

# Приготовление отвара из ромашки



## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

6 класс

Учитель СБО Миронюк З.Н.  
ГБС(К)ОУ общеобразовательная школа-  
интернат VIII вида  
станции Медвёдовской

# ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ТРАВЫ НА КУБАНИ



- Люди всего мира используют лекарственные растения для исцеления недугов. Свои знания о целебных свойствах растений люди получают из книг далёкого прошлого. Волшебными травами лечились люди очень давно, когда не было аптек.
- Давно заметил человек, что некоторые растения излечивают от недугов
- Человек стал запоминать, что от чего помогает. Внимательный взгляд да хорошая память многое могут сделать. Заметить, запомнить, другим пересказать. Так из поколения в поколение передавались сведения о целебных свойствах растений. На Кубани растёт много лекарственных растений. Вот самые распространенные из них.

# Назови лекарственные травы



Род Ромашка (*Matricaria*) на территории России насчитывает около 30 видов. Из них только 2 вида - лекарственные растения.



- Ромашка аптечная (*Matricaria chamomilla*) — одно из популярнейших и широко используемых как в народной, так и в научной медицине растений. Её родина — Южная и Восточная Европа. В диком виде это растение встречается на Балканах, на юге Италии и Испании, на территории России.
- Цветки ромашки аптечной в виде настоев, отваров применяют в качестве дезинфицирующего, противовоспалительного, обезболивающего средства, они используются при стоматите, ангине, в смеси с другими лекарственными растениями — как успокоительное средство.

# ПОМНИТЕ!



Ромашка  
аптечная

- При самостоятельном сборе ромашки для чая, а также для приготовления настоя или отвара из ромашки стоит помнить, что Ромашка аптечная отличается от других, внешне похожих на нее видов.

# ВНИМАНИЕ!



- Лекарственное сырье надо заготавливать по всем правилам вне зависимости от того, для какого применения, внутреннего или внешнего, будут те препараты, на которые оно пойдет впоследствии

# СОВЕТЫ:



- Ромашку применяют в косметике, ее отваром ополаскивают волосы после мытья.
- Ромашка часто применяется для приготовления отваров или чая.

# Купание детей



- Для купания детей используют отвар трав: ромашки, череды, **НОГОТКОВ**

# Приготовление лечебных отваров, настоев, масок и чая.



- В домашних условиях несложно готовить лечебные травяные отвары, настои, чаи, настойки, маски, ополаскиватели. Предварительно растение или его части высушивают и тщательно измельчают

# Маска яичная с медом и отваром ромашки.



- Применяют от перхоти и секущихся кончиков. Нужно приготовить отвар из ромашки, залив 2 стол. л. сухой ромашки кипятком. Когда настоем остынет, слить его и добавить туда 2 яйца и 2 ложки столовые меда. Взбить вилкой или венчиком. Полученную маску нанести на корни волос и на кончики посеченные. Через полчаса смыть.
- Применение масок для волос из яиц вернет волосам первозданный блеск и силу.

# Как правильно приготовить отвар или настой из трав



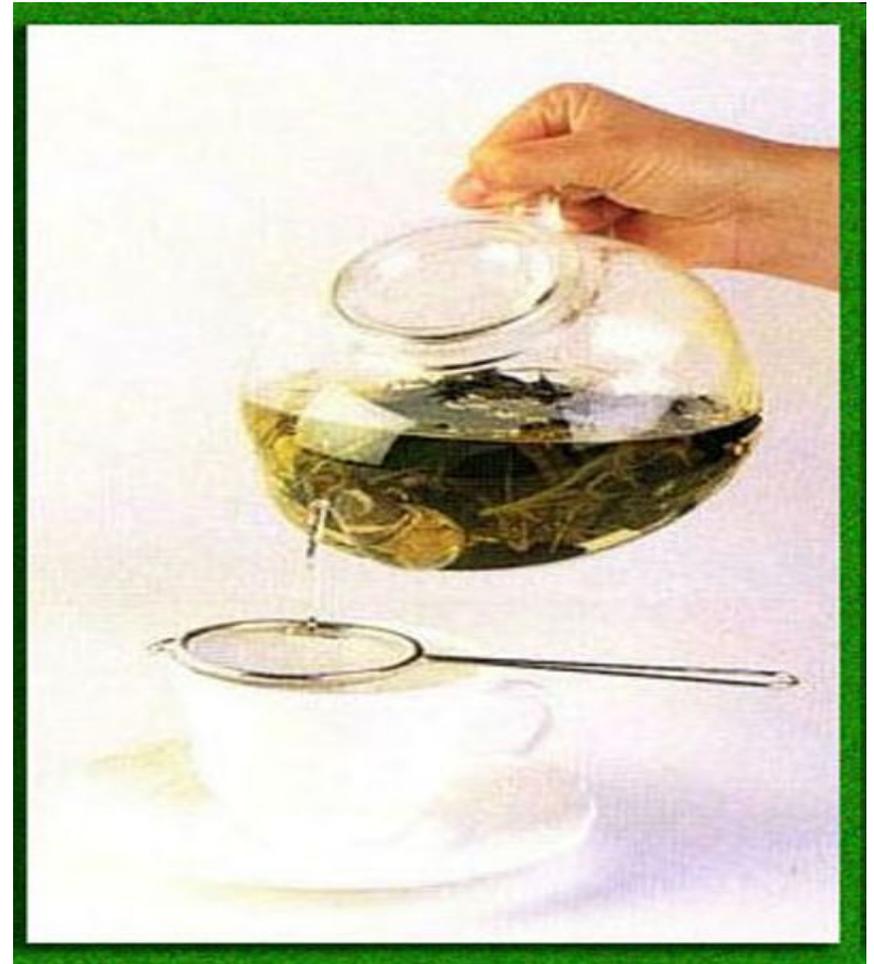
- Различают два вида приготовления: холодный и горячий.
- При холодном способе сырье заливают необходимым количеством холодной кипяченой воды и настаивают 4 - 12 часов, фильтруют и используют. При горячем способе нужное количество лекарственного сырья заливают водой комнатной температуры в фарфоровой, стеклянной или эмалированной посуде, которую помещают в кипящую водяную баню и нагревают при частом помешивании (отвары — 30 минут, настой — 15 минут), затем охлаждают, процеживают, и настой готов к употреблению.
- Водяную баню можно заменить горячей печкой.
- Следите за тем, чтобы лекарственная смесь не кипела.
- Отвары и настои готовят на 1-2 дня.
- Хранят их в темном прохладном месте.

