

МКОУ СОШ с УИОП имени А. Некрасова

● Лекарственные растения

- Работу выполнила
- ученица 10 х класса
- Романенко Екатерина



РОМАШКА



Места обитания



- Распространена в европейской части России. Растёт на залежах, пустырях, садах, засоленных лугах и степных пастбищах.

Заготовка и сбор



- Соцветия ромашки собирают в начале цветения (в мае). Сбор проводят в сухую погоду, после схода росы.
- Соцветия срывают руками, оставляя 3 см. Собранное сырьё сушат.

Применение



- Настой используют в качестве противовоспалительного, обезболивающего и антисептического средства при заболеваниях полости рта , желудка, кишечника.

Успокоительный чай из ромашки



- 1 столовую ложку из равных частей соцветий ромашки, корня валерианы, листьев мяты, плодов тмина и фенхеля заливают 1 стаканом горячей кипящей воды, настаивают 15-20 мин, процеживают и принимают по 1.2 стакана утром и вечером.

ШИПОВНИК



Места обитания



- В России распространён везде, кроме северных и причерноморских районов, в Западной и Восточной Сибири.
- Растёт в лесах, на опушках, полянах и вырубках, оврагах, поймах рек.

Заготовка и сбор



- Плоды заготавливают с августа до октября. Собирают зрелые (ярко-красные или оранжевые), не поврежденные болезнями плоды в перчатках.
- Собранные плоды сушат при $t=80^{\circ}$.

Применение



- Применение основано на большом содержании витамина С в шиповнике, его используют как поливитаминное средство.
- Аскорбиновую кислоту применяют при лечении цинги, малокровия, истощения, кровотечений.

ПОДОРОЖНИК



Места обитания



- Это одно из самых распространённых растений. Обитает на обочинах дорог, тропинках, садах, пастбищах, вблизи жилья.
- В южных районах к поймам рек, суходольным лугам.

Заготовка и сбор



- В медицине используют листья растения. Сырьё заготавливают в фазе цветения в мае-августе, когда листья пожелтеют или частично краснеют.
- При заготовке листья срезают ножом.

Применение



- Настой из листьев подорожника оказывает отхаркивающее действие и применяется при бронхитах, коклюше.
- Сок из свежих листьев подорожника эффективен при заболеваниях желудка.
- Водный настой и свежий сок применяют в виде примочек при ушибах и ранах.

Отвар листьев подорожника



- 10 г сырья заливают 1 стаканом горячей воды и держат на водяной бане 30 мин. Затем охлаждают, процеживают. Отвар доливают водой до 200 мл.
- Принимают по полстакана за 10 мин до еды 3-4 раза в день.

КРАПИВА



Места обитания



- Широко распространена в европейской части России, на Кавказе, Средней Азии, в Сибири.
- Растёт в тенистых влажных лесах, на вырубках, гарях, на берегах рек.

Заготовка и сбор



- Сбор сырья проводят в рукавицах. Листья собирают, обирая стебли и веточки крапивы.
- Сушат в тени, в проветриваемых помещениях.
- Хранят лист крапивы в ящиках или банках.

Применение



- Препараты крапивы применяют как кровоостанавливающее средство.
- Свежие листья применяют для лечения ран и язв.
- Крапива входит в состав витаминного чая.

МАТЬ-И-МАЧЕХА



Места обитания



- Широко распространена во всех частях России, особенно часто её можно встретить в лесу.
- По берегам горных ручьев иногда образует сплошные заросли.

Заготовка и сбор



- Листья мать-и-мачехи собирают в первой половине лета.
- Их срывают и срезают примерно на половине черешка.
- Сушат в хорошо проветриваемых местах, разостлав на бумаге или ткани слоем 2-3 см.

Применение



- Листья мать-и-мачехи применяют как отхаркивающее и смягчающее средство при бронхитах, ларингитах.

ЛИПА



Места обитания



- Липа произрастает в средней и южной части европейской территории страны, включая Крым, Средний и Южный Урал.
- Произрастает в основном в зоне широколиственных лесов.

Заготовка и сбор



- С целью охраны липовых лесов целесообразно производить сбор цветков липы с деревьев, предназначенных к рубке.
- Сбор- во время распускания цветков, в сухую погоду.
- Сушка листьев происходит под $t > 45^{\circ}\text{C}$

Применение



- Липовый цвет входит в состав потогонного чая, сбора для полоскания горла
- Настой- берут 2 столовые ложки листьев на 2 стакана кипятка, настаивают 15-20 мин.

МАЛИНА



Места обитания



- Растёт в европейской части страны и Западной Сибири.
- В диком виде распространена в лесной зоне: вырубках, гарях, буреломах.

