

Лекарственные растения Воронежской области

**Проект разработан
учащимися
КОУ ВО**

**«Школа – интернат №1 для детей – сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей».**

**Руководитель проекта
учитель биологии Стародубцева О.О.**

Лекарственные растения



В природе есть растения, которые обладают лечебным действием: из них используют в медицине и ветеринарии. Такие растения называют лекарственными. Так, многим из нас с детства известно, что лист подорожника является лучшим средством для лечения поврежденной кожи, шиповник богат витаминами (особенно витамином С) и повышает иммунитет, валериана применяется для лечения нервных расстройств, черника – для лечения заболеваний глаз.

Многие из лекарственных растений специально выращивают на полях, то есть они уже стали культурными растениями (календула, донник и др.).

Лекарственные растения собирают, сушат или сразу перерабатывают в лекарства – делают из них настои, отвары, мази, таблетки, сиропы и др. на специальных фармацевтических предприятиях – фармзаводах.

Совхоз «Лекарственные травы»



База данных: Предприятия РОССИЯ / Центральный федеральный округ / Воронежская область. Название предприятия: 'ВОРОНЕЖСКИЙ' СОВХОЗ
Выпускаемая продукция:

- СЫРЬЕ И ПРОДУКТЫ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ: РАСТИТЕЛЬНЫЕ И ЖИВОТНЫЕ
- КОРНЕВИЩЕ С КОРНЯМИ ВАЛЕРИАНЫ ЛЕКАРСТВЕННОЙ
- ЛИСТЬЯ БЕЛЕНА ЧЕРНОЙ
- ЦВЕТКИ НОГОТКОВ (КАЛЕНДУЛЫ)

Код ОКПО:Населенный пункт:П/О РОГАЧЕВКА-1Почтовый индекс:396321
Почтовый адрес:РОССИЯ, ВОРОНЕЖСКАЯ ОБЛ., НОВОУСМАНСКИЙ Р-Н, П/О РОГАЧЕВКА-1Телефон:(07341) 6-12-00, 6-12-94, 2-15-96

Земляника лесная



Другие названия: ягодник, поземка, кишечная трава.

Многолетнее травянистое растение семейства Розоцветные. В местах укоренения побегов развиваются розетки прикорневых листьев и выходят цветоносные стебли. Стебель прямой до 25 см.

Прикорневые листья земляники тройчатые, на длинных черешках, снизу покрыты густыми волосками, как и все растение. Цветки белые, собраны на верхушке стебля в щитковидное соцветие, выходящие из пазух крупнозубчатых яйцевидных листьев.

Плод - ложная красная ягода, конической или шаровидной формы, которая состоит из разросшегося цветоложа и многочисленных семян - настоящих плодов. Размножается побегами (усами), семенами, делением куста. Цветет земляника в мае - июне. Созревание плодов в конце июня - июле.

Растет в лиственных, сосновых и смешанных лесах, на полянах, опушках, вырубках, по склонам холмов, сухих лугах, среди кустарников.

Для лекарственных целей используют плоды и листья земляники лесной. Собирают зрелые плоды утром, когда сойдет роса, или в конце дня, потому, что влажные или собранные в жару плоды легко портятся.

Сначала необходимо подвялить плоды на воздухе или в сушилках в течение 4 - 5 часов при температуре 25 - 30°C, чтобы большая часть содержащейся в них влаги испарилась. Далее сушат при более высокой температуре (45 - 65°C) до приобретения плодами сыпучести. Срок годности плодов 2 года.

Заготовку листьев проводят во время цветения земляники, срезая ножницами или обрывая вручную таким образом, чтобы остаток черешка не превышал 1 см. Листья сушат в хорошо проветриваемых помещениях или на открытом воздухе в тени, разложив тонким слоем и периодически перемешивая. Можно сушить листья в сушилках при температуре не выше 45°C. Если при сгибании черешков листьев они ломаются, то такое сырьё считается достаточно высушенным.

Хранить высушенные листья необходимо в сухих, прохладных, защищённых от солнечного света помещениях. Срок годности - 1 год.



