

СПРАВОЧНИК

**Лекарственные травы
Республиканского
ландшафтного парка
«Донецкий кряж»**

2017 год

Резак



Резак представляет собой двулетнее растение, высота которого зачастую не превышает 40 см. Имеет шаровидную форму и цилиндрический сильноветвистый стебель. Тройчатораздельные кожистые листья обладают линейно-ланцетными мелкопильчатыми долями. Мелкие белоснежные цветки с пятизубчатой чашечкой и пятилепестным венчиком. Они собраны в небольшие сложные зонтики. Плод представлен продолговато-линейной семянкой с широкими ребрами. Резак цветет, как правило, с середины мая и до конца июля. Он предпочитает селиться по холмам и лугам, а также в степной зоне и вдоль дорог. Для использования в лечебных целях, траву советуют заготавливать во время цветения.

Полезные свойства резака

Резак имеет такие действующие вещества как эфирное масло и алкалоиды. Помимо этого, содержащиеся в растении легкорастворимые антрагликозиды и смолы наделяют резак мощным слабительным действием. За счет большого количества дубильных веществ, представленное растение обладает антисептическими и вяжущими свойствами, что обуславливает повышение аппетита, возбуждение желудочной деятельности.

Тысячелист



НИК
Тысячелистник обыкновенный представляет собой многолетнее, сложноцветное, невысокое, душистое растение. Корневище растения толстое, желтого окраса, имеющее множество корней и подземных побегов. У растения имеется прямостоячий стебель, слабо ветвящийся в верхней его части. На невысоком стебле располагаются очередные листья серо-зелёного цвета, бывающие голыми или опушенными. На нижней стороне у листьев имеются масляные железки. На верху стебля находится соцветие, состоящее из множества мелких цветочных корзинок. Плод растения – семянка продолговатой формы, окрашенная в серебристо-серый цвет. Растение зацветает в период с начала лета до начала осени. Плоды созревают в сентябре-октябре.

Полезные свойства тысячелистника

Тысячелистник обладает антибактериальным и противовоспалительным свойствами. Растение оказывает положительное действие на внутренние органы человека. Тысячелистник действует на гладкие мышцы кишечника. Растение оказывает спазмолитическое действие на желчные и мочевыводящие пути. Благодаря содержанию в траве дубильных веществ, хамазулена и эфирного масла её применяют в качестве ранозаживляющего, бактерицидного и антиаллергического средства.



Чабрец

(ТИМЬЯН)

Чабрец (Тимьян) — многолетнее растение-полукустарник (высотой 5–40 см) с тонкими стволиками, которые разрастаются по земле. Листочки мелкие, тонкие, овальной формы, зелёного цвета. Цветки также небольшие, розовато-фиолетовые, очень красивые. Они собраны в виде пучков на концах веточек. Плоды растения – это 4 орешка, находящиеся на дне чашки. Чабрец очень душистый и в период цветения привлекает множество пчел и бабочек. Период цветения чабреца – июнь-июль. Плоды созревают в августе-сентябре. Чабрец можно встретить на склонах балок или оврагов, в лесах, он любит песчаную почву.

Полезные свойства чабреца

В этом растении много полезных элементов, таких как горькие и дубильные вещества, смолы, камедь, жиры, урсоловая и олеиновая кислоты, витамины В и С. Его полезные свойства проявляются в антисептическом, ранозаживляющем и дезинфицирующем воздействии на организм человека. Трава нашла свое применение в косметологии, медицине, пищевой промышленности.



Невяник обыкновенный (ромашка луговая)



Невяник представляет собой травянистый многолетник, который зачастую не вырастает более 60 см в высоту. Он имеет городчатые, обратнолинейные и продолговатые пильчатые листья, расположенные на прямостоячем бороздчатом стебле. Одиночные цветочные корзинки белого оттенка довольно крупные, очень похожи на обыкновенную ромашку. Плоское цветоложе имеет чешуйки. Небольшой плод представлен типичной продолговатой семянкой ребристой формы без хохолка. Цветет такое растение с мая по август, плоды созревают в начале сентября. Как правило, для своего произрастания растение выбирает склоны, луга, лесные поляны и сосновые леса, а также с удовольствием селиться вдоль.

Полезные свойства поповника

Обладает противовоспалительными, болеутоляющими, противоспазматическими, ранозаживляющими, мочегонными, противоглистными и инсектицидными свойствами. Поскольку данное растение содержит инулин и алкалоиды, каротин и аскорбиновую кислоту, оно широко используется в народной медицине. Различные настои и отвары растения показаны при простуде, лихорадочных состояниях, кашле, геморрое, туберкулезе легких, некоторых заболеваниях глаз, при недержании мочи, при мигренях, сильных желудочно-кишечных коликах, а также при удушье.





Вероника

КОЛОСКОВАЯ

Вероника колосковая относится к семейству Вероничников и в зависимости от сорта может вырастать от 15 до 60 см. Стебель у растения крепкий, прямой и неветвящийся. Он густо усеян цветочками. При этом корни вероники тонкие и растут горизонтально. Размер листочков зависит от их расположения на стебле, длина от 1,5 – 8,5 см, а ширина 0,3 – 3 см. Края зубчато-пильчатые. Цветет густой кистью, которая сужена к верху. Цветочки небольших размеров держатся на коротких, мохнатых цветоножках. Чашечка состоит из четырех продолговатых долей разных по длине. Чаще всего встречаются синие или ярко-голубые цветы. Но венчик бывает фиолетовым, розовым или белым. Цветение начинается после 10-х чисел июня и продолжается около 35 дней.

