

# Как лечились



# наши предки

# Что такое лекарства?



***Лекарство – это  
вещество,  
применяемое для  
лечения или  
предупреждения  
болезни.***

# Лекарственные растения



Боярышник



Брусника



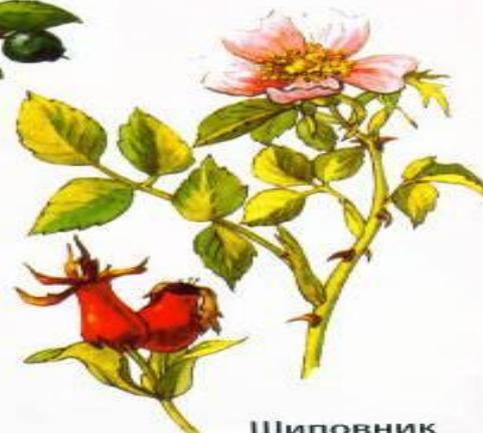
Подорожник



Черника



Малина



Шиповник

# Шиповник

Плоды и цветки шиповника были в большом почёте на Руси. Ими лечили многие болезни. *Настой* шиповника давали раненым. *Масло* шиповника использовали для лечения ранений головы. От цинги, свирепствовавшей тогда в войсках, советовали плодами шиповника натирать дёсны и зубы.

Готовые препараты, настои и чай из шиповника благодаря комплексу витаминов очень полезны при истощении организма различными болезнями.



# Калина



Первые указания о лечебном применении калины появились в травниках XVI века. Ягоды калины тонизируют организм, улучшают работу сердца, обладают успокаивающим действием. Их используют вяжущее и мочегонное средство.

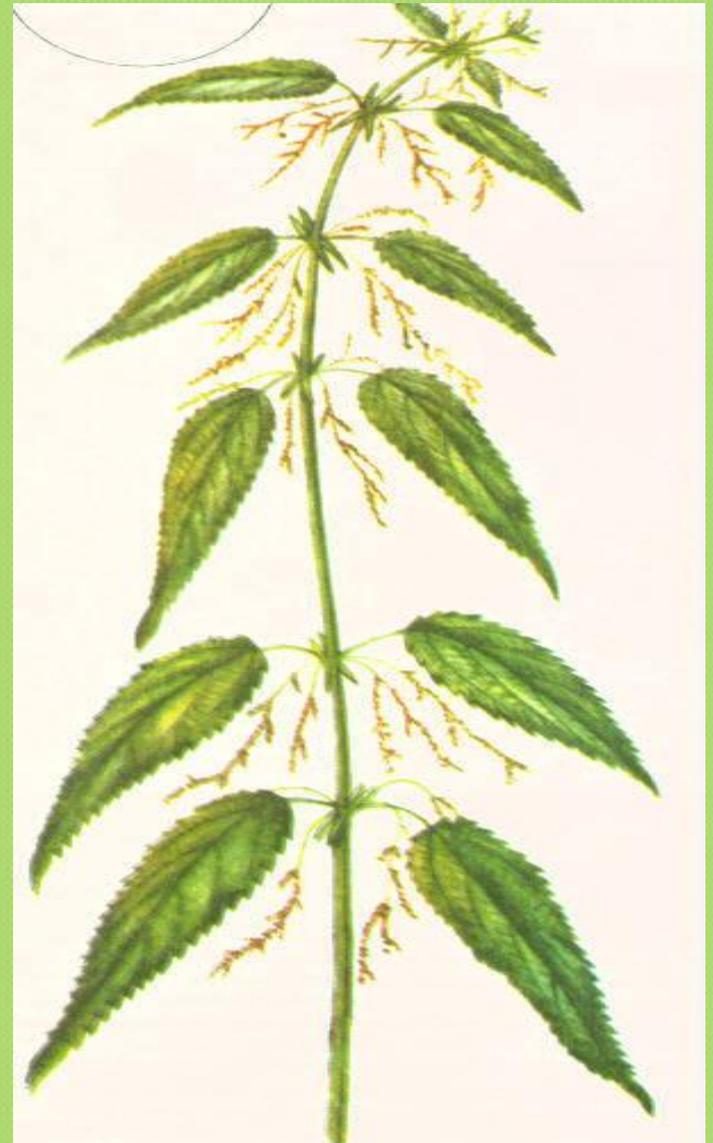
В народной медицине сок и отвар ягод с мёдом пьют при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей. Лекарственное значение имеет кора. Её собирают ранней весной со стволов и ветвей и сушат на воздухе. Кору калины применяют как кровоостанавливающее и вяжущее средство.

# Крапива

Как лекарственное растение крапива известна давно. С XVI века отвары из листьев этого растения стали широко применяться при легочных, кишечных кровотечениях. В годы Великой Отечественной Войны, когда потребность в кровоостанавливающих средствах резко возросла, вспомнили о крапиве.

Крапива хорошо действует на обменные процессы. Рекомендуют принимать настой при заболеваниях желчных путей и печени, расстройствах пищеварения.

Косметологи рекомендуют настой из крапивы как средство для укрепления корней волос, уменьшения излишней сальности кожи головы и уничтожения перхоти. Для этого после мытья волосы ополаскивают настоем крапивы или втирают его в кожу головы.



# Мать-и-мачеха



Мать-и-мачеха является старинным средством против кашля и удушья. Настои из её листьев обладают отхаркивающим и мягчительным действием, их широко применяют при лечении дыхательных путей.