Крапива двудомная

Крапива двудомная - *Urtica dioica* L

Всем известно это кусачее растение - злостный сорняк, который растёт повсеместно. А вот о полезных свойствах крапивы знают не все. Между тем в крапиве целая кладовая витаминов. Например, витамина С в ней в 3 раза больше, чем в лимонах, а витамина А больше чем в моркови и облепихе! Богата крапива и микроэлементами, при анемии она может восполнить дефицит железа.

Состав: крапива содержит витамины К, С, В2, Е, А, фунгициды, гликозид уртицин, флавоновые, дубильные и алкалоидоподобные вещества, хлорофилл, филлохнин, пантотеновую, кремниевую, муравьиную, галлусовую кислоты, рибофлавин, сахара, камедь, фитонциды, холин, гистамин, ситостерол, крахмал, белки, микроэлементы (железо, медь, марганец, хром, калий и др.).

Показания: Крапива обладает сильным ковоостанавливающим действием, повышая свёртываемость крови, используется при внутренних кровотечениях (маточных, почечных, лёгочных, кишечных), в послеродовой период, нормализует менструальный цикл, способствует снижению уровня сахара в крови в начальных стадиях диабета, повышает количество эритроцитов и гемоглобина крови, используется при анемии, климаксе, ревматизме, наружно при облысении, выпадении волос, от перхоти, для лечения ожёгов, для полосканий при ангине, пародонтозе и в качестве отхаркивающего средства при кашле и бронхите, при заболеваниях печени и желчных путей, для усиления лактации кормящих матерей, при геморрое.

Применение:

Крапиву широко используют для приготовления салатов, супов, борщей, рассольников. Водный настой: 3 ложки измельченной травы на 2 стакана кипятка, настаивать 4-6 часов, процедить, принять в течение дня небольшими порциями.

Отвар корней: две столовых ложки корней крапивы залить стаканом кипятка, кипятить на медленном огне 15-20 минут. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

Сбор: листья и корни крапивы собирать предпочтительно ранней весной.





Кипрей (Иван-чай)

Кипрей - *Chamerion angustifolium*

Кипрей в народе часто называют Иван-чай. И сразу же становится ясно, что это растение издавна использовалось вместо чая, ведь в старину на севере Руси не было популярного сейчас индийского чая, впрочем как и кофе. Растёт кипрей в основном в лесу, на полянках. Высота растения около 1 метра, это многолетнее растение.

Состав:

20% тониннов, алкалоиды, сахар, каротин, пектин, слизь, кумарины, гиперозид, хаменериевая кислота, антоцианы, флавоноиды, по содержанию витамина С в листьях иван-чая конкурирует с чёрной смородиной, фитогемоглютенин, микроэлементы: медь, цинк, марганец

Показания:

бессонница, язвенная болезнь, гастриты, колиты, золотуха, головная боль, кровотечения, желудочно-кишечные болезни, кипрей обладает жаропонижающим, вяжущим, успокоительным, болеутоляющим, седативным, противосудорожным и противовоспалительным действием

Применение:

Столовую ложку сухих листьев и цветов заварить кипятком, настаивать 4 часа, пить 3-4 раза в день по столовой ложке. При кожных заболеваниях используют местно запаренные кипятком листья.

Сбор:

собирают листья и цветы во время цветения в июне и июле месяце. Не стоит собирать незрелые плоды, так как потом из них вываливается пух. Можно также использовать корни растения.





Адонис. Адонис весенний (горицвет)

С Адонисом весенним связано много мифов, легенд. В давние времена его историю связывали с финикийским богом солнца "Адонисом". Согласно мифу, бог солнца "Адонис" каждый год воскресал вместе с появлением растения и так же каждую осень умирал.

Есть и древнегреческая легенда, о погибшем возлюбленном богини Афродиты. Тщетно пытаясь его найти, она вырастила из его крови прелестный цветок, который распускался каждую весну, а Адонис возвращался к ней из подземного царства бога Аида. Вскоре Зевс пожалел Афродиту и велел Аиду отпустить на пол года Адониса из царства мертвых на землю. С тех пор, с приходом Адониса на землю к солнцу, вся природа оживает и первым на опушках и склонах появляется ярко-желтый цветок, названный в его честь.

