохимии, которые характерны именно для

абрикосового масла, не доступны из иных источников и дают нам нечто полезное в связи с этой проблемой, а также в некоторых иных аспектах.

Данная проблема состоит в том, что все перечисленные полезные агенты могут переставать усваиваться из-за окислительной деструкции. Это наблюдается и при приеме масел в пищу, но особо это выражено при уходе за кожей. Хотя все эти биологически активные вещества сами являются антиоксидантами, но далеко не самыми сильными, потому они достаточно быстро исчерпывают свой потенциал на коже под воздействием УФ лучей солнца. Причем мы не просто теряем ценные вещества. Из ненасыщенных жирных кислот при фотоокислении могут даже образовываться агенты, ускоряющие фотостарение кожи! Вместо увлажнения и омолаживающего эффекта можно получить обратное действие. С такими эффектами мы иногда сталкиваемся применяя косметические средства с непродуманным составом. Однако, все эти проблемы исчезают, если эти биологически активные вещества защищены самыми сильными антиоксидантами, токохроманолами, витаминами группы Е. Их специально ради этого добавляют в косметику специально, а в случае лучших из натуральных масел природа позаботилась об этом.

Абрикосовое масло в этом плане проявляет исключительные свойства. В 2014 были сделаны сравнительные исследования ряда промышленных образцов нетрадиционных натуральных масел растительных семян, а именно: ядер абрикоса (*Prunus armeniaca*), зародышей пшеницы (*Triticum vulgare*), виноградных косточек (*Vitis vinifera*), семечек томата (*Lycopersicon esculentum*) [6]. Все эти масла сопротивлялись окислению. Некоторые из них слегка превосходили масло косточки абрикоса по содержанию токохроманонов. Но, не смотря на это, масло косточки абрикоса оказалось самым стойким к окислительной деструкции. Помимо этого оно лучше всех проявляло фотопротекторные эффекты, как и самую лучшую способность к длительному хранению.

Эти кардинальное преимущество масла косточки абрикоса объясняются свойствами его легких компонентов, составляющих его эфирное масло. Они в совокупности дают ещё несколько не менее важных преимуществ. В эфирном масле косточек абрикоса имеем большое количество очень хороших природных растворителей и консервантов. В первую очередь это бензальдегид, бензойная и коричные кислоты, их эфиры и иные близкие фенольные вещества. Антиоксидантные свойства токохроманонов, в этой среде, натуральных растворителей масла косточки абрикоса, проявляются активнее, что и дает повышенную сопротивляемость окислению. Также эфирные масла являются причиной особого и очень приятного запаха масла косточки абрикоса. Но этим полезные свойства этих легких компонентов не ограничиваются данной описанной особенностью.

Во-первых, эта компонента эфирных масел является очень хорошим носителем для более тяжелых ценных веществ. Их доставка до их мишеней в коже происходит существенно быстрее и лучше, то есть, улучшается их биодоступность. Потому абрикосовое масло в лечебно-профилактическом и косметологическом плане часто превосходит многие иные масла с большим содержанием активных ингредиентов.

Во-вторых, бензальдегид и иные близкие вещества эфирного масла косточки абрикоса являются сильными противомикробными и противогрибковыми агентами. По сути, это и обыгрывалось в традиционной медицине при лечении инфекционных заболеваний кожи с помощью абрикосового масла. Однако, такое применение в традиционной медицине выдерживает проверку современной наукой. Например, в относительно недавних исследованиях от 2014 [7], подтвердилась высокая ингибирующая активность фракции эфирных масел косточек абрикоса в жидком виде и в парах против 16 патогенных бактерий. В этой работе изучили также и состав фракции, она на более, чем на 90% состоит из бензальдегида и около 5 % бензойной кислоты, остальное практически полностью фенольные соединения с ещё большей противомикробной и противогрибковой действенностью. Аналогичные исследования подтверждают противогрибковые свойства масла косточки абрикоса обыкновенного, как и антиоксидантную активность [8].

Кроме того, эти биологически активные вещества эфирного масла способствуют длительному хранению абрикосового масла, а также обладают противовоспалительными свойствами, в дополнение к такой активности, проявляемой и обычными липидами всех натуральных масел.

Выход эфирных масел около 0,7% с массы косточек, а масло в целом получается в широких пределах 20-60% от их массы. Отмечено, что, чем больше выход масла, тем ниже в нем концентрация токохроманолов и каратиноидов, то есть, ценность снижается с выходом и, как оказалось, она сильно зависит от сорта.

Лечебно профилактические и косметологические свойства абрикосового масла, рекомендации по применению.