В народной медицине листья часто применяют вместе с цветками. Свежие листья прикладывают к ранам, фурункулам, а измельченные свежие или сухие листья — к нарывам, чтобы ускорить их созревание.

# Ландыш майский

Спутник тенистых лесов ландыш майский относится к числу растений, лекарственные свойства которых стали известны с древнейших времён и не утратили своего значения в медицине и до настоящего времени.

В народной медицине издавна применяют ландыш против заболеваний сердца, глазных болезнях, от лихорадки. Эфирное масло ландыша ценится в парфюмерной промышленности.



# Берёза



Берёза даёт целый ряд лекарственных продуктов: берёзовые почки, молодые листья, берёзовый сок, берёзовый дёготь и уголь.

Берёзовые почки целебны от многих болезней, их отварами лечат застарелые раны и экземы. Берёзовый сок пьют как витаминное средство, уголь принимают в виде порошка или таблеток. В народной медицине листья берёзы употребляют от нарывов, прикладывая их наружной стороной к больному месту, а внутренней стороной - при порезах.

# Подорожник большой

Друг путника – так ещё называют это растение. Подорожник относится к числу самых древних лекарственных средств. Ещё в XII веке до нашей эры его заготавливали в Китае специальные сборщики; Древние греки и римляне принимали семена подорожника для лечения дизентерии.

Листья подорожника способствуют остановке кровотечения, заживлению ран, застарелых и свежих язв, сок его успокаивает боль в ушах, а полоскание отваром – зубную боль. Препараты из подорожника назначают при заболевании органов дыхания в качестве отхаркивающего средства. Сок подорожника или свежие листья успокаивают боль при фурункулах, ушибах, воспалительных явлениях на коже, при укусах насекомых.



# Правила сбора и сушки лекарственных растений

- Растения собирают в сухую погоду.
- Нельзя собирать лекарственные растения вдоль дорог, на улицах городов, в скверах.
- *Цветки* собирают в начале цветения, *листья* – перед цветением или в начале его, *корни* – весной и осенью, *кору* – весной, во время сокодвижения.
- Сушат растения под навесом, на чердаке, избегая попадания прямого солнечного света, разложив тонким слоем.
- Листья кладут черешками в одну сторону.
- Корни отмывают от грязи и нарезают.
- Высушенные растения хранят 1-1,5 года, а корни – 2-2,5 года.

Лекарственные растения

*Красной книги*

# Красная книга россии

## РАСТЕНИЯ

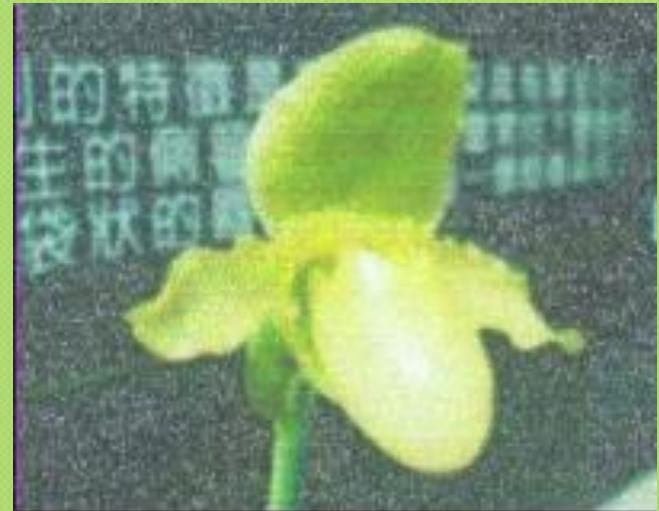
Словарик-  
справочник  
школьника



**Люби  
и охраняй  
родную  
природу!**

# Венерин башмачок

Корни заготавливали в качестве лекарственного сырья. Лекарства, приготовленные из корней башмачка, использовали при нервных болезнях и как болеутоляющее и снотворное средство.



## *Купальница европейская*



Применяется в народной медицине трава. Её употребляют в внутрь в виде отвара при желудочных заболеваниях, она обладает мочегонным и противовоспалительным свойством. Растение ядовито и требует осторожности при применении.

## *Родиола розовая (золотой корень)*

Лечебное применение имеют корневища и корни родиолы, издавна известные под названием золотой корень. В народной медицине Сибири родиола розовая была известна очень давно, как средство, снимающее усталость, повышающее работоспособность. Её использовали при нервном истощении, желудочно – кишечных расстройствах. Она усиливает работу мышц и способствует восстановлению после переутомления.



## Что такое аптека и кто такой фармацевт?

**Аптека** – это учреждение для продажи лекарств и других медицинских товаров, а также для приготовления лекарств по рецептам врачей.

**Фармацевт** – это специалист по продаже и изготовлению лекарств.

Первая аптека создавалась трудами приехавшего в Москву в 1561 г. англичанина Френчама.

# Лекарства с грядки



# Правила и секреты закаливания



- ✓ Одеваться по погоде.
- ✓ Делать зарядку.
- ✓ Обтираться влажным полотенцем.
- ✓ Ежедневно принимать холодный душ.
- ✓ Больше двигаться, играть в подвижные игры.
- ✓ Заниматься спортом: плаванием, лыжами, катаниями на коньках, теннисом и др.
- ✓ Закаляться надо постепенно. Постоянно. Каждый день (если перерыв 5-10 дней, начинай заново). Начинать с «мягких» процедур без смены обычного температурного режима.



**Спасибо  
за внимание!**