

Целебные свойства лекарственных растений.



- **Лекарственными называются растения, которые применяются для лечения людей или животных или же употребляются в качестве сырья для производства лекарств.**
- Лечение травами — фитотерапия — мощное средство борьбы за здоровье людей. Народами древнего мира использовалось до 21 тыс. видов растений.
- Уже на самых ранних стадиях развития человечества растения были не только *источником питания людей*, они помогали человеку *избавиться от болезней*.

Лекарственные растения -

это обширная группа растений, органы или части которых являются сырьём для получения средств, используемых в народной, медицинской или ветеринарной практике с лечебными или профилактическими целями.

Наиболее широко эти растения представлены в народной медицине.

- **Лечение травами (фитотерапия) издавна привлекало внимание людей. При сборе лекарственных растений необходимо учитывать правила сбора, режим заготовок, способы восстановления лекарственных растений.**
- **Современной отечественной медициной используется 230 лекарственных растений (Сотник В. Ф. Кладовая здоровья: Альбом.- М.: Лесн. Пром-сть, 1985). Лекарственные растения – это деревья, кустарники, кустарнички, травы.**
- **Разные части растений собирают в разное время, так как активные вещества образуются и накапливаются в растениях в определённые периоды их развития. Надземные части растений накапливают максимальное количество действующих веществ в период цветения – в это время их и следует собирать.**

Сбор лекарственного сырья

Плоды собирают во время полного созревания.

Кору собирают во время весеннего сокодвижения.

Корни и корневища – поздней осенью.

Почки – ранней весной, когда они набухли, но не тронулись в рост.

Надземные части собирают в хорошую сухую погоду.

Подземные части можно собирать в любую погоду, так как перед сушкой их моют.

Различают несколько видов сушки:

- воздушная теневая (для растений буреющих на свету),**
- воздушная солнечная (для корней, корневищ, сочных плодов),**
- тепловая сушка с искусственным подогревом.**

Памятка сборщику лекарственных растений

- Лекарственные растения собирают в солнечную, сухую погоду: листья и стебли – во время цветения, цветы – в начале цветения, плоды – в период полного созревания, корни – осенью.
- Нельзя собирать пыльные, грязные, больные растения.
- Не собирают растения около дорог и промышленных предприятий.
- Нельзя брать лекарственные растения в рот, так как многие из них ядовиты.
- Нельзя растения выдёргивать, их нужно срезать ножом. Корни надо выкапывать.
- Сушить лекарственные растения нужно без промедления в хорошо проветриваемом месте
- Лекарственные растения можно самим выращивать на огородах и пришкольных участках – например: ромашку, шалфей, валериану, тысячелистник, пустырник.
- В природе встречаются растения, которые нельзя нюхать, брать в рот, рвать. Они ядовиты!
- Растительные яды в малых дозах используются как лекарство.

Подорожник большой



Свежие листья подорожника используются как ранозаживляющее средство при ушибах и порезах, а сухие – как отхаркивающее средство. В листьях этого растения содержатся витамины С и К, фитонциды, ферменты, дубильные вещества и каротин.

Мать-и-мачеха обыкновенная



В качестве лекарственного сырья собирают листья и цветки мать-и-мачехи. Листья используются как потогонное средство и помогут избавиться от мучительного кашля и диатеза. Отвар применяют для улучшения зрения и повышения иммунитета.

Крапива двудомная



Крапива очень богата полезными веществами. Витамина С в ней больше, чем в яблоке и лимоне. Заготавливают крапиву всю лето, сушат в тени. Отвар крапивы – известное средство для укрепления и красоты волос. Крапива обладает кровоостанавливающим, противовоспалительным, мочегонным, противоглистным, бактерицидным свойствами.

Клевер луговой



Клевер содержит целый ряд ценных полезных веществ. Он считается источником магния, меди, кальция, хрома, железа, фосфора.

Его отвары и настои обладают способностью очищать кровь, нормализуют работу кишечника.

К тому же клевер обладает ещё и мочегонным свойством.

Зверобой продырявленный



Зверобоем лечат массу болезней: простуду и кашель, сердечные и желудочные заболевания, цистит, воспаления ротовой полости, стрессы, болезни нервов, синяки и ушибы, кожные язвы и ожоги.

Это лекарственное растение обладает противомикробным, дезинфицирующим и противовоспалительным действием.