Адонис относится к семейству лютиковые. Это наземное многолетнее травянистое растение достигающее 50 см в высоту. Сборы применяют в медицине, а так же выращивают в декоративных целях из-за ярких и красивых цветков.

Адонис (Горицвет) применяют, при лечении: сердечных заболеваний, заболеваний суставов; при ревматизме; при расстройстве нервной системы: для улучшения сна.

Как большинство лютиковых, является ядовитым, что требует осторожности при сборе и употреблении.



Фото с адонисом весенним



Листья



Стебель



Коробочка с семенами



Лепесток



Всходы



Распускающийся адонис

Боярышник кроваво - красный

Кустарник, или небольшое дерево семейства Розоцветные, высотой до 5 м. Молодые ветви блестящие, усажены редким и колючками длиной до 5 см. Листья опушённые, сверху тёмно-зелёные, снизу ярко-зелёные обратнойцевидные, с клиновидным основанием, крупнозубчатые по краю, осенью оранжево-красные.

Цветки с белыми или розоватыми лепестками, небольшие, собраны в густые щитковидные соцветия.

Плоды боярышника - кроваво-красные, розовые, оранжевые, желтые или черные шаровидные ягоды, похожие на маленькое яблоко диаметром 8 - 10 мм, с мучнистой мякотью и 3 - 4 косточками, содержащими по 1 семени.

Боярышник кроваво-красный цветёт в мае - июне. Созревание плодов начинается в сентябре. Плодоносит в 10—15-летнем возрасте. Продолжительность жизни до 400 лет. Растет по берегам рек, негустым лесам, на полянах и опушках.

Цветки и плоды боярышника являются лекарственным сырьём. Собирают цветки в сухую погоду. Сушат их в сушилках при температуре до 40° С, под навесом или в помещениях с хорошей вентиляцией, разложив тонким слоем.





Подорожник большой

Подорожник большой - *Plantago major* L.

Подорожник получил своё название за то, что растёт преимущественно на тропинках и дорожках. Это его свойство связано с тем, что растение размножается семенами, которые переносятся на новое место пешеходами. Очень любит подорожник расти вблизи жилья и часто приходит на выручку детям. При мелких порезах его можно наложить на ранку и кровотечение остановится.

Состав:

алкалоиды, флавоноиды, витамин С и К, органические кислоты, дубильные вещества, гликозид аукубин, горечи, слизь, дубильные вещества, сорбит, лимонная и олеановая кислоты, каротин.

Показания:

листья и сок подорожника обладают сильным антимикробным, противовоспалительным, ранозаживляющим, кровостанавливающим и отхаркивающим свойством, усиливает секрецию желудочного сока, эффективны от стрептококков, стафилококков, синегнойной палочки, используются для лечения пародонтита, трофических язв, гингивита, стоматита, пульпита, гингивита, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при бронхитах, катарах верхних дыхательных путей, легочных заболеваниях, гастритах, хронических колитах, острых желудочно-кишечных заболеваниях, ушибах, ранах, язвах, нарывах.

Применение:

Отвар листа подорожника: 2 столовые ложки сухих листьев заливают стаканом горячей кипяченой воды, нагревают на пару 30 минут. Применяют внутрь по 1 столовой ложке за 15 мин до еды 3 - 4 раза в день. Также используются настои и свежий сок растения.

Сбор:

Собирают листья подорожника в течении всего лета.



Зверобой продырявленный

Зверобой продырявленный - *Hypericum Perforatum*

Говорят, что зверобой помогает от 99 болезней. Может оно и так... Моя бабушка была такой любительницей зверобоя, что пила его вместо чая, каждый день. Хотя, это и черезчур, но всё же лучше, чем съесть тонну лекарства...