Полезные свойства

Она обладает лечебными свойствами и в народе ее используют во время простуды, туберкулезе, бронхите, болезнях печени, почек, желудка и мочевого пузыря. Также это растение облегчает ревматизм, период климакса, если имеются внутренние кровотечения, неврозы, бессонница или при сильной усталости.

Эта трава помогает во время перечисленных недугов, поскольку имеет противовоспалительное, ранозаживляющее и кровоостанавливающее действие. В некоторой степени колосковая вероника обладает антибактериальным свойством.

Шалфе

й

Шалфей — многолетний кустарник или трава семейства Яснотковые.

Лекарственная трава шалфей произрастает как многолетний полукустарник или трава с многочисленными травянистыми стеблями. Листья у шалфея мелкие, расположены друг против друга. Все листья покрыты короткими волосками. Цветки представляют собой соцветия в виде колосков. Цветет в июле месяце.

Полезные свойства

В медицинской практике используют листья шалфея. Доказано что в них содержатся до 2 процентов эфирного масла с основными компонентами: туйон, салвиол, цинеол и др. Отвары и настойки шалфея применяют как противовоспалительное, кровоостанавливающее, отхаркивающее средство. Шалфей также является хорошим противомикробным действием. Растение в малых дозах можно употреблять женщинам в период кормления грудью для выработки молока. Также доказана эффективность этого растения при лечении туберкулеза. Применяют шалфей для полоскания рта и горла при различных стоматитах и ангинах.





Донник

лекарственный

Двулетнее растение высотой до 2 м, с запахом кумарина (свежего сена). Стебель прямой, ветвистый, голый, в верхней части слабоопушенный. Листья очередные, мелкие, сложные, тройчатые с двумя ланцетовидными прилистниками, на длинных черешках, с зубчатыми краями. Цветки жёлтые, мелкие, мотыльковые, на коротких цветоножках, собраны в многоцветковые пазушные кисти (с 30–70 поникающими цветками). Размножается семенами. Цветёт в июне–сентябре. Плоды созревают с июля до поздней осени.

Полезные свойства

Донник лекарственный признан официальной медициной. Настой травы назначают как седативное, диуретическое, отхаркивающее, антибактериальное, противоспазматическое, болеутоляющее и лактогонное средство. В научной медицине траву донника используют для приготовления вытяжного зелёного пластыря и вводят в состав смягчительных сборов, ускоряющих вскрытие нарывов и фурункулов. Выделенный из донника дикумарин применяют как антикоагулятор при тромбофлебитах. Использование в гомеопатии..





Донник

обыкновенный

Двулетнее растение семейства бобовых (Fabaceae) со стержневым корнем, проникающим на глубину до 2 м и более. Все растение издает слабый аромат кумарина.

Стебель до 2 м высоты, прямостоячий, ветвистый, в верхней части короткоопушенный. Листья очередные, тройчатые, сложенные из продольно-обратно-яйцевидных листочков с 6-12 парами жилок. Цветки поникающие, собраны по 40-80 в узкие кисти, при плодах сильно удлиняющиеся; венчик белый. Цветет с июня по сентябрь, плоды созревают в июле - октябре.

Размножается донник белый семенами.

Растет на супесчаных и суглинистых свежих почвах по лесным опушкам, полянам, вдоль дорог и железнодорожных линий.

Полезные свойства

Водный экстракт обладает инсектицидными и антибактериальными свойствами. Применяют при заболеваниях органов нижней части брюшной полости, особенно женских («женский донник»). При гнойных ранах, язвах, воспалении грудных желез из травы и цветков делали припарки. Донник лекарственный, как и донник белый, – исходное сырье для производства нарывного зеленого пластыря, применяемого при карбункулах и фурункулах. При атеросклерозе и гипертонической болезни используется в научной и народной медицине.



Икотник (серый, серо-зеленый)



Икотник относится к двулистному травянистому виду растения, семейство – крестоцветные. Растение является короткоопушенным, может достигать высоты 60 см. Отличается коротким стержневым корнем, прямостоячим ветвистым стеблем, на котором размещаются очередные листья, они имеют ланцетную форму. Цветки являются мелкими, белого цвета, четыре лепестка могут собираться в густую кисть, она может удлиняться после того, как созреют небольшие семена. Цвести растение начинает в конце весны, заканчивает в начале осени.

Икотник любит супесчаную и суглинистую почву, его можно увидеть в густых зарослях, рассеянных пустырях, на опушке, луге, около дороги.

Полезные свойства

Растение богато на протеин, разнообразные микроэлементы – фосфор, магний, натрий. Семена содержат жирные масла. Икотник обладает гипотензивным, антибактериальным действием. В икотнике содержатся алколоиды, гликозид синигрин, аскорбиновая кислота, дубильное вещество, флавоноиды. Часто растение используется как успокоительное и вяжущее средство, наружно его применяют при сильных болях, если беспокоят судороги, также с помощью его промывают раны и язвы.



