

Облепиха – удивительное растение



Автор: Грязнов Сергей 7в класс
Руководитель: Хомушку А.М.

План работы

1. Актуальность
2. Биологическая характеристика.
3. Места произрастания.
4. Сбор облепихи.
5. Полезные качества.
Лечебные свойства.
6. Использование в народной медицине.





Актуальность

Около интерната в яме вырастает облепиха. Часто, больно мне видеть, сломанные и брошенные ветви. Может дети не знают его полезные качества. Ведь полезные свойства растений человек использует с момента своего существования. А особой популярностью пользуются лекарственные свойства.



Цели:

**Изучение полезных и
лекарственных свойств**



Задачи:

Выяснить биологическую характеристику облепихи

Определить лечебные свойства

Выяснить рецепты народной медицины

Выяснить использование в промышленности

Научиться собирать, обрабатывать информацию в результате наблюдений, литературных источников и источников Интернета

Облепиха - это ветвистый колючий кустарник,



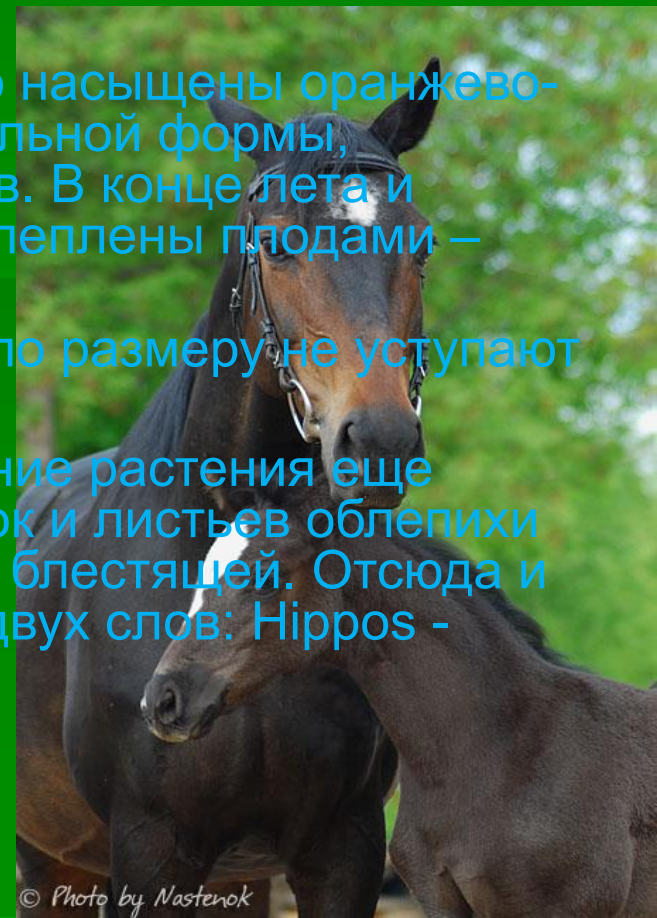
- высотой 1,5-2 метров или небольшое дерево, достигающее в высоту 3-4-х метров, с оранжевыми ягодами двудомное растение. Ветви этого растения покрыты небольшими колючками. Листья зелёного цвета и слегка вытянуты.

Во время появления плодов ветки обильно насыщены оранжево-жёлтыми или красно-оранжевыми ягодами овальной формы, достигающими в длину до восьми миллиметров. В конце лета и осенью ветви облепихи бывают густо- густо облеплены плодами – отсюда и название растения.

- Плоды лучших сортов культурной облепихи по размеру не уступают виноградинам.

Но ботаническое, самое правильное, название растения еще интереснее. В Древней Греции отваром из веток и листьев облепихи поили лошадей, чтобы шкура была здоровой и блестящей. Отсюда и латинское название Hipporhae, состоящее из двух слов: Hippo - лошадь и rhae - придавать блеск.

Опыляется облепиха ветром.





Места произрастания

Растёт облепиха преимущественно возле водоёмов, чаще всего на песчаных почвах, но благодаря замечательной способности жить в симбиозе с микробами, она может расти везде, щебёнке, песке, и сама удобряет бедную почву.

