

**"Лекарственные и пищевые
растения
села Большой - Нарын"**



друзей необходимо
чудесной природы служил и

Растения – наши друзья,
свято беречь, чтобы
неповторимый мир нашей
нашим потомкам.

Актуальность работы.

- Лекарственные растения с древних времён применяются человеком в качестве лечебных средств. Не смотря на успехи органического синтеза лекарственных препаратов, растительный мир остаётся одним из основных источников получения лекарств.
- Это объясняется тем, что «химической лаборатории» природы, которая в течение многих тысячелетий совершенствовала свои оригинальные и пока неповторимые во многих случаях методы сложного синтеза, доступно создание не только уникальных по своему действию веществ, но и многочисленных их комбинаций.

Цель выполнения данной работы:

- развитие умений адаптировать полученные мной знания на учебных занятиях по биологии и экологии, во внеурочное время, в результате самостоятельной работы,
- развитие умений работать с научной и научно-популярной литературой, вычленять проблему из контекста

Физико – географическая характеристика исследуемого района.

Село Большой – Нарын находится в Восточной Сибири, умеренного пояса.

Село расположено на левом берегу реки Джиды, на территории Джидинского района. Имеет протяженность **3** км. Расположен с юго – запада на северо – восток

На территории села Большой – Нарын встречается три типа растительности:

- Лесная
- Степная
- Горная

Хвощ полевой

Спороносные стебли хвоща полевого появляются рано весной.

Они сочные, высотой до 20 см, с зубчатыми влагалищами, светло-бурого цвета. На верхушке спороносного стебля образуется один колос, овальноцилиндрической формы.

Спороносный колос состоит из щитковидных листочков, сидячих на коротких ножках, на нижней стороне их имеются спорангии со спорами. После созревания округлых зеленоватых спор стебли отмирают. Хвощ полевой ускоряет и усиливает диурез, обладает кровоостанавливающим и противовоспалительным действием.

Мочегонное действие хвоща полевого сильнее, чем у диуретина и мочегонного чая. Более эффективен при сердечных отеках, меньше при хронических нефритах.

Хвощ полевой способствует выделению свинца из организма, поэтому его применяют при этом отравлении.



Шиповник иглистый

- В наших условиях шиповник иглистый достигает до 1,5 м высоты. У него тонкие ветви, покрытые блестящей коричневатой корой. Ствол и старые ветви буро-коричневой окраски. Побеги шиповника покрыты шипами, которые в верхней части большие, твердые, слегка изогнутые. На молодых побегах и нижних ветвях шипов гораздо больше, они тонкие, частые и прямые
- Листья сложные, непарноперистые, с прилегающими зубцами, с 5-7 парами листочков. Листочки продолговато-эллиптические, по краям пильчатые, без железок опушенные.
- Цветки крупные, одиночные с пятью розовыми, изредка красным лепестками и пятираздельной чашечкой. Плод – ложная ягода, образующаяся из разросшегося мясистого цветоложа. Для лекарственных целей используют плоды шиповника



Земляника

Многолетнее травянистое растение с горизонтальным или косым бурым корневищем, густо покрытым остатками отмерших листьев и многочисленными тонкими корнями. Стебли одиночные или немногочисленные, лишь немного превышающие прикорневые листья, покрытые в нижней части оттопыренными, а в верхней прижатыми волосками. Свежие плоды земляники – отличный диетический продукт – рекомендуют как лечебное средство при гипертонии, атеросклероз, язве желудка, подагре и других нарушениях солевого обмена в организме.

Народная медицина при желчнокаменной болезни рекомендуют ежедневно съедать по 3-5 полных стаканов ягод земляники в течение 3 недель. Это способствует растворению желчных камней и изгнанию их из печени и желчного пузыря.



Кровохлёбка

Многолетнее травянистое растение с толстым горизонтальным одревесневающим корневищем и отходящими от него тонкими корнями. Стебли одиночные или их несколько, высотой до 100 см, полые, в верхней части ветвистые.

Прикорневые листья длинночерешковые, непарноперистые, голые, с многочисленными листочками, сидящими на черешках, и с прилистниками, расположенными у основания черешков.

В медицине применяют отвары и экстракт из корневищ и корней как вяжущие и кровоостанавливающее средство. В народной медицине наружно отвар корневищ и корней употребляют в виде влажных компрессов при различных воспалительных процессах кожи и в виде полосканий при воспалительных процессах полости рта и горла.