При уходе за кожей, равно как при приеме в пищу, липиды масла косточки абрикоса дают целый ряд крайне значимых дерматопротекторных эффектов и серьёзное общее оздоровление организма.

Помимо общего усиления барьерного эффекта кожи, снижения потерь влаги и смягчающего эффекта, в первую очередь, это связано с нормализацией обмена холестерина и стероидов. Присутствующие в масле косточки абрикоса, основные барьерные агенты секрета сальных желез, жирные кислоты и особо сквален, биологический предшественник холестерина, играют в этом роль. Но ещё важнее в этом плане токохроманоны и фитостеролы, которые вносятся в кожу именно с маслом.

Все эти биологически активные вещества решают две основных проблемы. Во-первых, с возрастом в мембранах клеток развивается дефицит холестерина, особенно в кератиноцитах кожи, что является одной из основных глубинных причин её старения. В то время как, во-вторых, одновременно с этим на стенках сосудов накапливается так называемый «плохой холестерин», не достигающий до клеток, испытывающих в нем нужду, зато приводящий к атеросклерозу и риску сердечных заболеваний.

Особенно, в абрикосовом масле ценны в этом плане сквален и фитостеролы, стеролы растений, и наиболее из них активный β -ситостерол, преобладающий в масле косточки абрикоса. Это близкие структурные аналоги холестерина, но с большей активностью. Они подстраховывают стероидный обмен и в коже, и во всем организме, дают липидимический эффект, устранение дефектных форм обмена холестерина, называемого «плохим холестерином», рост жизненно нам необходимого «хорошего холестерина», то есть, нормализацию его метаболизма. Высокое их содержание в масле косточки абрикоса научно установлено совсем недавно в 2017 году, заголовок статьи красноречив: "Sterols and squalene in apricot (*Prunus armeniaca* L.) kernel oils: the variety as a key factor" [4].

Применяя абрикосовое масло при уходе за кожей, в первую очередь Вы замедляете процессы её старения, решая проблемы ухудшения её метаболизма с возрастом. Тем самым повышается упругость и тонус кожи, устраняется её морщинистость. Но помимо этого Вы предохраняете свой организм в целом от старения и риска сердечно-сосудистых заболеваний в целом. Ведь кожа важнейший потребитель и производитель в организме холестерина, который помимо всего прочего переходит в организме в незаменимый для нас витамин D3 при загаре именно в коже.

Также абрикосовое масло благодаря данным свойствам дает ангиопротекторный эффект, то есть, защиту стенок сосудов, что способствует снижению риска и устранению телеангиоэктазий, болезненного развития сосудов. Внешне это проявляется, как купероз, «сосудистые звездочки» на коже. Для более глубоко расположенных сосудов эти нарушения служат одной из причин гиалинозных липодистрофий, называемых в быту целлюлитом. Но помимо этого телеангиоэктазии лежат и в этиологии куда более серьёзных недугов без явных внешних проявлений. Абрикосовое масло предохраняет нас от всех подобных бед.

Особо следует подчеркнуть одновременное наличие в масле косточки абрикоса большого количества олеиновой и пальмитиновой кислот, что облегчает биосинтез в организме диацилглицерола. Диглицерид, эфир глицерина и этих двух кислот. Это важный многофункциональный метаболит. С одной стороны, он является посредником протеинкиназы C, белка, запускающего механизмы регенерации. С другой, служит основой для мембранных липидов. С

третьей, он промежуточное вещество для биосинтеза арахидоновой кислоты и иных так называемых условно незаменимых полиненасыщенных жирных кислот, чей биосинтез в организме сталкивается со многими сложностями и недостаточен.

Так что абрикосовое масло обеспечивает важнейшими метаболитами весь организм в целом и кожу, стимулирует её регенерацию. Помимо этого каротиноиды, провитамины витамина А, предотвращают ксеродермию. Это болезненная сухость кожи и её излишняя кератинизацию, прямое следствие авитаминоза витамина А. Он критически значим для нормальной функции любых видов эпителия, а особо для кожи, а также и клеток ретины, сетчатки глаза. В этом плане содержащиеся в масле абрикос лютеин и зеаксантин особо ценны. Они дают ряд эффектов для зрительной функции, которые иные провитамины группы А не способны давать. А в целом абрикосовое масло очень ценный питательный и лечебно профилактический продукт не только в косметологии, но и в диетологии. Прием его в пищу также дает дерматопротекторные эффекты, хотя не столь активные, как при наружном применении, зато более длительные.

