

Фестиваль  
исследовательских и  
творческих работ  
учащихся «Портфолио»

## ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ



Выполнила: Сычева Анна  
ученица 9 класса  
МОУ СОШ с.п.Уктур,  
Комсомольского района,  
Хабаровского края  
Руководители: Тельманова Н.Н.,  
Мушак Е.И.

# СОДЕРЖАНИЕ

- ❑ Брусника обыкновенная
- ❑ Подорожник большой
- ❑ Крапива двудомная
- ❑ Пижма обыкновенная
- ❑ Бузина черная
- ❑ Черемуха обыкновенная
- ❑ Вахта трехлистная
- ❑ Роза
- ❑ Ирис
- ❑ Облепиха
- ❑ Зверобой
- ❑ Календула
- ❑ Ромашка
- ❑ Лимон

- ❑ Валериана
- ❑ Каланхой
- ❑ Одуванчик
- ❑ Хвощ
- ❑ Чистотел
- ❑ Дуб
- ❑ Портулак
- ❑ Багульник болотный
- ❑ Боярышник
- ❑ Малина
- ❑ Пустырник
- ❑ Алоэ древовидное
- ❑ Мята перечная
- ❑ Мать-и-мачеха
- ❑ Переступень белый

# БРУСНИКА ОБЫКНОВЕННАЯ



Низкий вечнозеленый кустарник до 25 см высоты. Стебли прямостоячие с кожистыми эллиптическими листьями, слегка загнутыми книзу. Пластинки листочков сверху темно-зеленые, снизу - более светлые, усеянные темно-бурыми точечными железками. Белые или розовые колокольчатые цветы собраны в короткие верхушечные кисти. Плоды - шаровидные красные, сочные ягоды.

Цветет в мае - июне, плоды созревают в августе - сентябре. Размножаются вегетативно.

В медицине используют листья брусники в качестве мочегонного средства. Применяют в виде настоя и отвара.

Брусника обыкновенная широко распространена в лесной и тундровых зонах. Заготавливают листья весной и осенью: весной - до цветения, осенью - при полном созревании ягод. Листья, собранные в другое время года, при сушке чернеют и становятся непригодными к применению. Сушат на чердаках или под навесами, предохраняя от прямых солнечных лучей.

# ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ



Многолетнее травянистое растение до 50 см высотой с одной или несколькими цветочными стрелками. Листья широкояйцевидной формы, черешковые, составляют розетку. Мелкие невзрачные цветки собраны в цилиндрические колосья. Плод - коробочка.

Цветет с мая до сентября, плоды созревают с июня до осени.

Размножается семенами.

В медицине используют листья подорожника при желудочно-кишечных заболеваниях и в качестве отхаркивающего средства. Применяют в виде настоя и отвара.

Подорожник большой широко распространен по всей территории. Заготавливают листья практически все лето до начала увядания. Сушат на чердаках, под навесами, на воздухе в тени.

# КРАПИВА ДВУДОМНАЯ



Многолетнее травянистое растение 60-170 см высоты. Стебли прямостоячие, четырехгранные, неветвистые, с супротивными черешковыми листьями. Пластинка листа яйцевидно-ланцетной формы, к краю зубчатая. Стебли и листья покрыты жгучими волосками. Плод - орешек.

Цветет все лето, плоды созревают в июле. Размножается вегетативно, реже семенами.

В медицине используют листья в качестве кровоостанавливающего средства. Применяют в виде настоя и отвара.

Крапива двудомная растет на всей территории. Собирают листья во время цветения, с июня до сентября. Сушат на чердаках или под навесами, предохраняя от прямых солнечных лучей.

# ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ



Многолетнее травянистое растение до 1,5 м высоты с многочисленными прямыми стеблями. Листья очередные, черешковые, дважды рассеченные на продолговатые дольки. Цветки трубчатые, желтого цвета, собраны в полушаровидные корзинки, составляющие щитковидное соцветие. Плод - семянка. Цветет в июле - сентябре, плоды созревают в августе - октябре.

Размножается семенами.

В медицине используют соцветия в качестве желчегонного и глистогонного средств. Применяют в виде настоя и отвара.

Распространена преимущественно в северной и средней полосе европейской части, в Сибири и Казахстане.

Заготавливают соцветия во время цветения. Сушат на чердаках, под навесами и в сушилках при температуре не выше 40°.



# БУЗИНА ЧЕРНАЯ

Высокий кустарник семейства жимолостных. Листья супротивные, крупные, непарноперистые, несущие 5-7 долей длиной до 30 см. цветки мелкие, душистые, желтовато-белые, собраны в крупные многоцветковые щитки. Цветы имеют незаметную чашечку, колокольчатый пятиконечный венчик диаметром 5-6 мм. Плоды - черные костянки. Цветет с мая до июня.