Цмин (Бессмертник)



Цмин – многолетняя трава и кустарник из семейства сложноцветных с прямостоячими или восходящими стеблями, нередко с густым войлочным опушением. В высоту растение достигает 20–50 см. Листья ланцетные, плоские, расположены на стеблях поочередно. Цветки мелкие и образуют многочисленные шаровидные корзинки золотисто-желтого цвета, собранные в густые щитковидные метельчатые соцветия. Цветет растение с июня по сентябрь, плодоносит в августе-сентябре на песчаных почвах, солнечных склонах гор, в борах и по их опушкам.

Полезные свойства

В его составе большое количество разнообразных биологически активных веществ. В химический состав растения входят флавоноиды, гликозиды, дубильные и горькие вещества, эфирное масло, органические кислоты. Присутствуют также тритерпеновые сапонины, полисахариды, аскорбиновая кислота, соли кальция, калия, марганца и железа. Препараты на основе цмина назначают при болезнях желчевыводящей системы и заболеваниях печени. Также лекарственные формы цмина применяют при плохом аппетите, вялом пищеварении, недостаточном выделении пищеварительных ферментов. Препараты из растения способствуют удалению из организма желчи, их широко используют при атеросклерозе, ожирении, ишемической болезни сердца, сахарном диабете.



Репешок

обыкновенный



Репешок обыкновенный – это многолетнее растение, обладающее толстым корнем и прямым крепким (реже слабоветвящимся) стеблем, покрытым мохнатыми волосками (высота стебля варьируется в пределах 50 – 100 см). Листья репешка имеют продолговатую форму и крупнозубчатый край. Сверху они опушены достаточно короткими прижатыми волосками, тогда как снизу листья сероватые, пушистые и бархатистые на ощупь. Цветки растения - желтого цвета, отличаются небольшими размерами; они аккуратно собраны в соцветия, напоминающие колос. Цветет с июня и по сентябрь. Растение обладает достаточно слабым пряным запахом. Произрастает репешок на лесных опушках, вдоль дорог и заборов, на городских пустырях.

Полезные свойства

Применяется репешок обыкновенный при лечении поносов, застоя желчи, а также желчных колик. Кроме того, употребление препаратов репешка помогает возбудить аппетит, снять воспаление и предупредить развитие онкологических заболеваний (является компонентом растительных комплексов, рекомендованных к внутреннему и наружному применению при раке ротовой полости и горла). Препараты растения эффективны и при лечении злокачественных опухолей ЖКТ, рака печени и прямой кишки. И это неполный перечень болезней, с которыми помогает справиться репешок обыкновенный.



Зверобой



Зверобой это трава, высотой до 80 см. Стебли прямостоячие, тонкие, двугранные, ветвистые голые. Листья супротивные, мелкие, овальные или продолговатые, цельнокрайние, с просвечивающими железками в виде черных точек, сидячие. Цветки золотисто-желтые с черными точками, в густых щитковидных соцветиях.

Цветет зверобой в июне — августе. Растет на лугах, опушках, в негустых лиственных и сосновых лесах на песчаных склонах, вырубках, залежах, у дорог в южной половине лесной и в лесостепной зонах.

Полезные свойства

В зверобое много полезных веществ, благодаря чему он и обладает целебными свойствами.

Его используют в качестве антибактериального, антисептического, болеутоляющего, ранозаживляющего, противоревматического, мочегонного, желчегонного, вяжущего, противоглистного средства, а также как регенерирующий препарат. Настоями из травы зверобоя, приготовленные на воде, лечат заболеваний сердца, ревматизма, простуды, гриппа, головных болей, заболеваний печени, желудка, мочевого пузыря, ночного недержания мочи, геморроя, воспаления женских половых органов, растение положительно влияет на нервную систему и обладает антидепрессивным эффектом.



Таволга

зверобоелистная

Растет по степям, степным балкам. Небывший кустарник, образующий обширные заросли. Стебли прямые, ветвящиеся, на концах метельчатые соцветия из белых цветков. В прошлом цветки применялись в народной медицине как потогонное при простудных заболеваниях, как средство от насморка.

Полезные свойства

Лабазник применяется при: псориазе, сердечных отеках, кишечных и желудочных полипах, герпесе, бесплодии, гепатите, заболеваниях желудка, почек, мочевого пузыря, кишечной атонии, ангине, респираторных заболеваниях, гриппе, астме бронхиальной, онкологических заболеваниях, пневмонии, бронхите. Природные свойства Лабазника позволяют использовать траву при неврологических болезнях, артритах, артрозах, ревматизме, неврите лицевого нерва, воспалении седалищного нерва, эпилепсии, неврите тройничного нерва, невралгии межреберной. Применение Лабазника эффективно при язвах трофических, для снятия жара и воспалений.



Спорыш (птичий горец)



Можно встретить стелящееся, плотно прилегающее к почве растение. Стебли у такого вида травы тонкие. У спорыша, поднимающегося вверх, стебель более мощный, достигает высоты 40 см. Стебли данной травы имеют много разветвлений, листья эллиптической или продолговатой формы, очередные. Цветки воронкоподобные, бывают белые, зеленоватые и розовые с красноватым оттенком. Появляются они в мае, цветение продолжается по июнь.

