



عنوان پروژه و کارگاه : ساخت شمع مریم گلی جهت آرامش بخشی و کاهش استرس

پیشینه تحقیق:

هر ساله شاهد وجود بیماری هایی که به دلیل وجود استرس و نبود آرامش به وجود می آیند هستیم و میدانیم که وجود استرس تا چه میزان به سیستم ایمنی بدن ضرر می رساند و با وجود این سیستم ایمنی بدن در مواجهه با مشکلات و بیماری ها مقاومت لازم را نخواهد داشت از این رو برای کاهش استرس در موقعیت های دشوار تصمیم به پیدا کردن راه حلی گرفتیم در اثر مطالعات دریافتیم گیاهان آرامش بخش زیادی وجود دارند که میتوان در این شمع استفاده کرد اما مریم گلی بهترین گزینه است (۱). گیاهان دارویی بسیاری وجود دارند که علاوه بر مصرف خوراکی عطر و بوی آنها اثرات آرامش بخش است که این اثرات در طب سنتی و جدید مورد استفاده قرار می گیرد . استفاده از عطر گیاهان آرامبخش از جمله اسطوخدوس و گل گاو زبان در محصولات مختلف دارویی مورد بررسی قرار گرفته است. خواص آرامش بخش و ضد عفونی گیاه مریم گلی در مطالعات زیادی گزارش شده است (۲). در این آزمایش ما تلاش کردیم از خواص اشاره شده برای تهیه شمعی آرامش بخش با هدف افزایش تمرکز و کاهش استرس در کلاس های درسی دانش آموزان استفاده کنیم.

روند یا شرح پروژه:

برای تهیه این شمع از نسبت ها و انواع مختلفی از گیاه (عصاره، روغن و پودر گل خشک) استفاده شد. برای تهیه عصاره الکلی گل، از پودر گیاهی آن به میزان ۱۰۰ گرم با استفاده از دستگاه عصاره گیری..... استفاده شد. روغن گل مریم به صورت صنعتی با خلوص صد در صد تهیه گردید و برای تیمار نهایی نیز از گل خشک شده به طور مستقیم در پارافیلیم استفاده شد. سپس پارافین را ذوب کرده و به ترتیب در تیمارهای خاوی پودر گل، روغن و یا عصاره اضافه گردید. فیتیل را قرار می دهیم و پارافین ذوب شده را درون غالب میریزیم تا سفت شود. به منظور ته نشین نشدن پودر مریم گلی بهتر است شمع را لایه لایه درست کنیم. در هر تیمار سه تکرار صفات مورد بررسی شامل ظاهر، میزان استحکام و همچنین بوی شمع در پایان یک هفته اندازه گیری شد.

عکسهای پروژه:



پارافین



فیتیل



مریم گلی



دومین شمع ساخته شده



اولین شمع ساخته شده

نتایج و پیشنهادات:

با توجه به شرایط پیش آمده و عدم امکان تکمیل بررسی ها، برای ارائه نتایج دقیق تر، در این آزمایش تنها قسمت محصول نهایی یعنی آماده سازی و افزایش کیفیت، زیبایی و بوی شمع مورد بررسی قرار گرفت. استفاده از این شمع هزینه هارا به حداقل رسانده و در زمان هم صرفه جویی می کند. گیاه مریم گلی استفاده شده در شمع خواص ضد عفونی کنندگی هم دارد که می توان آن را در اتاق بیماران در بیمارستان ها نیز استفاده کرد. همچنین تولید انبوه این شمع نیز امکان پذیر است. مناسب ترین نوع مصرفی استفاده از پودر خشک شده گیاه به طور مستقیم در پارافیلیم می باشد. پیشنهاد می گردد، بررسی اثر این شمع در میزان کاهش اضطراب و افزایش آرامش و تمرکز مورد بررسی قرار گیرد.

منابع مطالعاتی:

- ۱- بررسی اثر ضد باکتریایی عصاره هیدروالکلی دو گیاه مریم گلی و انیسون بر باکتری های عامل پوسیدگی جلد ۲۲ شماره ۲ صفحات ۱۴۹-۱۵۴ دندان در شرایط آزمایشگاهی، ۱۳۸۸، مجله دندان پزشکی،
  - ۲- تأثیر عصاره اتانولی مریم گلی سهندی به عنوان آنتیاکسیدان طبیعی. ۱۳۹۴. پژوهش های علم دامی- سال ششم- شماره ۱۲.
- اعضای گروه :  
 کتابون رستم زاده، متینا نوری، سها اسماعیل زاده  
 کلاس: پایه هشتم (۹۸-۹۹)  
 نام استاد راهنما: خانم مهرناز انتصاری