Применяют бузинный цвет как потогонное средство, при водянке и при заболеваниях дыхательных органов. В народной медицине отвары цветков бузины принимают при болезнях почек, ревматизме, подагре и воспалениях суставов другого происхождения. Ягоды используют как легкое слабительное, сок из ягод в народной медицине употребляют при воспалении тройничного и седалищного нервов. Кора обладает сильным мочегонным действием. Собирается весной с молодых ветвей, очищается от находящегося снаружи слоя, а затем подвергается простой сушке.

Растет в больших количествах около жилищ, вдоль ручьев, у заборов, на пустырях, в подлеске лиственных лесов и в кустарниковых зарослях на юго-западе, в Крыму и на Кавказе, часто разводится в парках и садах.

Собирают главным образом цветы, срезая соцветия во время полного цветения, сушат в тени, затем протирают через решето для удаления цветоножек.





## ЧЕРЕМУХА ОБЫКНОВЕННАЯ

В лесах, поймах рек, в парках и садах часто встречается черемуха обыкновенная. Особенно выделяется это дерево в период цветения. Аромат ее белых нежных цветов распространяется на десятки метров. От 20 до 40 цветков собраны в свисающие или дугообразно поднимающиеся кисти длиной 7–12 см. Плоды — черные костянки, съедобны, но с вяжущим вкусом. Настои и отвары из них используют в качестве вяжущего средства при расстройстве желудка. Время сбора - август. Черемуха предпочитает расти на хорошо увлажненной почве.



# ВАХТА ТРЕХЛИСТНАЯ

Изредка вахта трехлистная встречается на Северном Кавказе и в Закавказье.

В медицине используют листья, которые собирают в период цветения и быстро сушат в сушилках или в хорошо проветриваемом помещении. Фармацевтическая промышленность выпускает экстракты, капли и другие препараты вахты, применяемые для повышения аппетита, улучшения пищеварения и как желчегонное. В народной медицине, кроме перечисленных показаний, вахта применяется в качестве противолихорадочного средства, а также при заболеваниях печени и желчных путей.

Листья заваривают, как чай (чайная ложка на стакан кипятка), процеживают и пьют 3 раза в день по 1/4 стакана за 15-20 минут перед едой.

# РОЗА



Дикие виды роз широко распространены в умеренной и субтропической зонах России. Растет роза в разреженных лесах, на опушках, по берегам ручьев и рек, на склонах гор и каменистых россыпях. Цветет роза в мае-июне. Выращивают розы для лекарственных, декоративных целей, а также они служат исходным материалом для получения эфирно-масличных продуктов. Лекарственным сырьем, используемым в медицине, чаще всего служат цветки. Лепестки розы обладают седативным общеукрепляющим и витаминными свойствами. Розе свойственно антисептическое, ранозаживляющее, противовоспалительное, противоглистное действие.



# ИРИС

Преимущественно произрастают в тропических и субтропических областях Африки и Америки.

Ирис применяется при болях в желудке, изжоге, расстройстве кишечника и при болезни печени.

# ОБЛЕПИХА



Ветвистый колючий кустарник высотой до 3,5 м или дерево, достигающее высоты 6 м и более. Листья облепихи скормливают больным лошадям и овцам, и животные быстрее поправляются. Настой из облепиховой коры - хорошее средство против дизентерии, а отвар из семян - легкое слабительное. Желтые или оранжевые плоды облепихи - настоящий витаминный клад, а в ее семенах витаминов еще больше. Это витамины С, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, Е, Р, F, А, каротина (провитамина А) больше, чем во всех плодах умеренной зоны. Облепиховым маслом лечат ожоги, обморожения, экземы, язвы желудка. Оно заживляет раны и уменьшает боль.

# ЗВЕРОБОЙ



Зверобой растет на свежих супесчаных и суглинистых почвах в сосновых и смешанных лесах, на вырубках, прогалинах, на залежных землях.

В косметических целях используются цветущие и облиственные стебли, которые заготавливают в период цветения с июня по август. Срезают верхние части стеблей с листьями и цветками. Сушить лучше в тени на открытом воздухе. Рекомендуется для укрепления десен и удаления неприятного запаха изо рта так же для лечения кожи; угревая сыпь, раздражения, гнойных воспалениях. Чай из зверобоя пьют для более быстрого загара.



# КАЛЕНДУЛА

Однолетнее растение высотой 20-80 см. встречаются в странах Средиземноморья, распространяясь на восток до Передней Азии. В соцветии-корзинке встречаются простые или махровые цветки оттенков от бледно-желтого до красно-оранжевого. Цветет календула с июня до глубокой осени. Препараты из календулы обладают дезинфицирующим, успокаивающим действием. Настойкой из календулы полощут рот при воспалительных заболеваниях ротовой полости и зева. Мазь применяется при лечении гнойных фурункулов и открытых ран. Высушенные соцветия некоторые народы применяют как приправу к блюдам.