Полезные свойства

Благодаря способности регулировать обменные процессы спорыш является компонентом кровоочистительных чаев, способствуя хорошей фильтрации почек, повышению диуреза, выведению избытков солей. Растение применяется при воспалительных проявлениях в почках. Полезные вещества растения влияют на работу желудка и кишечника. Благодаря дубильным веществам трава спорыша обладает антимикробными свойствами, оказывает противовоспалительное действие, и поэтому отвары эффективны при лечении ран и гнойничковых высыпаний на коже. Вяжущие свойства растения укрепляют стенки сосудов, увеличивают свертываемость крови. Настой и отвар весьма полезны при болезнях почек, печени, желудка, мочевого пузыря. Кровоостанавливающее действие растения помогает при геморрое, цинге и подагре.





Душица

обыкновенная

Душица обыкновенная или орегано - многолетнее травянистое пряное растение из семейства яснотковых с прямостоячим, четырёхгранным стеблем высотой до 70 см, с листьями продолговатой формы заострёнными на концах, длиной от 1 до 4 см, с метельчатыми соцветиями в которых находятся множество мелких цветков розовато - фиолетового цвета. Цветёт душица на второй год в июне - июле. Предпочитает расти на солнечных открытых полянках, лесных опушках, на склонах холмов.

Полезные свойства

Душицу применяют как антимикробное, противовоспалительное и отхаркивающее средство при лечении простуды и заболеваний органов дыхания – при бронхитах, пневмонии. Настои из душицы помогают облегчить состояние при сильном кашле, коклюше, отделяют и выводят мокроту. Применяют настои и для полосканий при ангине и простуде. Настои и чай применяют внутрь для нормализации пищеварения, для повышения аппетита, для укрепления нервной системы, для улучшения сна, добавляют в ванны для купания. В кулинарии применяется как приправа, с душицей тушат мясо и овощи, делают соусы и подливы, добавляют в пиццу и в супы, при солении огурцов и помидор, в растительное масло для ароматизации, в квас и напитки, для заваривания чая.





Клевер

ЛУГОВОЙ

Клевер луговой - многолетнее травянистое лекарственное растение из семейства бобовые. Стебли у клевера ветвистые, высотой до пятидесяти сантиметров, листья тройчатые, нижние листочки на длинных черешках, а верхние на коротких. Цветки маленькие тёмно розового или красного цвета, собранными в головчатые соцветия. Цветёт клевер с мая по сентябрь и является прекрасным медоносом. Лекарственным сырьём служат трава, цветы и корни растения.

Полезные свойства

Цветы клевера снимают отёки и воспалительные процессы, очищают кровь, улучшают работу всего организма. Распаренные цветки каши, наложенные на больные места, помогают при варикозном расширении вен. Отвары и настои из соцветий и листьев пьют при астении и анемии, при головной боли и головокружениях, при рахите, туберкулёзе лёгких, при кровотечениях и геморрое, при отравлениях. Клевер обладает противовоспалительными, противомикробными и отхаркивающими свойствами и с успехом применяются для лечения острых простудных заболеваний, бронхитов и бронхиальной астмы, при ангине и кашле, а так же для лечения кожных заболеваний, диатеза, при абсцессах и при ожогах. Клевером луговым лечат подагру, ревматизм.

Татарник



Растение татарник колючий еще называют бодяком. Является колючим двулетником. Стебель растения вырастает до 2 метров в высоту, от него идет множество ответвлений. Он стоит прямо, поверхность довольно шерстистая. Листки татарника большого размера, форма эллиптическая вытянутая. Цветки растения пурпурные, маленькие. Цветет татарник круглое лето. Растет везде возле дорог, на склонах и пустырях.

Полезные свойства

Растение состоит из алкалоидов, сапонинов, белков, аскорбиновой кислоты и углеводов. Отвары и настои из татарника колючего восстанавливают кровь, борются с бактериями, гонят жидкость, препятствуют воспалительным процессам в организме. Данные лекарства тонизируют сердечную систему, усиливают ее сокращения, способствуют повышению давления, действуют возбуждающе на нервную систему, либо угнетающе. При нефрите, подагре, раке матки, ревматизме, раке кожи, воспалении мочевого пузыря следует готовить отвар бодяка. Настойка, приготовленная из листков растения, подойдет для наружного применения при промывании язв или ран с гноем. Бодяк помогает при кашле, гипотонии, вследствие свойств повышения давления.





Мать-и-мачеха

обыкновенная

В марте-апреле, появляются желтые, похожие на одуванчики крупные цветы. Стебель цветка достаточно толстый, длинный, а цветоножки покрыты маленькими чешуйками. Листья появляются чуть позже. Они имеют округлую форму. Верх у них гладкий, а низ покрыт маленькими волосками.

Полезные свойства

Мать-и-мачеха обыкновенная – лекарственное растение, где целебными свойствами обладают цветы и листья. В них содержатся органические кислоты, сапонины, рутин, аскорбиновая кислота, инулин, эфирные масла. Они обладают выраженными противовоспалительными, смягчающими и отхаркивающими свойствами, помогают избавиться от кашля и насморка.