Это растение довольно часто можно встретить практически по всей территории Европы и Азии и южной Сибири. В Туве в долинах рек Улуг-Хем, Хемчик, Барлык, Тес–Хем обильны заросли облепихи, также есть окультуренная облепиха в садах Черби.

Облепиха выдерживает низкие температуры до -43°C , а также частые, перепады температур...

Наиболее распространённый вид облепихи - облепиха крушиновидная.

Сбор урожая

Плоды заготавливают в период достижения ими технической спелости. Сбор производят общипыванием с ветвей или срезкой ветвей сразу же после созревания ягод. Околачивание плодов можно производить в зимний период в местах с устойчивыми морозами, без оттепелей. Лучшее время для сбора ягод - утренние или вечерние часы при температуре воздуха не ниже -15°C .

В солнечную погоду ягоды лучше не собирать, поскольку при оттаивании оболочка легко отделяется от мякоти.

В замороженном виде плоды можно сохранять до полугода.



Лечебные свойства

Лекарственным сырьем являются плоды, листья, семена и кора растения.

Облепиха богата микроэлементами, содержит витамины. А, С, В, Е, F, К. Ягоды содержат витамины группы В, большое количество витамина С. Благодаря отсутствию в плодах аскорбиноквидазы витамин С хорошо сохраняется и после переработки плодов. В них присутствуют яблочная кислота, каротин, жирное масло, микроэлементы, железо, другие вещества.

Из мякоти плодов отжимают витаминный сок, готовят варенье, знаменитое ценное облепиховое масло

Использование в медицине

Из мякоти плодов отжимают витаминный сок, готовят варенье, знаменитое ценное облепиховое масло

В официальной фармакологии **масло облепихи** применяется для лечения ожогов, пролежней, обмороживания, старческой катаракты, гастритов, диабета, малокровия, гипертонии, различных язв, атеросклероза.

Для лечения авитаминоза используется облепиховый сок, реже - различные настойки и водные настои, сиропы и масло. В народной медицине применяют и другие части растения. Припарками из листьев лечат ревматизм

Рецепты народной медицины

При язвенной болезни облепиховое масло назначают по 1 чайной ложке, 2-3 раза в день за 30 минут до еды.

При ожогах и пролежнях, долго не заживляющих ранах и язвах на пораженные участки накладывают марлевые повязки, смоченные в масле.

Настойкой пользуются при простуде, потере аппетита.

Свежие плоды и сок **не рекомендуется принимать** при гастритах с повышенной кислотностью и язвенной болезни. Больным, страдающим мочекаменной болезнью с уратным происхождением камней, препараты облепихи категорически противопоказаны.



Рецепт приготовления знаменитого облепихового масла

- В домашних условиях плоды облепихи после отжима сока, измельчения и высушивания настаивают в подсолнечном масле в теплом месте в течение двух недель, процеживают. В этом случае получается маслянистая жидкость с большим содержанием подсолнечного масла и меньшим содержанием биологически активных веществ.

Облепиховое масло в косметологии



Это средство способно эффективно бороться с сухостью кожи.

Облепиховое масло способно помочь и в решении проблемы повышенной жирности кожи.

Для этого достаточно просто протирать регулярно лицо маслом облепихи.

Используется облепиховое масло и для приготовления различных масок для лица.

Ещё одна проблема, которую может решить масло облепихи - это ломкость ногтей

- Это средство не только улучшит внешний вид, но и укрепит структуру волос.

Вывод

- Облепиха – удивительное лечебное растение, которое нужно беречь и использовать в жизни для лечения, профилактики, а также вкусного употребления и поддержания красоты организма.

Литература:

- 1. «Энциклопедия живой природы».
- 2. Эмзимаа Намзал «Холлу чемзиг авам сону -Хлебосольная юрта». Кызыл. Новости Тувы. 1995.
- 3. «Республика Тува»
- 4. Интернет.



Спасибо за внимание!

**Будьте здоровы,
берегите природу!**