# РОМАШКА



Основные полезные свойства препаратов ромашки определяются эфирным маслом растения, которому присущи седативное, гипотермическое и др. действия.

Цветочные корзинки ромашки заготавливают для медицинского использования с середины июня до конца июля и сушат на чердаке или в любом другом хорошо проветриваемом помещении.

Лечебные части растения являются цветки ромашки. Цветки ромашки применяются при болезни желудка, для роста волос. В обиходе настоем цветков моют волосы для придания им мягкости и блеска.





# ЛИМОН

Лимон - вечнозеленое дерево рода цитрус, произрастает в субтропических районах. В лимоне больше, чем в любом другом цитрусовом, витамина С, также в нем содержится витамин Р. лимон - отличное противоцинговое средство. Чтобы лимоны дольше сохранялись, их собирают недозрелыми, когда они имеют зеленый цвет. Желтеют лимоны позже. При этом содержание питательных веществ в них остается неизменным.

# ВАЛЕРИАНА



Валериана широко распространена в умеренных зонах Евразии и Северной Америки. Растет по берегам водоемов, в зарослях кустарников, в лесах и на болотах. Стебли достигают 2 м, листья непарноперистые, цветки мелкие, плод - семянка. Корни и корневища валерианы содержат эфирное масло, валериановую, уксусную, муравьиную кислоты, алкалоиды, дубильные вещества, сахара. В медицине используют в качестве успокаивающего средства при нервных расстройствах и болезнях сердца.



## КАЛАНХОЙ

Травянисты растения или кустарники с сочными листьями. Распространены в Южной Африке, Индокитае, Малайзии, на островах Ява, Мадагаскар, в тропических районах Африки и Америки. Применяют каланхой в медицине хирургической, стоматологической и гинекологической. Препараты из каланхой оказывают противовоспалительные действие, способствуют быстрому заживлению ран, ожогов, трещин, обморожений. Сок каланхой используют при тонзиллите, парадантозе, стоматитах. Каланхой обладает желчегонным свойством, снижает содержание холестерина в крови и нормализует деятельность желчного пузыря.

# ОДУВАНЧИК



Многолетнее травянистое растение. Появляющиеся в мае и цветет с мая до июля. В листьях содержится аскорбиновая кислота, соединение фосфора, кальция и железа. В корнях одуванчика содержатся инулин и другие сахара. Каучук. Смолы, жирные масла и другие вещества.

В медицинской практике корни одуванчика в виде отвара, порошка применяют как горечь для возбуждения аппетита и улучшения пищеварения в желудке, а также как желчегонное и слабительное. Порошок из корня используется в аптечной практике для изготовления пилюльной массы.

Целебными свойствами обладают листья растения. Салат из листьев одуванчика с добавлением лимонной кислоты и растительного масла употребляется как диетическое средство для лечения атеросклероза. Считается, что листья растения усиливают функцию молочных желез и могут быть использованы для борьбы при змеиных укусах. А млечный сок одуванчика применяется в народной медицине как наружное средство при лечении некоторых кожных болезнях.

Корни одуванчика заготавливают осенью. Когда они содержат много количество действующих веществ. А листья заготавливают в мае и начале июня.

# ХВОЦ ПОЛЕВОЙ



В народной медицине хвощ известен как мочегонное и вяжущее средство. Отвар зимующего хвоща применяют при суставных ревматизмах. Вегетативные части хвоща полевого содержат большое количество кремниевой кислоты, яблочную кислоту, минеральные соли, дубильные вещества. Его используют при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Препараты из хвощей признаны и официальной медициной. Их назначают при сердечных заболеваниях. Применять настои из хвощей можно, только посоветовавшись с врачом.

# ЧИСТОТЕЛ



Чистотел (бородавник) семейства маковых представляет собой многолетнее травянистое растение. Распространен в субарктических и умеренных широтах Северного полушария. Растет в лиственных лесах, на склонах оврагов. Ядовит для домашних животных (содержит группу алкалоидов). Млечный сок имеет ярко-оранжевый цвет и применяется в народной медицине как средство против бородавок, кровоточащих ран и язв и кожных заболеваний. Отвар, приготовленный из листьев чистотела, является отличным желчегонным препаратом.

# ДУБ



Этот красавец-богатырь растет по всей территории Белоруссии, в лиственных и хвойных лесах. Ее заготавливают весной в период сокодвижения, когда она легко отделяется от древесины. Сушить ее следует в затененных, хорошо проветриваемых местах, например, под каким-нибудь навесом. В домашней косметике применяются в виде отваров или настоев.

# ПОРТУЛАК



Портулак родом из Южной Америки, разводится как овощное, лекарственное и декоративное растение. Обладает большими красивыми цветками, раскрывающимися при солнечном свете. Венчик состоит из 4-6 крупных лепестков, сросшихся у основания.