Пижма

обыкновенная

Пижма обыкновенная — это травянистое растение семейства астровых или сложноцветных. Это растение с крепким прямостоячим стеблем высотой 50-120 см, с деревенеющим горизонтальным корневищем, с перисто-рассечёнными очередными листьями, длиной до 20 см, напоминающими листья рябины. Соцветия диаметром 12 мм, щитковидные, которые так же похожи на гроздья рябины, отсюда и народное название — дикая рябинка. Цветки трубчатые, собранные в корзинки, жёлтого цвета. Плоды - продолговатые ребристые семянки, созревающие с августа.

Полезные свойства

Пижма обладает противовоспалительными, противоглистными, антисептическими, антимикробными, спазмолитическими, противоопухолевыми, противолихорадочными, потогонными воздействиями. Повышает артериальное давление, замедляет ритм сердца, увеличивает амплитуду сердечных сокращений и применяется для лечения артериальной гипотензии. Используется и для лечения кишечных заболеваний, заболеваний желудочно-кишечного тракта, при желудочных коликах, энтероколитах, гастритах с пониженной кислотностью. Настой из корзинок способствует рубцеванию язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.



Пастушья сумка



Пастушья сумка – это однолетнее растение. Данная трава происходит из того же семейства, что и горчица, и является одним из наиболее используемых в медицине растений из семейства крестоцветных.

Цветки пастушьей сумки очень мелкие, с четырьмя белыми лепестками, собраны в концевой части ствола. Листья и стебель растут из основания растения, достигая 50 см в высоту. Трава пастушья сумка характеризуется наличием стручков в форме сердца, которые растут вокруг стебля растения по всей его длине.

Полезные свойства

Лечебные свойства пастушьей сумки, прежде всего, связаны со способностью влиять на кровообращение и состояние сосудов. Эта трава способна останавливать кровотечения, предотвращать появление тромбов и бороться с ними, заживлять раны и бороться с опухолями. Кроме того, это хороший антиоксидант и помощник в борьбе с диабетом и лихорадкой.

Экстракт пастушьей сумки, кроме борьбы с кровотечениями обладает мочегонным, противовоспалительным действием, а также свойством заживлять язвы.





Щавель

конский
Щавель конский **конский** **конский** – это многолетнее травянистое растение. В народе его называют огневка грыжная или кислица конская. Некоторые его именуют густым щавелем или лягушачьей кислицей. Растение вырастает довольно высоким – 100-120 см. Прямостоячий стебель травы чаще всего одиночный, верхняя часть – ветвистая. Толщина побега – 1,5-2 см. Щавель имеет толстое короткое корневище с многочисленными корнями. Стеблевые листья – удлинненно-яйцевидные, имеют основание в форме сердца. Их ширина – 10-12 см, длина – 20-25 см. Все они имеют черешки, у основания которых образуется красный раструб. В отличие от садового щавеля, листья конского – не кислые. Растение цветет с мая по июнь мелкими зеленовато-желтыми цветками. Щавель растет на влажных почвах.

Полезные свойства

Лечебные свойства используют для лечения бактериальных и воспалительных заболеваний. Конский щавель снимает спазмы, понижает артериальное давление. Вяжущие свойства растения увеличивают количество мокроты при кашле и способствуют их скорейшему отхождению. Лечебные свойства щавеля позволяют использовать его в качестве кровоостанавливающего средства. Им лечат болезни желчного пузыря и нарушения в работе кишечника.

Полынь

горькая



Полынь горькая является многолетним растением семейства сложноцветных с характерным специфическим ароматом и очень горьким вкусом. Запах полыни довольно сильный. Стебель у травы ветвистый, грязно-фиолетового цвета. Листья перисторассеченные, темно-зеленые сверху, светлые снизу. Цветки желтые, мелкие, трубчатые, собраны в корзинки диаметром до 3 мм. Высота растения на хороших землях достигает до 2 метров. Широко произрастает практически во всех регионах страны на окультуренных, заброшенных и диких почвах. Цветет в июле — августе.

Полезные свойства

Горечи полыни стимулируют работу пищеварительного тракта, благотворно влияют на секрецию желудочного сока, выработку ферментов поджелудочной железы, а также дают желчегонный эффект. Полынь всегда считалась женской травой, поэтому ее издавна назначали при женских заболеваниях. Ее свойства используются при полосканиях горла, для примочек, компрессов, при ушибах, для избавления от нагноений, припухлостей и язв на коже. Знатоки утверждают, что если перед намечаемым возлиянием спиртного выпить полчашки теплого настоя полыни, то это позволит снизить эффект алкогольного опьянения.



Мята полевая



Мята полевая или луговая - многолетнее травянистое растение с ползучим корневищем, с ветвистыми стеблями. Листья у луговой мяты продолговатые, зубчатые по краям, цветки лилово-розовые, собранные в шаровидные мутовки. Цветёт с июня по октябрь. Мята полевая растёт на берегах водоёмов, в сырых местах на лугах.