Заготовка и сбор



- Заготавливают плоды малины с июля до августа.
- Сбор ягод производят в сухую погоду, складывая их тонкими слоями.
- Сушат как можно быстрее на солнце или в печках.

Применение



- Плоды малины используют как потогонное, жаропонижающее средство при простудных заболеваниях.
- Рекомендуют при атеросклерозе и гипертонической болезни.

МЯТА



Места обитания



- Растет в лесостепной зоне.
- Наиболее высокое содержание эфирного масла у растений, растущих при низкой влажности, а содержание ментола увеличивается у растений северных районов.

Заготовка и сбор



- Листья мяты собирают в течение августа-октября.
- Сушат при комнатной температуре.
- Сушеные листья рекомендуется измельчить.

Применение



- Из листьев приготавливают чай сосудорасширяющего и тонизирующего действия.
- Ментол, получаемый из листьев растения приобрел широкое применение как местное болеутоляющее средство.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК



Места обитания



- У нас тысячелистник распространен повсеместно: от границы на юге до побережья Северного Ледовитого Океана.
- Чаще встречается в лесу и лесостепи.
- Предпочитает заболоченные или суходольные луга, березово-лиственничные леса.

Заготовка и сбор



- Заготавливают траву и соцветия тысячелистника.
- Траву собирают в июне-августе.
- При сборании соцветий нельзя вырывать растение с корнем.

Применение



- Травя тысячелистника обладает бактерицидными и противовоспалительными свойствами.
- Применяют при болезнях желудка и кровотечениях.

ЗВЕРОБОЙ



Места обитания



- Зверобой-евроазиатский вид.
- Произрастает на сухих и освещенных участках.
- В лесу можно встретить на опушках, полянах.
- Часто растёт в хвойных лесах и дубовых рощах.

Заготовка и сбор



- Заготавливать зверобой следует во время его цветения, срезая ножом верхушки растений.
- Сушат траву зверобоя в хорошо вентилируемых помещениях, часто переворачивая.

Применение



- Настой травы зверобоя применяют при заболеваниях полости рта (гингивитах, стоматитах), ЖКТ (дискинезиях, гастритах), инфицированных ранах.
- Ингаляции помогают при бронхите и ангине.

Отвар травы зверобоя



- 10 г травы зверобоя заливают 1 стаканом горячей воды и держат на водяной бане 30 мин. Затем охлаждают и разбавляют до объема 200 мл.
- Принимают по 1,3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

ДУШИЦА



Места обитания



- Душица широко распространена в европейской части, на Кавказе, на Юге Сибири и в Средней Азии.
- Растет в лесостепных районах, на лугах, дубовых и сосновых лесах, березняках.

Заготовка и сбор



- Заготавливают в начале цветения в июле-августе.
- При этом срезают лишь облиственные верхушки побегов.
- Сушат при комнатной температуре, затем перемалывают.

Применение



- Травя душицы действует успокаивающе на нервную систему, обладает отхаркивающим и обезболивающим действием.
- Применяется при лечении зубов, болезнях горла.

ПУСТЫРНИК



Места обитания



- Пустырник растет рассеянно, иногда образуя заросли на сорных местах, залежах, пустырях, вблизи жилья.
- Встречается на лесных полянах, лесополосах, опушках, пастбищах.

Заготовка и сбор



- Заготавливают в начале цветения, срезая ножами верхушки стеблей с боковых побегов с цветками и листьями.
- Сушат, раскладывая на бумаге слоем 5-7 см.

Применение



- Трава пустырника является седативным средством. Назначают при повышенной нервной возбудимости, сердечно-сосудистых неврозах, при гипертонии.
- Эффект препаратов пустырника выше, чем препаратов валерианы.

ПИЖМА



Места обитания



- Пижма- растение степной и лесостепной зоны.
- Часто растет у жилья, на сорных местах, на песчаных карьерах, на вырубках среди зарослей кустарников.

Заготовка и сбор



- Заготавливают соцветия пижмы во время цветения, срезая её корзинки с цветоносами не длиннее 2 см.
- Сушат при комнатной температуре.
- Пижма ядовита и при поедании животными в больших количествах вызывает у них отравление.

Применение



- Настой соцветия пижмы используют против глистов и при кишечных заболеваниях.
- Обладает желчегонным и фитонцидным действием.

Использованная литература:

- Справочник лекарственные растения: А.Г. Задорожный, А. М . Кошкин.- М.:<ЧАО и К⁰>, 1998.
- Куреннов П. М. Русский народный лечебник.- Воронеж: Центр.-Чернозем. кн. изд-во,1993.

Спасибо за внимание!



- Перед применением вышеуказанных средств обязательно проконсультируйтесь с врачом!