Пижма обыкновенная



Пижма обыкновенная или дикая рябинка – лекарственное желчегонное и желудочное растение. В народной медицине применяется как противоглистное средство.

Тысячелистник обыкновенный



Тысячелистник применяется для лечения ран.

Это прекрасное кровоостанавливающее и сосудорасширяющее средство.

А ещё он поможет при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

Пустырник пятилопастный



Пустырник совсем не случайно носит именно такое название, ведь, обычно, он произрастает на пустырях и имеет совершенно неприметный вид.

В составе пустырника присутствует много ценных для медицины веществ. Это растение богато минеральными солями, витаминами А,С, дубильными веществами и эфирными маслами. Пустырник – это лучшее растение для успокоения и укрепления сердца. Ещё он положительно влияет на нервную систему. Отвар и настойка пустырника помогают снимать спазмы и боли.

Шиповник коричный

Применение в медицине



Корни. Отвар — вяжущее и антисептическое; при диарее, диспепсии, циститах, гипертонической болезни, болезнях сердца; наружно (ванны) — при ревматизме и параличах.

Цветки. Настой (примочки) — при конъюнктивитах; как противовоспалительное и успокаивающее.

Отвар лепестков — при гиповитаминозах, простудных заболеваниях, общей слабости; с медом — при рожистых воспалениях.

Чистотел большой

- Чистотел широко применяется при болезнях печени и желчного пузыря, ревматизме, неврозах, при различных кожных заболеваниях: чесотке, туберкулезе кожи, бородавках, псориазе.



Лопух большой

- Препараты лопуха обладают противоопухолевым, мочегонным, противовоспалительным, бактерицидным, болеутоляющим, потогонным, ранозаживляющим, стимулирующим обмен веществ свойствами. Настой и отвар корней применяют при мочекаменной и желчнокаменной болезнях, гастрите, ревматизме, экземе.



Кровохлебка лекарственная

- Способствует улучшению пищеварительного процесса, нормализации работы ЖКТ в целом. Дубильные вещества обладают противовоспалительным, бактерицидным, а также бактериостатическим и вяжущим действием.



Кипрей узколистный

- Противовоспалительные свойства листьев иван-чая обосновывают его применение при лечении язвенной болезни желудка и 12-типерстной кишки и гастритах. Назначают кипрей также и при колитах.



Медуница лекарственная

Медуница используется при нервных расстройствах, бессоннице, головной боли, эпилепсии;

гипертонии, учащенной сердечной деятельности, плохом кровообращении, малокровии, анемии.



Одуванчик лекарственный

- Лечебные свойства, которыми обладают препараты из одуванчика:
- — отхаркивающее,
- — мочегонное,
- — тонизирующее,
- — укрепляющее,
- — диуретическое,
- — спазмолитическое,
- — слабительное,
- — успокаивающее,
- — снотворное,
- — потогонное,
- — прекрасное желчегонное средство,
- — возбуждает аппетит.



Пастушья сумка обыкновенная

- Кровоочистительное и сосудорасширяющее действие. Высокий эффект при цистите, пиелонефрите, мочекаменной болезни.



Полынь обыкновенная

Настой травы и корней вызывает аппетит, усиливает деятельность желез желудочно-кишечного тракта, успокаивающе действует на нервную систему, подавляет судороги, различные колики, снимает болевые ощущения и обладает легким снотворным действием.



Ромашка аптечная

Ромашка аптечная:

- нормализует работу нервных клеток;
- Предупреждает возникновение воспалительных процессов;
- Снижает головные боли;
- Благоприятно воздействует на волосы и кожу.



При сборе лекарственных растений нужно помнить о том, что:

- Нельзя собирать растения возле автомобильных и железных дорог.
- Нельзя собирать лекарственные растения в сырую, мокрую погоду, лучше это сделать днём, когда сухо и ясно.
- Нельзя пробовать растения на вкус.
- Нельзя рвать много растений.
- Собирать лекарственные растения надо каждый вид отдельно.
- После сбора лекарственных растений надо тщательно вымыть руки.



Источники информации:

- *Википедия. Свободная энциклопедия.*
ru.wikipedia.org
- *Большая энциклопедия лекарственных растений.* М.: Олма-Пресс, 2006
- *Картинки:* <http://images.yandex.ru>

Будьте здоровы!
Спасибо за внимание!