Полезные свойства

1. Утоляет боль
2. Мята обладает сильным бактерицидным действием
3. Обладает сосудорасширяющим и желчегонным действием
4. Тонизирует
5. Успокаивает
6. Обладает противораковым действием

Все указанные свойства мяты делают спектр ее применения достаточно широким. Причем используется она не только в рецептах нетрадиционной медицины, но и в официальной фармакологии. Всем известны мятные таблетки от тошноты, мази от кашля и насморка. Старый знакомый «Пектусин» также изготовлен на основе мяты.



Чистоте



Чистотел относится к семейству **Л** Маковые. На вид он напоминает небольшой кустарник с тонким стеблем и широкими листьями. Растение цветет небольшими, но яркими желтыми цветками, плоды имеют вид стручков. Характерная особенность растения – оно может цвести и плодоносить несколько раз за сезон (обычно 2-3). Цветы имеют 4 лепестка и собраны в зонтик. В основном он предпочитает умеренный пояс с ярко выраженной сезонностью. Он является многолетним и предпочитает селиться на открытых местах с легким затенением.

Полезные свойства

Чистотел обладает такими лекарственными возможностями:

Отвары травы применяются в лечении молочницы, эрозии шейки матки, при воспалительных процессах.

Чистотел обладает прекрасным ранозаживляющим и бактерицидным действием, поэтому его применяют при ссадинах, царапинах, ранах в качестве доступного антисептика.

В качестве антисептика отвары чистотела применяются для полоскания ротовой полости или глаз. Это свойство используется в борьбе с конъюнктивитом, стоматитами, герпесом и другими инфекционными патологиями.



Пырей



Многолетнюю траву, принадлежащую к семейству злаков. Корневая система является тонкой, крепкой и ползучей. От корней вверх растут узкие листья, которые в ширину достигают около сантиметра. Трава может вырасти до метра пятидесяти сантиметров в высоту. В июне или июле растение выпускает цветы, которые образуют длинные соцветия (до тридцати сантиметров) в форме редкого колоса. Цветы преобразуются в плоды в июле – сентябре.

Полезные свойства

Средства, приготовленные из ползучего пырея, оказывают мочегонное, отхаркивающее, потогонное, слабительное воздействие на организм. Они очищают кровь. Из экстракта пырея изготавливают таблетки. Из корней готовят успокоительный чай для детей. Корневая система используется при рахите, заболеваниях легких, цистите, болезнях печени и желчного пузыря. О корнях растения вспоминают при высыпаниях на кожных покровах и проблемах с менструацией.



Крапива



Крапива двудомная — многолетняя трава с мощным корнем и длинными горизонтальными ветвистыми корневищами, достигает в высоту 60—200 см (при идеальных климатических условиях и при высокой плотности и высоте растений на месте произрастания). Всё растение густо покрыто жгучими волосками.

Полезные свойства

Активно используют ее свойства такие как мочегонные, слабительные, противосудорожные и другие лечебные свойства. Она заживляет раны, оказывает отхаркивающее и общеукрепляющее действие, способна улучшить свертываемость крови. Список болезней, при которых она помогает, очень-очень длинный.



Подорожн

Подорожник относится к **ик** однолетним и многолетним травам; редко, но встречаются полукустарники семейства подорожниковых. Произрастает подорожник в умеренных и субтропических поясах (иногда в тропиках). Его можно встретить вдоль дорог, на пустырях или в степях, на лугах и песках, даже на сорных местах. В семенах многих видов подорожника содержится слизь и гликозид аукубин.

Полезные свойства

Является отличным лекарственным средством для человека. Он прекрасно снимает воспаление, служит антисептиком, заживляет и затягивает раны, положительно влияет на секреторную функцию желудка, снимает боль, а также оказывает отхаркивающее и кровоочистительное действие. Его используют как мощное обезболивающее, противовоспалительное и антисептическое средство. При помощи настоя из листьев подорожника можно избавиться не только от обыкновенного кашля или респираторного заболевания, но и от таких серьёзных заболеваний как туберкулёз лёгких, плеврит, катар верхних дыхательных путей, бронхиальная астма и коклюш.



Горчица



Горчица является **полевой** травянистым холодостойким растением. Принадлежит к семейству крестоцветных. Растение имеет прямой стебель и стержневой корень. У горчицы очень много желтых цветков, которые располагаются на цветоножках длиной 5 - 8 мм. Цветение происходит с июня по июль. Растение дает плоды в виде стручков, имеющих форму лодочки. Созревание плодов происходит в августе. В стручках находятся маленькие, круглые светло-желтые семена с гладкой поверхностью.

Полезные свойства

Сегодня народная медицина рекомендует использовать семена горчицы с целью активизации желудочно-кишечного тракта. Ими также лечат зубную боль, гипертонию, склероз сосудов, заболевания печени и желчного пузыря, расстройства пищеварения, невралгию, хронический ревматизм, пневмонию, бронхиты, подагру, геморрой. Горчицу также используют в качестве слабительного и противохолерного средства. Горчичники, изготовленные из горчичного порошка, использует официальная медицина. Они очень хорошо согревают, облегчают дыхание, вызывают прилив крови. Их применяют для лечения воспаления легких, бронхитов, ревматизма, гипертонического криза, риска инсульта, стенокардии.