Боярышник

БОЯРЫШНИК, род деревьев и кустарников семейства розовых. Боярышник кроваво-красный в зависимости от условий произрастания имеет высоту от 0,5 до 399,90 см, наиболее крупные деревья он образует в поймах рек. Листья обратнояйцевидные, трехсемилопастные, с обеих сторон волосистые. Сверху темно-зеленой окраски, по краю остропильчатые. Цветки белые, в щитковидных или зонтиковидных цветениях. Соцветия густые, 3-4 см длиной и 4-5 шириной. Плоды продолговатые, мягкие, с мучнистой мякотью, кроваво-красной окраски. В каждом плоде имеется 2-3 косточки. У боярышника для лекарственных целей используют цветки и плоды. Цветы собирают в начале цветения, срезая сразу все соцветия распусившимися ярко-белыми цветами и бутонами или отдельно распусившиеся цветы. . Применяют настой боярышника при сердечных заболеваниях, во время простуды и нервных потрясениях, головокружении, при неврозе сердца, начинающийся климактерии.



Черемуха обыкновенная

Черемуха невысокое деревце, до 10 м высоты и до 25 см толщины, густо облиственное и обильно цветущее, с матовой темно – серой корой и бархатисто – опущенными или голыми годовальными побегами. Листья эллиптические или широко – обратнойцевидные, голые или опущенные, иногда только в углах жилок, на коротких черешках, по краю мелко – остропильчатые, очередными.. цветки душистые , многочисленные, расположены на голых, длинных цветоножках, собраны в рыхлые, поникающие кисти, до 10 – 15 см длины. Лепестки белые, с коротким ноготком. Плод - черная, сочная,, лоснящаяся костянка с одной косточкой с извилистыми ребрышками на поверхности. Цветет в мае – июне. В народной медицине плоды применяются как вяжущее средство при расстройствах кишечника – энтеритах, колитах – в виде настоя, отвара, входят в состав желудочного сбора.

Широко применяется черемуха как декоративное растение в озеленении населенных пунктов. является медоносом. свежие плоды, цветки и листья обладают фитонцидными свойствами. Древесина идет на поделки.



Тысячелистник обыкновенный

Растение с прямостоячим стеблем. От тонкого ползучего корневище отходит несколько побегов – стеблей. Листья прикорневые, ланцетовидные, двоякоперисторасеченные на узкие и мелкие дольки. Стеблевые листья короче, перисто-рассеченные, раздельные на большое количество долек (до 15). Соцветие – щитковидное, состоящие из множества цветочных корзинок. Цветки мелкие (3 – 4 мм), белые, розово-лиловые или красноватые. Цветет в июне – августе, очень продолжительное время. В народной медицине тысячелистник применяется как разнозаивляющее, кровоостанавливающее и антиаритмическое средство.

В медицине применяют как кровоостанавливающее средство при кровотечениях - носовых, зубных, маточных, желудочных, легочных и т.д. Кроме того, его применяют при язвенной болезни, болезнях почек, мочевого пузыря, колитах в качестве противовоспалительного средства.



Ромашка аптечная

Однолетнее травянистое голое растение с малоразветвленным стержневым корнем и сильным ароматическим запахом. Стебли высотой 10-60 см, ветвистые от основания и в соцветии, бороздчатые, полые. Листья очередные, в очертании продолговатые, длиной 2-5 см и шириной 0,5-1,8 см, сидячие, при основании несколько расширенные, дваждыперисторассеченные на узкие линейные или нитевидные доли с коротким острием на верхушке. Цветки сидят в корзинках, собранных в рыхлое щитковидно-метельчатое сложное соцветие, длина осей которого колеблется от 1,2 до 6,5 см. Принимают при колите, заболеваниях печени, почек, мочевого пузыря, при малярии, простуде, заболеваниях, сопровождающихся повышением температуры, золотухе, при заболеваниях нервной системы, бессоннице и других заболеваниях.



Ноготки лекарственные - календула

Однолетнее травянистое растение высотой 20-50 см со стержневым разветвленным корнем. Стебель прямостоячий, иногда от основания ветвящийся, ребристый, с жестким, в верхней части железистым опушением. Листья очередные, по краю реснитчатые, нижние – продолговато-обратнояйцевидные. На черешках, верхние листья продолговато-ланцетные, сидячие. Цветки собраны в корзинки диаметром 3-5 см, расположенные одиночно на концах побегов. Обертка одно- или двухрядная из продолговато-ланцетных, заостренных, коротко волосистых листочков; цветоложе плоское, голое. Цветки желтые или оранжевые, редко беловато-желтые, с лепестковидным околоцветником. Цветки ноготков применяют в качестве антисептического и противовоспалительного средства при ангине, воспалительных заболеваниях полости рта .