Названия у растения очень интересное. "Зверо-бой" - значит убивающий зверей. Действительно, при скормливании зверобоя овцам, часто наступают отравления, появляются язвы. При этом страдают только овцы белого цвета. Это связано с тем, что в зверобой повышает чувствительность непигментированных участков кожи к свету.

Растёт зверобой на лугах и полянках. Это многолетнее растение.

Состав:

Гиперицин, псевдогиперицин, гиперфорин, флавоноиды, эфирные масла, танины, большое количество каротина, аскорбиновую и никотиновую кислоты, сапонины, дубильные вещества пирокатехиновой группы, эфирное масло, холин, цириловый спирт, смолистые и горькие вещества, фитонциды, следы алкалоидов.

Медицинские показания:

Очень широкое, что конечно связано со сложным химическим составом растения:
при головных болях и головокружениях, неврозах, при заболеваниях желудка, кишечника, желчного пузыря, мочевого пузыря, недержании мочи, геморрое, при сердечно-сосудистых заболеваниях, при воспалениях женских половых органов, кандидомикозе, холицистите, поносе, от кишечных паразитов, при ночном недержании мочи, инфекциях мочевого пузыря, язве желудка и 12-перстной кишки, подагре, ишиасе, бронхите, воспалительных процессах самого разного происхождения, мочегонное действие, при хронических воспалительных заболеваниях почек, при лечении язвенной болезни желудка, язве, пролежней, длительно незаживающих ран, ожогов, хронических стоматитов, при простудных заболеваниях, пародонтозе, радикулите, артрите....

Применение:

Внутри в виде чая. Столовую ложку измельченной травы залить стаканом кипятка, кипятить 15 минут на слабом огне, процедить. Пить по 1/4 стакана 3 раза в день.
Снаружи - полоскание настойкой зверобоя.

Используется также зверобойное масло.
0-25 г. свежих измельченных листьев и цветков зверобоя, заливают 200-250 гр. оливкового (можно брать подсолнечное или льняное) масла, настаивают 3-4 недели, процеживают. Хранят масло в темной бутылке. Принимают при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки по 2 ст. ложки за полчаса до еды в течение 1-2 месяцев. Зверобойное масло используется также наружно.

Свежерастётное растение применяется для лечения ран.

Сбор:

Используется наземная часть растения, время сбора июнь- август.



Липа мелколистная

Липа мелколистная (сердцевидная) - *Tilia cordata* Mill.

Липа – знакомое многим листопадное дерево с сердцевидными листиками. Продолжительность её жизни около 400 лет. Липа - отличный медонос, в июле месяце покрывается большим количеством бело-жёлтых душистых цветочков. При повышенной влажности воздуха липа плачет, в таком большом количестве выделяется нектар из её цветов. В это время, прогуливаясь под липами, прохожий может даже ощутить на себе липовый дождь.

Липовые цветы традиционно использовались в народной медицине как лекарство, а древесина липы – мягкая и светлая считается лучшим материалом для резьбы. Из неё делают лукошки.

Состав:

Цветки содержат флавоновый гликозид гесперидин, гликозид тилиацин, сапонины, дубильные вещества, каротин, витамин С, фитонциды, эфирное масло, сесквитерпеновый спирт фарнезол.

Показания:

Настой цветов липы обладает сильным мочегонным, противосудорожным, противовоспалительным, потогонным, жаропонижающим, бактерицидным, обезболивающим, слабым спазмолитическим свойствами.

Используется липовый цвет при обмороках судорогах, эпилепсии, болезнях дыхательных органов, ангине, кашле, насморке, катаре бронхов, при заболевании почек и мочевого пузыря, при резях в желудке и мочеиспускательном канале, при суставном ревматизме, неврозах, головных болях и наружно при выпадении волос.

Измельченные свежие почки или свежие и размоченные листья используют как наружное противовоспалительное, болеутоляющее и смягчительное средство, прикладывают к ожогам, воспалительным уплотнениям, язвам.

Разваренная кора липы обладает противовоспалительным и хорошим обезболивающим свойствами. Слизь применяют для лечения ожогов, свежих ран, геморроидальных узлов и при ревматических и подагрических болях.