Боярышн



Боярышник — высокорослый кустарник или небольшое колючее деревце из семейства розоцветных (Rosaceae). Белые либо розовые цветки боярышника распространяют неприятный запах. Плоды шаровидные или продолговатые, мясистые, красного цвета, сладковатые, слегка вяжущие на вкус. Цветет в мае-июне. Плоды созревают в августе — сентябре.

Полезные свойства

Самая известная область применения боярышника — лечение сердечных недугов и повышенного давления. Однако возможности этого растения намного шире: боярышником лечат бессонницу, острый ревматизм, суставные боли, повышенную возбудимость, неврозы. Несомненна польза боярышника, а вот вред от его применения относительный — только при злоупотреблении в завышенных дозах его препараты оказывают угнетающее действие на нервную систему и замедляют пульс.

ШИПОВН



Шиповник - это многолетний кустарник, достигающий до двух метров в высоту, с прямостоящими или дуговидными ветвями, на которых расположены тонкие шипы. Листья непарноперистые с 5-7 листочками. Цветёт шиповник в мае – июне, розовыми или бело - розовыми ароматными цветами с пятью лепестками, в центре цветка находится жёлтый венчик, цветки достигают 5 см в диаметре. После цветения образуется мясистый плод, который по мере созревания приобретает красный или оранжевый цвет. Внутренние стенки плода покрыты волосками, а внутри плода находятся многочисленные семена – орешки.

Полезные свойства

Плоды шиповника богаты аскорбиновой кислотой и являются мощным поливитаминным средством. Витамина С в ягодах шиповника больше, чем в чёрной смородине и в лимонах. Препараты из ягод применяются для лечения заболеваний, вызванных нехваткой витаминов. Отвары и настои пьют при авитаминозе и цинге, при лучевой болезни и кровотечениях, при инфекционных заболеваниях и воспалительных процессах. А так же для профилактики простудных заболеваний, так как шиповник повышает устойчивость организма к инфекциям, нормализует обменные процессы, усиливает работоспособность, улучшает работу нервной системы.



Астрага



Астрагал представляет собой одно- или многолетнее травянистое растение семейства бобовых. Его основными формами являются травы, полукустарники, реже кустарники с многочисленными укороченными стеблями. Листья продолговатые, непарноперистые, состоят из 10-16 пар ланцетных листочков, как у акации. Корень астрагала многоглавый, его стержень плотный. Цветки собраны в колосовидное или головчатое соцветие, в котором насчитывается около десяти желтых, фиолетовых, белых, реже пестрых мотыльковых цветков. Астрагал начинает цвести в конце мая, плодится в июле. Плоды, как правило, круглой формы, заключены между двумя кожистыми створками, имеют прямое сходство с другими бобовыми культурами.

Полезные свойства

Астрагал оказывает тонизирующее, гипотензивное, успокаивающее, кровоостанавливающее, мочегонное, потогонное действия, расширяет сосуды, улучшая тем самым кровообращение. Астрагал солодколистный применяют как слабительное и отхаркивающее средство; а также при дерматитах, скрофулезе и ревматизме.

Валериана

русская



Валериана русская, в переводе - *Valeriana rossica* принадлежит к многолетним травянистым растениям. Обладает прямым, вертикальным, реже косым корневищем без побегов. Стебель слегка бороздчатый, голый, при основании немного опушенный, высота его колеблется в пределах от семидесяти, до ста шестидесяти сантиметров. Листья растения непарноперистые, супротивные, снизу они с короткими щетинистыми шипиками или гладкие; стеблевые - с шестью или десятью парами цельнокрайних или узколанцетных листочков. Цветы довольно мелкие, они бледно-розового окраса или белые, в щитковидном соцветии рыхлом или довольно плотном. Цветет растение на протяжении первых двух летних месяцев.

Полезные свойства

Это растение принадлежит к группе успокоительных средств, и его применяют при неврозах, при чрезмерном возбуждении, при стрессовых ситуациях, при бессоннице, так как оно способно регулировать нервные процессы. Валериана обладает гипотензивным действием, а это значит, что ее можно назначать при повышенном артериальном давлении. Корень валерианы обладает незначительным послабляющим действием, его применяют и как глистогонное средство, а также его рекомендуют использовать при чрезмерной возбудимости, которая вызвана гиперфункцией щитовидной железы, при мигрени, при хорее, эпилепсии, во время климактерического периода. Валериана способствует улучшению аппетита, а также оказывает на организм общеукрепляющее действие, усиливает отделение желчи и повышает секреторную деятельность поджелудочной железы и желудка.



Чернокорень



Чернокорень лекарственный или двулетнему виду растения, семейство бурачниковые. Достигает высоты до 10 сантиметров. Корень имеет буро-красный цвет, является стержневым толстым, стебель густо облиственным, прямостоячим, вверху разветвляется. Листья чернокорня могут быть острыми, сидячими, прижато-опушенными, ланцетными. Цветки являются пятичленными, размещаются на цветочных ножках, которые очень длинные, также собираются в завитки, которые располагаются вверху на стебле и образует соцветие метельчатого характера. Начинает цвести в конце весны и до начала осени, первые плоды могут появляться по-разному, начинают с начала лета.

