

ANTIOKSIDATIVNI EFEKTI ETARSKIH ULJA IZ LEKOVITIH BILJAKA PRIMENJENIH U ISHRANI

ISIDORA MILANOVIĆ^{1*}, JASMINA BAŠIĆ¹, KATARINA BORIČIĆ²

¹AKADEMIJA STRUKOVNIH STUDIJA BEOGRAD, ODSEK VISOKA ZDRAVSTVENA ŠKOLA, ZEMUN, BEOGRAD, SRBIJA

²INSTITUT ZA JAVNO ZDRAVLJE SRBIJE „DR. MILAN JOVANOVIĆ BATUT“, BEOGRAD, SRBIJA

[*I.MILANOVIC007@GMAIL.COM](mailto:I.MILANOVIC007@GMAIL.COM)

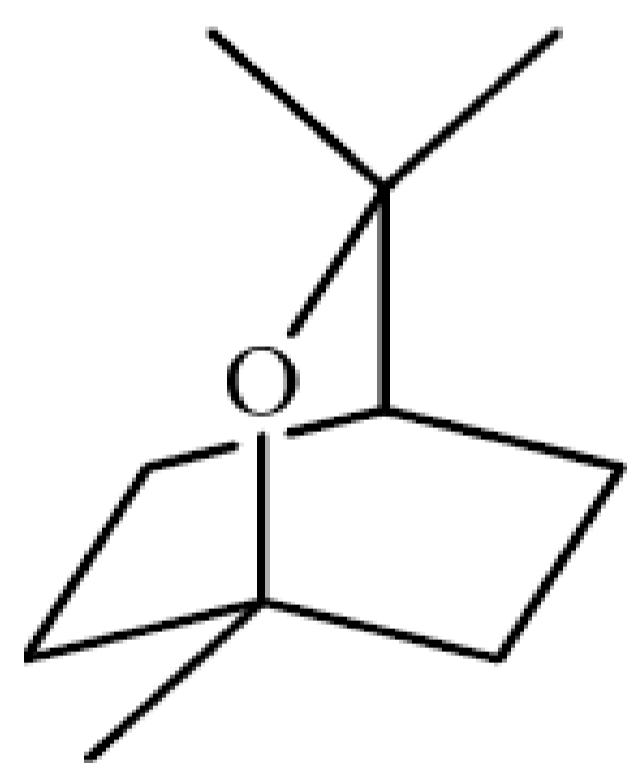
ABSTRAKT

Primena prirodnih preparata, je česta u prevenciji i lečenju različitih zdravstvenih tegoba izazvanih oksidativnim stresom (disbalans između endogenog stvaranja reaktivnih kiseoničnih grupa i aktivnosti antioksidativnih enzimskih sistema). Pregledom referisanih izvora u medicinskim bazama podataka dobija se uvid u primenu lekovitog bilja koje sadrži etarska ulja kao začina u ishrani sa očekivanim antioksidantnim efektom.

Rezultati istraživanja su pokazali da antioksidansi inhibiraju autooksidaciju lipida hvatajući peroksil radikale u dva tipa reakcija: uvođenjem vodonikovog atoma i udruživanjem slobodnog elektrona. Antioksidativno delovanje etarskog ulja ruzmarina je uporedivo sa efektom vitamina E (komponente 1,8-cineol i kadinen). Mnogobrojna istraživanja su ukazala da korišćenjem ekstrakta ruzmarina u različitim oblicima hrane dovodi do sprečavanja nastanka hidroperoksida i time produženja kvaliteta, boje i mirisa iste. Sa druge strane druga ispitivanja efekata etarskih ulja na humani organizam, poput palmarose ili đumbirovog, koja sadrže komponentu eugenol, identifikuju je kao nosioca antioksidantne aktivnosti u *in vitro* ispitivanjima DPPH. Etarsko ulje karanfilića je takođe pokazalo visok sadržaj eugenola i najjaču inhibiciju stvaranja NO te sprečavanje oštećenja ćelija, *in vivo*.

Zaključak: Primena lekovitog bilja koje sadrži etarsko ulje kao začina, dovodi do antioksidantnog dejstva na različitim nivoima. Moguće su razlike u efektima usled različito pripremljenih ekstrakata i za bezbednu primenu ovih ekstrakata potrebna su dodatna ispitivanja.

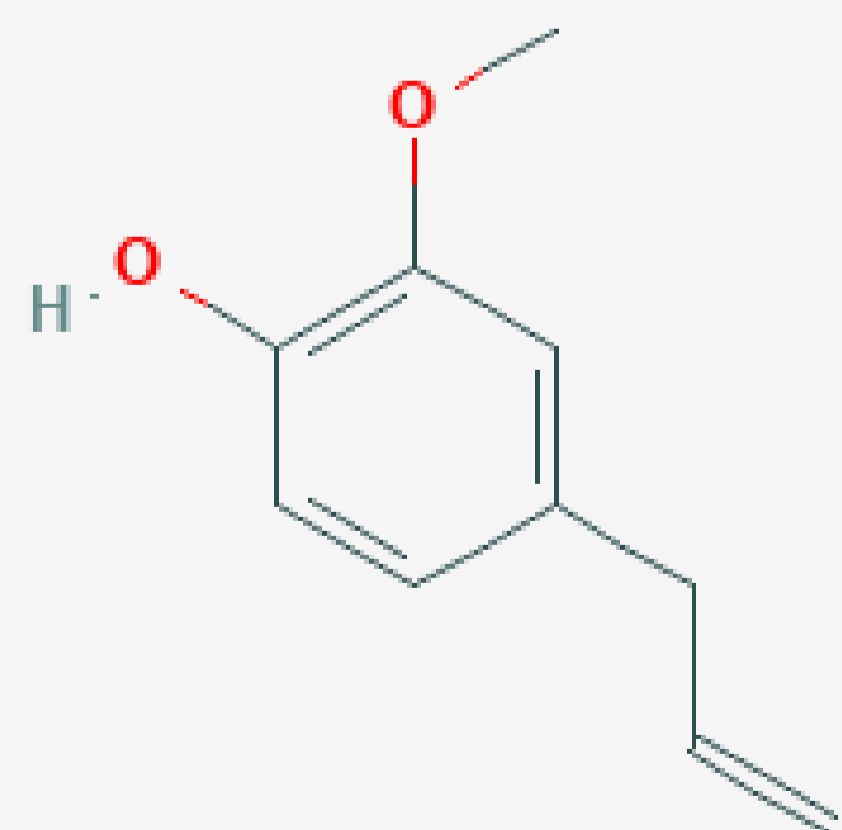
Etarska ulja, lekovite biljke, antioksidantni efekat etarskih ulja u ishrani



1,8-cineol

Antioksidantni efekat biljaka primenjenih u ishrani

Biljka, začina	Hrana	Antioksidativni efekat (prema jačini)
Marjoram, crni biber, beli biber, žalfija, ruzmarin, korijander	Biftek	Ruzmarin – žalfija – beli biber - marjoram
Materijal od 15 biljaka	Kobasice	Žalfija – ruzmarin – paprika - marjoram



eugenol

Nieto G, Ros G, Castillo J. Antioxidant and antimicrobial properties of rosemary (*Rosmarinus officinalis*,L.):review. *Medicines*, **2018**, 5, 98.