Из иных свойств масла косточки абрикоса следует отметить особенности, чьи истоки уже ранее объяснены свойствами именно биологически активных веществ, характерных именно для эфирного масла косточек абрикоса. Это высокая проникающая способность, противомикробные и противогрибковые свойства, способность устранять перхоть, прыщи и лечить иные заболевания. Также как мы должны отметить усиление противовоспалительных свойств, а особо подчеркнуть усиление антиоксидантных свойств и, как их следствие, мощный фотопротекторный эффект. Абрикосовое масло способно обращать вспять процесс фотостарения кожи, то есть, её дряблость, морщины, излишнюю пигментацию. Особо ценно масло косточки абрикоса для образования здорового, красивого и равномерного загара, а также для предотвращения солнечных ожогов, патологических форм загара, причин фотостарения. **Масло абрикосовое в чистом виде, продукт, предпочитаемый в процедурах профессионального массажа.**

Таким образом, абрикосовое масло это один из наиболее ценных, как и один из наиболее универсальных диетологических и косметологических продуктов. Оно подходит без ограничений для любых типов кожи, практически при любых её аномалиях, воспалениях и болезнях, дает мощный дерматопротекторный эффект, равноценный абсолютно при любых климатических и иных вредных воздействиях.

Особо рекомендовано абрикосовое масло для ухода за кожей лица, в первую очередь для области вокруг глаз, склонной к морщинам, для ухода за волосами, в качестве средства для улучшения загара и защиты от солнечных ожогов, также и при массаже. Масло косточки абрикоса одно из наилучших средств общего ухода за кожей, с целью оздоровления её, как и всего организма в целом, достижения омолаживающих эффектов.

Использованные и рекомендуемые источники:

1. О'Брайен Ричард // Жиры и масла. Производство, состав и свойства, применение. // Пер. с англ. 2-го изд. Широкова В.Д., Бабейкиной Д.А., Селивановой Н.С., Магды Н.В. - Сб. : Профессия, 2007. - 752 с.
2. Antonio M. Rabasco Alvarez, María Luisa González Rodríguez // Lipids in pharmaceutical and cosmetic preparations // Grasas y Aceites, Vol. 51. Fasc. 1-2 (2000), 74-96.
3. Aleksandra Zielińska, Izabela Nowak // Fatty acids in vegetable oils and their importance in cosmetic industry. // CHEMIK 2014, 68, 2, 103–110.
4. Rudzińska M, Górnaś P, Raczek M, Soliven A. // Sterols and squalene in apricot (*Prunus armeniaca* L.) kernel oils: the variety as a key factor. // Nat Prod Res. 2017 Jan;31(1).
5. Paweł Górnaś, Elżbieta Radziejewska-Kubzdela, Inga Mišina, Róża Biegańska-Marecik, Anna Grygier, Magdalena Rudzińska // Tocopherols, Tocotrienols and Carotenoids in Kernel Oils Recovered from 15 Apricot (*Prunus armeniaca* L.) Genotypes. // Journal of the American Oil Chemists' Society May 2017, Volume 94, Issue 5, pp 693–699.

ООО "РЕД ТОП" 194044, г. Санкт-Петербург, ул. Фокина, дом 1, корпус 1, Литера А
Тел. +7 (812) 701-01-75, сайт www.redbio.ru, e-mail info@7010175.ru

6. Minar M. M. Hassanien, Adel G. Abdel-Razek, Magdalena Rudzińska, Aleksander Siger, Katarzyna Ratusz, Roman Przybylsk // Phytochemical contents and oxidative stability of oils from non-traditional sources. // European Journal of Lipid Science and Technology, 15 July 2014.

7. Hyun-hee Lee, Jeong-Hyun Ahn, Ae-Ran Kwon, Eun Sook Lee, Jin-Hwan Kwak, Yu-Hong Min//Chemical Composition and Antimicrobial Activity of the Essential Oil of Apricot Seed. // Phytotherapy Research//Volume 28, Issue 12, pp. 1867–1872, December 2014.

8. D. Yi, N. Yi and A. Mavi // Antioxidant and antimicrobial activities of bitter and sweet apricot (*Prunus armeniaca* L.) kernels. // Brazilian Journal of Medical and Biological Research (2009) 42 (4), p. 346-352.

9. Oil Health Benefits, Apricot Kerne Oil (Преимущества масел для здоровья, абрикосовое косточковое масло. англ.) // Интернет свободный доступ 2017: <http://oilhealthbenefits.com/apricot-kernel-oil/>

10. 5 Myths about Apricot Kernel Oil (from customer reviews). (5 мифов об масле косточек абрикоса (из статей распространителей). англ.) // Интернет свободный доступ 2017: <http://about-essential-oils.blogspot.ru/2016/11/myths-about-apricot-kernel-oil.html>