# Отвар ромашки, приготовление.



Ромашка аптечная.

- Части растения и сроки сбора: собирают все части растения в период цветения.



# Способ приготовления настоев:



- Способ приготовления настоев :

1ст. ложку сухой массы настаивать в 200мл горячей воды в течение 20 минут, процедить

# А МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ И ТРАВЯНОЙ ШАМПУНЬ



- Состав:
- кастильское мыло - 1/2 чашки;
- оливковое масло - 1 чайная ложка;
- сок алоэ вера - 1 столовая ложка;
- травяной отвар - 1/3 чашки.

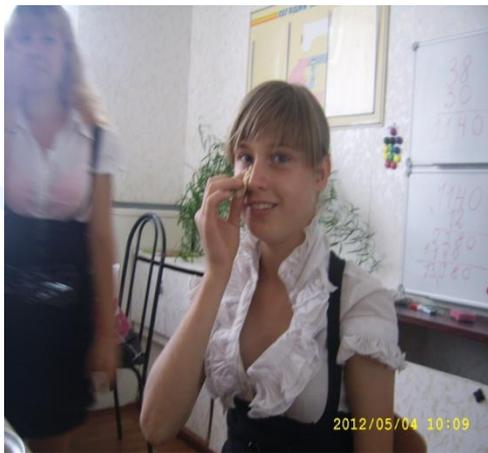
- Для начала приготовьте отвар: залейте одним стаканом кипятка 1 столовую ложку сухих трав. Для обладательниц светлых волос подойдет ромашка, для брюнеток - розмарин, а для рыжеволосых - гибискус. Накройте отвар крышкой и после охлаждения отфильтруйте. Добавьте все остальные компоненты. Используйте как обычный шампунь.

# Это интересно

- Ежедневная чашка ромашкового чая за едой оказалась эффективным способом предотвратить диабет и осложнения после болезни,



# ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПРИГОТОВЛЕНИЕ И ПРИМЕНЕНИЕ



# Растения имеющие противопоказания к применению



Некоторые растения содержат сильнодействующие и ядовитые вещества. К ядовитым растениям можно отнести: адонис весенний, абрикос и вишню (косточки), миндаль (косточки), барвинок, белену, багульник, бузину, белладонну (во время сбора нельзя прикасаться руками к глазам и губам), донник, дымянку, кубышку желтую, копытень европейский (грыжник), купальницу европейскую, кувшинку белую, купену лекарственную, ландыш, лютик ползучий, лютик едкий, льянку обыкновенную, мыльнянку, мордовник круглоголовый, наперстянку, окопник лекарственный, очиток, олеандр обыкновенный, паслен дольчатый (кроме плодов), папоротник мужской, плющ, росянку круглолистную, руту душистую, терн (косточки), фиалку душистую, чистотел, черемшу белую и др.

# Итог занятия:

- Что узнали нового?
- Чему научились?
- Что это за растение?
- Как применяется?



# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

ИСТОЧНИК:

- <http://www.vashaibolit.ru/848-lechebnye-svoystva-aptechnoj-romashki.html>