Его трава оказывает противовоспалительное действие при заболевании почек, печени, мочевого пузыря. Растертые листья помогают заживлять раны, обеззараживать укусы змей, насекомых. Семена тоже обладают лекарственными свойствами, из них готовят отвар.



# БАГУЛЬНИК БОЛОТНЫЙ



На Дальнем Востоке и в Сибири встречается багульник болотный. Кожистые, с короткими черешками листья усеивают высокий (50-120 см) стебель. Широко распространен на верховых сфагновых болотах. Все растение ядовито, его части используются в лекарственных целях. Вещества, содержащиеся в багульнике, обладают потогонными и отхаркивающими свойствами, применяются как противовоспалительное средство.



# БОЯРЫШНИК КРОВАВО- КРАСНЫЙ

Большинство видов имеют колючки, которые достигают 10 см. Цветки белые, собраны в щитковидные соцветия. Плод, так называемое косточковое яблоко, часто ярко окрашен, которые созревают в сентябре-октябре. Цветы боярышника заготавливают в стадии бутонов. Они не должны быть влажными. Плоды собирают зелеными и сушат при температуре 40-50<sup>0</sup>.

# МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ



Малина обыкновенная встречается в умеренной зоне Евразии, в России - в европейской части, в Сибири и на Дальнем Востоке. Растет под пологом леса, часто на вырубках, гарях и по лесным опушкам, нередко образуя большие заросли.

Чай из сухих плодов - потогонное и жаропонижающее средство.

Настой листьев - полоскание при ангине и воспалении гортани.

Малиновым сиропом улучшают вкус лекарств для детей.

Оказывает противовоспалительное действие при катарах желудка и кишечника.

# ПУСТЫРНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ



Распространены в умеренных широтах Евразии. Четырехгранные стебли пустырника достигают высоты 2 м. растение встречается на склонах оврагов, вдоль дорог, на пустырях. Пустырник легко отличить от других видов по характерным пальчатораздельным листьям, покрытым жесткими волосками. В пазухах листьев собраны двугубые розово-фиолетовые цветки. Разводится как лекарственное растение. Содержит эфирные масла, дубильные и горькие вещества, а также алкалоиды. Настойку пустырника применяют как успокаивающее средство, которое по своему действию похоже на валериану.



## АЛОЭ ДРЕВОВИДНОЕ

Этот вид имеет прямостоячий ветвистый стебель высотой 1-3 метра. Листья сочные, сизо-зеленые, с равномерно расположенными светло-зелеными шипами по краям. Они могут достигать длины 20-30 см и ширины 2-3 см. Вытягивает гной из ран и заживает ссадины.

# МЯТА ПЕРЕЧНАЯ



Произрастают в умеренных областях Евразии, в Австралии и Южной Африке. В России встречаются на травянистых склонах, по берегам водоемов. Из всех частей растения получают мятное масло, которое оказывает благотворное влияние при заболеваниях сердца, является болеутоляющим и успокаивающим средством, применяется также при болезнях органов дыхания. В результате замораживания из мятного масла выделяют ментол, вещество, входящее в состав зубных паст, шампуней, жевательных резинок. Для ароматизации добавляют в сигареты.



## МАТЬ-И-МАЧЕХА

Мать-и-мачеха обыкновенная из семейства сложноцветных распространена в Евразии. Растение представляет собой травянистый многолетник с длинным разветвленным корневищем. Цветоносы с чешуевидными листочками и одиночными соцветиями-корзинками образуются ранней весной до появления листьев. Верхняя сторона листовой пластинки темно-зеленая, голая, холодная («мачеха»), нижняя - мягкая, белойочная («мать»). При заболеваниях верхних дыхательных путей используют настой из листьев.

# ПЕРЕСТУПЕНЬ БЕЛЫЙ



Травянистое многолетнее растение семейства тыквенных с раздельнополыми цветками. Корень крупный, клубневидный, до 3 кг весом. Стебель ползучий, длиной до 4 м, с крупными сердцевидными пятилопастными листьями и неветвистыми усиками. Цветы мелкие, желтоватые. Плод - небольшая черноватая ягода. Цветет в мае-июле. Растет среди кустарников, в оврагах, в запущенных садах, вдоль изгородей. Встречается в европейской части, на Кавказе, в Средней Азии и Южном Казахстане.

В корневище содержатся ядовитые гликозиды, эфирные масла, смолы и другие вещества. Корневища выкапывают до начала цветения, рубят на куски и сушат в теплом помещении, в сушилках. Народная медицина использует корень в виде отваров и настоек на водке, в качестве противоревматического, кровоостанавливающего, болеутоляющего, противокашлевого, мочегонного и слабительного средства, в виде порошка - как ранозаживляющее.