Полынь горькая

Стебли полыни достигают высоты до 1 м, они ребристые, вверху ветвистые. Корневище утолщенное, ветвистое, от него отходит несколько стеблей. Соцветие – сложная метелка. Цветки желтые, трубчатые, они собраны в шаровидные поникающие корзинки. Действие на организм и применение. Полынь и ее препараты применяются как горечь для возбуждения аппетита, как ветрогонное и послабляющее средство. Хамазулен активизирует фагоцитоз и ретикулоэндотелиальную систему.

Кроме того, в народной медицине полынь применяется при ушибах, заболеваниях суставов, при лихорадке, при малокровии и заболеваниях печени.



Пижма обыкновенная

Дикорастущее многолетнее, травянистое сорное растение высотой до 150 см с прямостоячим, в верхней части ветвистым стеблем. Листья продолговатые, перисторассеченные, крупнозубчатые, сверху темно-зеленые, снизу серовато-зеленые. Цветочные корзинки средней величины собраны на верхушке стебля в большое, плоское щитковидное соцветие. Цветки желтые, трубчатые, душистые.

Препараты из цветов пижмы применяются при заболевании печени и кишечника, желтухе, как противоглистное средство.



Одуванчик

Многолетнее травянистое растение со стержневым, обычно неветвистым корнем до 50 см длины и розеткой прикорневых листьев 8 – 25 см длины, 1,5 – 6 см ширины, зеленых, голых, струговидно – перистонадрезанных с широкотреугольными, ланцетовидными или почти линейными долями, реже листья крупнозубчатые. Цветки ярко – желтые, краевые снизу с темными полосками. Плоды – семянки до 3 мм длины, светло – бурые, продолговатые, вверху суженные в носик, несущий на длинной ножке хохолок из неветвистых волосков, который играет роль парашута.

В медицинской практике корни одуванчика в виде отвара, экстракта, как желчегонное средство, входят в состав желудочного, аппетитного и мочегонного чаев.

Одуванчик широко используют в быту: из молодых листьев делают вкусный салат, корневища в некоторых странах используют для производства суррогата кофейной смеси, цветки дают хороший корм пчелам.



Мята перечная

Многолетнее травянистое корневищное растение высотой 30-100 см с характерным сильным запахом и охлаждающим ощущением при надкусывании. Препараты из мяты оказывает успокаивающее, болеутоляющее, желчегонное и антисептическое действие.

Народная медицина при бессоннице и невротических состояниях рекомендуют настой травы мяты перечной.

Листья мяты входят в состав сбора ветрогонного и желчегонного. Масло мяты входит как освежающее и антисептическое средство в состав зубных порошков и паст; является составной частью препаратов корвалол, валидол, капель Зеленина и др. Мятное масло широко применяют также в пищевой и кондитерской промышленности.



Чабрец

Многолетний стелющийся полукустарник с сильным запахом, образующий дерновинки. В народной медицине отвар чабреца применяют при плохом пищеварении, вздутии кишечника как мочегонное и укрепляющее желудок средство, а также при кашле, болях в груди, бессоннице. Наружно траву употребляют для ароматических ванн при болезнях, связанных с нарушением обмена веществ. В виде компрессов и примочек – как ранозаживляющее и при болезнях глаз. Порошок служит нюхательным средством при обмороках.



КРАПИВА

КРАПИВА, род трав семейства крапивных. Стебли и листья покрыты жгучими волосками. 40-50 видов, преимущественно в умеренных поясах Северного и (реже) Южного полушарий. Широко распространена многолетняя крапива двудомная и однолетняя крапива жгучая. Листья богаты витаминами. Молодые побеги крапивы употребляют для супов и салатов, на корм домашнему скоту и птице. С лекарственной целью используют листья. Заготавливают листья весной и в начале лета (июнь—июль).

Применяют настой, экстракт жидкий и густой как кровоостанавливающее средство при легочных, почечных, маточных и кишечных кровотечениях.

Плоды используют как слизистое и смягчающее средство.



Береза повислая

Листопадное дерево высотой до 20 м с белой гладкой корой. У старых деревьев кора в нижней части стволов черно-серая, трещиноватая. Ветви обычно повислые, отсюда и название – «плакучая береза». Почки березовые применяют в качестве мочегонного средства при отеках почечного и сердечного происхождения в виде водного настоя. Почки и листья входят в состав сборов-чаев в качестве мочегонного средства и желчегонного средства – при холециститах. Листья березы в домашнем хозяйстве используют от моли. Широко известно добывание ранней весной березового сока. Сок – приятный освежающий напиток, содержит 0,5-2% сахаров, органические кислоты, соли калия, железа, микроэлементы и благоприятно влияет на обмен веществ.