Полезные свойства

Настои и отвары на основе его помогут излечить простуду, судороги, кашель, дизентерию, понос. Также оно является одним с лучших болеутоляющих, противовоспалительных, останавливающее кровь, также с помощью его можно улучшить состояние волос, они станут красивыми, длинными, а главное густыми. Отвар на основе корня добавляют в ванны, делают в него компрессы, также используют для обмывания, чтобы устранить воспаление, избавиться от ушиба, ран, язв. Также с помощью высушенной травы с чернокорня можно избавиться от крыс, мышей, у них не переносимость к запаху растения.

Пустырник мохнатый



пятилопастный
Высота растения может достигать до 150 см. У этого вида прямостоячий стебель с небольшим количеством ветвей, опушен волосками. Характерная черта листьев — зубчатые по краю, 3–5 лопастные (отсюда и название); сверху темно-зеленые, снизу серые; с железистыми волосинками на обеих сторонах листа. Цветки собраны в мутовки, мелкие, двугубые, розового цвета. Ранее в ботанической классификации относился к подвиду пустырника сердечного.

Полезные свойства

1. Спазмолитическое.
2. Успокаивающее.
3. Седативное.
4. Бактерицидное.
5. Противовоспалительное.
6. Мочегонное.
7. Отхаркивающее.
8. Кардиотоническое.
9. Гипотензивное.
10. Жаропонижающее.
11. Ранозаживляющее.
12. Общеукрепляющее;
13. Кровоостанавливающее;
14. Противосудорожное;
15. Вяжущее;
16. Регулирующее менструальный цикл.



Черноголо



Вка

Растение черноголовка **Вка** относится к семейству Яснотковые. Стебель у нее прямостоячий, приподнятый, ветвистый. Верхние листья сидячие, нижние – черешковые. Соцветие имеет яйцевидную или вытянутую форму. Оно состоит из ложных колец, образованных из ворсистых прицветников. В каждом слое находится шесть цветков. Их двугубые чашечки зеленые или пурпурные. Венчики обычно фиолетового цвета. Внутри четыре тычинки. Сезон цветения длится долго, в отдельных местах он начинается с конца весны и может длиться до теплой осени.

Полезные свойства

Содержащиеся в нем активные вещества подавляют рост кишечной палочки и возбудителей туберкулеза и брюшного тифа. За эти способности растение рассматривают как альтернативу антибиотикам. Его применяют также и как жаропонижающее, кровоостанавливающее, спазмолитическое и болеутоляющее средство. Есть данные о противовирусной активности экстракта из черноголовки. Органические кислоты оказывают влияние на нормализацию гормонов, отвечающих за состояние щитовидной железы. Отмечена высокая иммуномодулирующая активность черноголовки.



Одуванчик

лекарственный



Одуванчик лекарственный – многолетним травянистым растением, имеющий стержневой стебель, переходящий вверху в короткое вертикальное корневище. Листья собраны в прикорневую розетку. В очертании они ланцетовидные и перистолопастные, а затем перистораздельные, струговидные по форме, с направленными косо вниз острыми лопастями. Цветочные стрелки округлые, внутри полые, не ветвистые, высотой 5-30 сантиметров, заканчиваются одиночными корзинками с общей оберткой. Листочки обертки - от ланцетовидных до ланцетовидно-линейных, наружные отклонены, а внутренние прижатые к соцветию. Все цветки язычковые, желтого цвета. Цветет в мае-июле.

Полезные свойства

Горькие вещества одуванчика возбуждают аппетит, улучшают деятельность пищеварительного тракта, обладают желчегонным, слабительным, противоглистным, мочегонным действием. Траву и корень стали применять при заболеваниях печени, желчного пузыря, желчнокаменной болезни, колитах, желтухе, запоре, гастритах, геморрое, склеродермии.

Грудница

мохнатая



РастенияКрыма.рф
fami.jogavivovavod.ru

Грудница мохнатая — вечнозеленое, бесшовато - зеленое опушенное травянистое растение с горизонтальным толстым корневищем и несколькими прямыми стеблями. Листья мелкие, дельные, очередные, продолговатые, или ланцетные, сидячие, цельнокрайние, постепенно суживающиеся к основанию, на верхушке заостренные, с сероватым войлочным опушением. Цветочные корзинки мелкие, желтые, собраны в щитковидное соцветие. Цветки обоеполые, плодущие, немногочисленные, с трубчатым желтым венчиком. Высота 30-45 см. Время цветения. Июнь - август. Грудница мохнатая растет по степным известковым и песчаным склонам и кустарникам, в лесостепи, полупустынях, на солонцах.

Полезные свойства

Грудница мохнатая обладает слабым вяжущим, обезболивающим, противовоспалительным и антисептическим действием. Настой травы принимают при кашле, грудной боли и болезнях дыхательных органов (отчего и произошло название растения). Наружно в виде припарок грудницу мохнатую употребляют при зубной и ревматических болях.



***РЛП «Донецкий кряж»
предупреждает!!!***

***При сборе и употреблении
лекарственных трав необходимо
учитывать противопоказания.
Индивидуальные особенности
человека, непереносимость тех или
иных компонентов растений может
неблагоприятно сказаться на Вашем
здоровье!***