Порошком из семян липы пользуются для остановки носовых кровотечений, а листьями обвязывают голову при головной боли.

Применение:

1 чайную ложку липового цвета заварить в 1 стакане кипятка. Пить 2—3 раза в день по полстакана до еды.

Сбор:

во время цветения в июле месяце собирают цветки с прилистниками. Весной – почки, весной или осенью - кору, осенью – семена.





Шиповник коричный

Другие названия: шиповник майский, шипшина, роза коричная.

Описание. Многолетний кустарник семейства Розоцветные, высотой до 200 см. Стебли прямые (иногда повислые) с изогнутыми (реже прямыми) шипами.

Листья черешковые, сложные, листочки сверху покрыты сизовато-зелеными волосками.

Цветки крупные, одиночные или по 2-3, с пятью розовыми или красными лепестками на короткой цветоножке.

Плод - гипантий, при созревании красный или пурпурно-красный, голый, шаровидный с чашелистиками наверху, с многочисленными мелкими семенами, густо покрытыми волосками. Цветет в мая - июне. Созревание плодов в сентябре. В плодоношение вступает на 2-3 год жизни. Возраст может достигать до 350-400 лет.

Растёт шиповник коричный на лесных опушках, среди кустарников, на лугах, по оврагам. Распространён от Скандинавии до Центральной Сибири.

Для лечебных целей используют и заготавливают плоды шиповника коричневого. Заготовку проводят после того, как плоды полностью достигнут своей зрелости но не перезреют. Заканчивают сбор до наступления морозов. Срывают плоды в брезентовых рукавицах. Сушат на солнце или в хорошо проветриваемых помещениях, разложив тонким слоем. Также можно сушить в духовке или сушилке при температуре 80—90°С. Срок годности сырья 2 года.



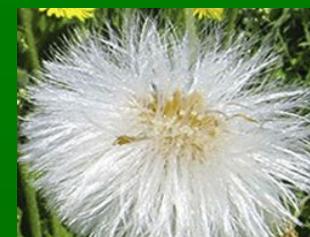


Мать-и-мачеха обыкновенная



В. Г. Короленко писал: «Мать-мачеха хлопает на ветру своими бледно-зелеными листьями. Снизу они белы, пушисты и мягки, как прикосновение материнской руки. Сверху зелены и холодны. Это «мачеха».

Мать-и-мачеха обыкновенная — единственный представитель рода мать-и-мачехи.





Молодая поросль



Цветок



Плоды



Лист



Рябина обыкновенная

Рябина обыкновенная - *Sorbus aucuparia* L.

Красавица рябина - кто же не ведал горьковатых ягод этого популярного дерева. Растёт рябина чаще всего в лесу. Впрочем бывают и садовые формы рябины - со сладкими ягодами, и множество её гибридных вариантов. Но это больше по части редкостей. Ягоды рябины собирают для сушки до наступления заморозков. Из них готовят варенье, желе, ароматное вино. Рябину называют кладовой здоровья. Чего таить в ней найдена половина таблицы Менделеева, вот почему так разнообразны её лечебные свойства.

Состав: витамины С, Р, В1, В2, РР, Е, К, органические кислоты, эфирные масла, дубильные вещества, сорбиновая, парасорбиновая кислота, горечи, каротиноиды, глюкоза, фруктоза, сахар, лимонная, яблочная, винная, тритерпеновая, янтарная, фолиевая кислота, сахароспирт, амигдалин, 18 аминокислот, среди которых 8 незаменимых, большое количество микроэлементов, пектиновые вещества

Показания: болезни печени, пониженная кислотность желудочного сока, гипертония, камни в почках, заболевания мочевого пузыря и мочевыводящих путей, малокровие, дизентерия, заболевания желчного пузыря, авитаминоз, гептохолецистит, потеря аппетита, расстройство пищеварения, гепатит, затруднённое желчеотделение, анемия, отёки, подагра, солевой диатез, хронический запор, геморрой, цистит, гломерулонефрит, заболевания поджелудочной железы, радиационная болезнь, атеросклероз, спазм сосудов головного мозга, маточные кровотечения, ревматизм, диабет, нарушение коронарного кровообращения, аритмия сердца, повышает свёртываемость крови, снижает холестерин, оказывает кровоостанавливающее, потогонное, вяжущее, эстрогенное, противомикробное, лёгкое слабительное действие при старческой атонии толстой и тонкой кишки, и даже используется как противозачаточное средство, тормозит рост грибов. Свежий сок рябины рекомендуется при ожирении как средство связывающее углеводы.