Березовый сок способствует очищению крови от мочевой кислоты и других вредных веществ, нормализует обменные процессы в организме, действует противовоспалительно и общеукрепляюще.



Горец птичий (спорыш)

Многолетнее травянистое растение с толстым, укороченным, обычно изогнутым корневищем темно-красного цвета, на изломе буро-розовым с многочисленными тонкими корнями. Стебли одиночные. Листья со слегка волнистым краем, снизу сизые, короткоопушенные, сверху голые или слегка опушенные. Применение.

Препараты из травы повышают свертываемость крови, усиливают сокращения матки, понижают артериальное давление, увеличивают мочеотделение (диурез).

Применяется при маточных, кишечных кровотечениях, заболеваниях мочевыводящих путей в виде настоек.



Хмель обыкновенный, вьющийся

Вьющаяся лиана. Стебель четырехгранный, вьющийся, шероховатый. Листья трех-пяти лопастные, с сердцевидным основанием. Снизу листья шероховатые, сверху гладкие, крупнопильчатые, на длинных черешках.

Цветки однополые. Растение двудомное: на одних только пестичные цветки, на других – тычиночные. В медицине используются соплодия хмели – шишки, состоящие из большого количества чешуек, приросших к общему стержню соплодия. На внутренней стороне чешуек находятся железки в виде прилипшего светло-желтого цвета.



Родиола розовая

Характерной чертой семейства являются мясистые, сочные стебли и листья. Родиола розовая – многолетнее травянистое растение с клубневидным вытянутым, многоглавым корневищем, в верхней части покрытым коричневыми чешуями. Снаружи корни и корневища буроватые или золотистые, на изломе белые. после сушки поверхность излома становится розовой. многочисленные стебли прямостоячие, неветвистые, 10 – 50 см сидячие, продолговато – яйцевидной или эллиптической формы, по краю зубчатые, ярко – зеленные.

Применение. Корни и корневища обладают стимулирующим действием. Применяются при неврозах, гипертонии и при утомлении.





Подорожник
Травянистое многолетнее растение с густой розеткой прикорневых листьев и безлиственными стеблями (стрелками), достигающими 15 – 30 см высоты. Листья голые, как и стебли, яйцевидные или эллиптические с 3 – 7 жилками, слегка острые или тупые, цельнокрайние или с редкими, неясными зубчиками, суженные в довольно длинный широкий черешок. Соцветие – длинный, цилиндрический колос, обычно густой, иногда редкий. Прицветники почти тупые, яйцевидные, с зеленым килем и перепончатыми краями. Применение. Листья подорожника оказывают противовоспалительное, спазматическое действие.

Применяют как отхаркивающее, назначаются при гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, хроническом колите, входит в состав грудного чая.



Пастушья сумка

Однолетнее травянистое растение, голое или более или менее опущенное простыми и разветвленными волосками 20 – 50 см высоты. Стебель простой, с прикорневой розеткой листьев. прикорневые листья темно – зеленные, черешковые, пластинки их 1 – 2 см ширины, продолговатоланцетовидные, перистораздельные на треугольные, зубчатые или цельнокрацние доли. стеблевые листья мелкие, сидячие, продолговатые или ланцетные, цельнокрайние или лопастные, при основании стеблеобъемлющие с ушками. Цветки белые в кистях, при плодах удлиняющиеся до 6 – 20 см. Лепестки 2 0 2, 5 мм длины, почти вдвое длинее чашелистиков.



Местное население лекарственные растения заготавливает в небольших количествах близ деревень, без учета правил сбора. Пищевые растения заготавливаются местным населением ежегодно в больших количествах в виде варенья, пастилы, сухофруктов. Места произрастания лекарственных и пищевых растений чаще всего распределены под покосы и пастьбы скота.

Рекомендации

Соблюдать правила сбора лекарственных и пищевых растений местным населением

Запретить выпас скота в местах произрастания редких и исчезающих растений местной администрацией.

Растения - краснокнижники выращивать в питомниках и на приусадебном участке.

Местной администрации выделить рекреационные зоны с учетом минимального вреда для природы.

Такой вид работы нужно выполнять учащимся с целью саморазвития и самосовершенствования, так как человеку нужно добывать знания самому, а помощь педагога мне послужила примером - как добывать эти знания, между нами установились не только деловые отношения, но и доверительные, даже немножко дружеские, а это так важно для меня.

При выполнении работы я испытывала сложное чувство, мне хотелось, а сейчас еще больше хочется узнать, о флоре Джидинского района, лекарственных растениях и их применении.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