Противопоказания: не рекомендуется употреблять свежие плоды рябины в большом количестве, чтобы не допустить передозировки парасорбиновой кислоты, которая в них содержится. В сушёных или замороженных плодах - эта кислота разрушается. Сок из свежих ягод рябины противопоказан при повышенной кислотности желудка.

Применение: 1 столовую ложку плодов залить стаканом кипятка, настоять. Принимать 1 стакан в день. В качестве желчегонного средства употребляется свежий сок рябины.

Сбор: ягоды собирают в сентябре, употребляют в свежем или сушёном виде





Донник белый

Донник белый - *Melilotus albus*

Донник белый - это двухлетнее растение высотой полтора метра. Он хорошо известен пчеловодам как один из лучших медоносов. Действительно растение это огромное, на нём вырастает множество мелких цветочков. Донник белый считается барометром - если вы увидите особенно большое количество пчёл на цветах донника, это означает, что скоро пойдёт дождь. Перед дождём растение выделяет сильный аромат.

Донник примечателен ещё одним свойством - это очень ценная кормовая культура. Он стоит в одном ряду с клевером и люцерной. Замечательно свойство донника вытягивать из почвы большое количество молибдена. В листьях и семенах донника белого молибдена накапливается в 300 раз больше, чем в почве! Самое смешное в том, что донник белый ядовит! И животные, поедают это растение неохотно, а вот когда привыкают - начинают кушать сено с донником как ни в чём не бывало. Этого нельзя сказать о человеке. Для человека передозировка лекарственных средств из донника белого представляет опасность.

Было замечено, что когда животные поедали донник белый, у них могли развиваться кровотечения, кровь становилась более текучей. Это связано с тем, что кумарин, содержащийся в доннике белом в большом количестве, блокирует образование в печени протромбина, тем самым понижая сворачиваемость крови. В медицине это свойство донника можно использовать при тромбофлебитах, чтобы снизить вероятность дальнейшего тромбообразования. Но по секрету скажу, что таким методом можно болезнь только контролировать, а чтобы её вылечить этого не достаточно.

Считается, что своё название донник белый получил за то, что его применяли при лечении "донных" болезней, то есть заболеваний нижней части живота, особенно женских органов.

Состав: трава донника содержит в большом количестве кумарин и декумарол, а также в ней есть кумаровая, молотовая кислоты, холин, танины, протеин, жир, зольные соединения, смолистые вещества, эфирное масло, каротин, витамин С.

Показания: Донник белый обладает ранозаживляющим, ятрогенным, ветрогонным, отхаркивающим, повышающим лактацию, противохорадочным, болеутоляющим, стимулирующим (более чем в 2 раза активнее алоэ) свойствами. применяется при гнойных ранах, язвах (из него изготавливают пластырь), при воспалении грудных желез, атеросклерозе, гипертонии, простуде, асците, малярии, головной боли, тромбофлебите, инфаркте миокарда, эмболии, болях в животе, гинекологических заболеваниях, воспалении яичников и бесплодии.

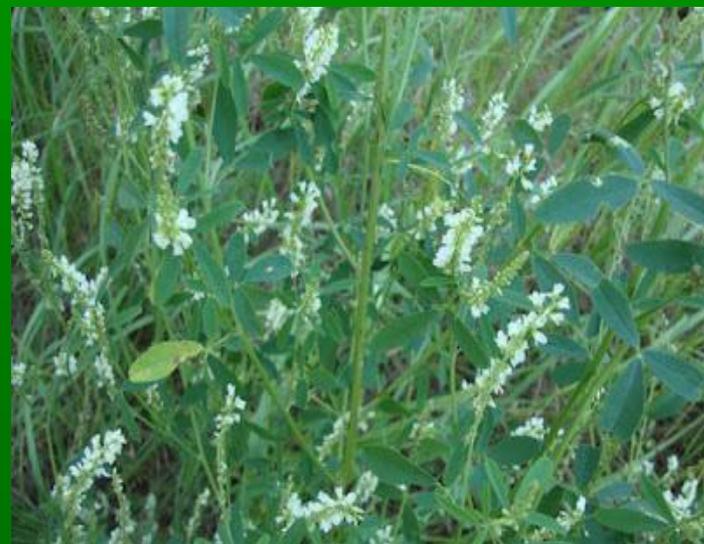
Применение:

Настой травы: заварить 1 столовую ложку травы 1 стаканом кипятка, настоять 1 час. Принимать по четверть стакана 3 раза в день за 15 минут до еды.

Отвар корней: 1 столовую ложку измельчённых корней варить 30 минут в 1 стакане воды. настоять 30 мин. Принимать при тромбозах вен по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Противопоказания: Растение ядовито. При длительном применении или передозировке возникают множественные кровотечения, понос, кровь в моче, судороги, сонливость, анемия. При отравлении сделать промывание желудка.

Сбор: Траву собирают во время цветения - июль, август. Корни собирают ранней





Ландыш майский

Ландыш майский – *Convallaria majalis* L.

Ландыш - популярный майский цветок с тонким и очень приятным ароматом, растёт преимущественно в лесах. Это очень тенелюбивое растение. Цветочки у ландыша белого цвета, мелкие, осенью они образуют плоды – красные ягоды. Иногда в народе их называют волчьими – такие ягоды есть нельзя, они сильно ядовиты.

Также очень ядовиты корни растения. При введении всего четырёх капель гликозидов ландыша в кровь собаке – она умирает через 10 минут. Ядовита даже вода из вазочки, в которой стояли ландыши. Как лекарственное растение ландыш известен с давних времён – сухие растёртые цветы добавлялись в нюхательный табак, чтобы у курильщиков не болела голова. А в России девушки использовали корни ландыша вместо румян, натирая ими щёки.

Отравление ландышем опасно тем, что вызывает сердечные нарушения, но отравление оказывается сравнительно кратковременным. В желудке сердечные гликозиды быстро разлагаются. Дикие животные тоже могут отравиться ландышем, но обычно они избегают им питаться. А вот завозные животные могут нечаянно использовать ландыш в пищу. Что интересно – пятнистый олень поедает листья ландыша с удовольствием без вреда для здоровья.

Состав:

Гликозиды конваллатоксин, конваллязид, эфирное масло, органические кислоты, алкалоид маялин, крахмал, сердечные гликозиды гликоконваллозид, валларотоксин, конваламарин, микроэлементы.

Показания: Сердечная недостаточность, пороки сердца, кардиосклероз, невроз сердца, насморк, эндокардит, аритмия, водянка, бронхиальная астма, малярия, базедова болезнь, нервные потрясения, используется в качестве мочегонного средства, при головной боли и боли в желудке, бессоннице, при болезнях глаз, эпилепсии, ревматизме.

Применение:

Настойка – Заполнить сосуд на $\frac{3}{4}$ мелконарезанными листьями ландыша, залить водкой, настоять 2 недели, процедить. Употреблять по 1-12 капель детям и 10-15 капель взрослым 2-3 раза в день за 30 минут до еды.

Настой – заварить стаканом кипятка 4 гр. высушенных листьев, настоять 40 минут, принимать по 1 столовой ложке каждые 2 часа.

Противопоказания:

Отравление ландышем происходит при избыточном употреблении спиртовой настойки, а также при поедании ягод детьми. Особенно опасно употреблять домашние заготовки ландыша. При отравлениях требуется срочно промыть желудок, использовать активированный уголь, также надо принять меры по лечению сердечных нарушений.

Сбор:

В начале цветения собирают цветки и листья, сушат как можно быстрее, чтобы неустойчивые сердечные гликозиды не разложились. Цветки обладают намного большими лекарственными свойствами чем





Тысячелистник обыкновенный

Achillea millefolium

Тысячелистник назван так за то, что его маленький лист словно разрезан на тысячи ещё более маленьких частей.

Растёт тысячелистник главным образом в умеренной зоне северного полушария. Род тысячелистника насчитывает около 100 видов. Многие виды используются в медицине.

Цветёт тысячелистник начиная с июня и до самой осени.

Показания к применению:

- Исключительно хорошо помогает отвар травы при кашле, бронхите. По этой причине тысячелистник следует обязательно иметь в своей травяной аптечке.

- усиливает сокращение маточной мускулатуры при маточных кровотечениях, усиливает свёртываемость крови и способствует остановке кровотечений.

- используется для улучшения аппетита и пищеварения и увеличения количества молока у кормящих матерей.

- при золотухе, при туберкулезе и малокровии, ревматизме, заболеваниях печени, головных болях, как противоглистное средство, при интоксикациях.

- при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, язвенной болезни и гастрите.

Лечебные свойства:

В соцветиях и листьях содержится эфирное масло (0,8 %), в состав которого входят а-пинен, борнеол, сложные эфиры, камфора, туйон, цинеол, кариофиллен, муравьиная, уксусная и изовалерьяновая кислоты.

Использование:

Используются соцветия и листья растений в виде отвара или настойки, в сухом виде.



Василек синий

Василёк синий - Centaurea cyanus L.

Латинское название васильков в переводе означает «Кентавровый синий». Это название васильки получили в честь греческой легенды, рассказывающей о мудром кентавре Хироне, умеющем врачевать целебными травами.

Василёк – это распространённое однолетнее растение, высотой около 50 см с голубыми цветами. Цветет с мая по август.

Чаще всего василёк растет как сорняк на огородах или в посевах ржи и пшеницы. Ещё не так давно василёк был распространён почти повсеместно, но из-за применения гербицидов на полях, начал постепенно исчезать и уже занесён в списки охраняемых растений.

Состав: дубильное вещество, горечи, слизь, воск, красящие вещества (цианин и пералгонин), стероиды, алкалоиды, аскорбиновая кислота, минеральные соли, антоцианы: дицуглюкозиды цианидина и пеларгонидина, производные фенола и флавонов — апигенин, лютеолин, кверцетин и кемпферол, глюкозиды: центаурин, при гидролизе дающий центауридин и глюкозу; цикориин, при гидролизе расщепляющийся на цикоригенин и глюкозу.

Показания: легкое мочегонное, противолихорадочное, ранозаживляющее, противовоспалительное и дезинфицирующее средство. Используется при конъюнктивитах, повышает диурез, усиливают желчеотделение, применяют при отеках, связанных с заболеваниями почек, а также при заболеваниях мочевого пузыря (нефриты, циститы, уретриты), при болезнях почек, малярии, возбуждает аппетит, от головных болей, желтухи, кашля, при приступах сердцебиения.

Применение: Настой: 1—2 чайные ложки цветков заваривают 200 мл кипятка, настаивают 1 ч, процеживают. Пьют по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой.

Сбор: собирают крайние лепестки цветков с мая по сентябрь месяц, сушат в тени, так как на солнце лепестки теряют цвет. Хранят в сухом месте. Срок хранения 1 год.



Как хранить лекарственные травы

Предпочтительно хранить лекарственные травы в банке. Почему? По одной простой причине - эта банка герметически закрывается и запахи трав не выветриваются. Таким образом аромат остаётся и даже усиливается с годами. Это идеальная посуда для хранения чая.

Когда нужно хранить травы отдельно, можно использовать мешочки от кофе, чая. Эти замечательные мешочки тоже весьма герметичны, защищают травы от влаги, сохраняют их свойства. Ведь сделаны мешки их фольги. Фольга - отличный материал для хранения. Кроме того маркером можно написать на мешочке, что в нём положено. Удобно!

