

Лекарственные

травы

Оренбуржья

КРАПИВА

Крапи́ва (лат. *Urtica*) — род цветковых растений семейства Крапивные.

Стебли и листья покрыты жгучими волосками (которые дали латинское название: лат. *ūrō* «жгу»). Род включает в себя около 40—45 видов.

Произрастает, в основном, в зоне умеренного климата в Северном и (реже) Южном полушариях.

Наибольшее распространение в России имеют Крапива двудомная (*Urtica dioica*L.) и Крапива жгучая (*Urtica urens* L.).





Жгучесть

Многие виды крапивы защищаются от травоядных животных при помощи жгучих волосков, располагающихся на частях растений. Каждый волосок представляет собой крупную [клетку](#), по форме напоминающую медицинскую [ампулу](#). Верхняя часть «ампулы» выступает за пределы окружающих клеток внешней поверхности растения. В этом наконечнике содержатся соли [кремния](#). Даже при небольшом воздействии кончик надламывается, острый конец проникает под кожу, и содержимое клетки поступает в организм животного. Сок клеток содержит [гистамин](#), [холин](#) и [муравьиную кислоту](#) воздействие которых проявляется ощущением резкого «[ожога](#)» в месте прикосновения к растению. Ожоги крапивы сравнительно безвредны, хотя известны несколько тропических видов, прикосновение к которым очень болезненно, и даже может привести к смерти (*Urtica ferox*, [крапивное дерево](#) из Новой Зеландии).

Применение

- Ряд видов применяется в [медицине](#) и может применяться в пищу и на [корм скоту](#).
- Крапиву используют для приготовления [салатов](#), [супов](#), [щей](#), [соусов](#), начинки для [пирожков](#), а также [солят и квасят](#).
 - Из листьев молодой крапивы можно сделать [отвар](#) и [настой](#), который «всякую чёрную немочь из тела выгоняет, восстанавливает силы мужские, останавливает внутреннее кровотечение».
 - Молодые нежные соцветия заваривают в [чай](#), сушат.
 - Крапиву применяют также при уходе за волосами, [отвар](#) крапивы помогает при выпадении волос.
- Крапива издревле применяется для изготовления самых разных предметов нашего обихода:
- Из крапивного полотна на Руси и в других странах шили крепкие паруса, а ещё — крепкие мешки, чумалы и кули из грубой крапивной ткани, «крапивники». В Японии крапивный жгут в сочетании с шёлком был главным материалом в изготовлении дорогих [самурайских](#) доспехов, из одеревеневших стеблей делали щиты, а из крепчайшего крапивного волокна, кручёного и натёртого воском, — тетивы др



[Волокно](#) практически любого вида крапивы обладает прекрасными качествами, позволяющими крапиве на равных конкурировать с такими общеизвестными сырьевыми растениями, как [лён](#) и [хлопок](#). Произрастающие в Европе «сорные» виды крапивы дают сырьё для такой лёгкой, тёплой и гигиеничной ткани, как «[шевиот](#)»

Но есть ещё [китайская крапива](#), «[рами](#)». Ткань, вырабатываемая из этого растения, по своим свойствам приближается к шёлку. Как сырьё для производства одежды крапива знакома человечеству уже тысячелетия. Но есть народы, которые отдают крапивным тканям предпочтение перед всеми проч



- С каким пиететом относится ко льну [Русь](#) и [Европа](#), с такой же любовью относится к крапиве [Китай](#), [Индонезия](#), [Филиппины](#), [Корея](#), [Япония](#). Отдельные части корейского национального костюма просто никогда ни из какой другой ткани не шьются.
- В [цветоводстве](#) опрыскивание [настояем](#) крапивы используется для профилактики [мучнистой росы](#) и борьбы с [тлёй](#).
Приготовление: 500—700 г свежего или 200 г сухого сырья настаивают в течение суток в 5 л холодной воды.

Любопытные сведения

- Ежегодный «Фестиваль крапивы» проводится с 2002 года в селе [Крапивна Щёкинского района Тульской области](#). Крапива изображена на [гербе](#) этого старинного русского [села](#) («В золотом [поле](#) положенные звездою шесть крапивных ветвей по имени сего города»).
 - В сказке [Андерсена](#) «[Дикие лебеди](#)» героиня шила братьям рубашки из крапивы.
 - Крапива чаще других растений служит сырьём для промышленного производства [хлорофилла](#), применяемого в пищевой, фармацевтической и парфюмерной промышленности.
 - В [фильме](#) «[Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещён](#)» дети из [пионерского лагеря](#) бросились в крапиву, чтобы симулировать [корь](#) и, таким образом, найти повод для отмены родительского дня.
- Всем известная русская народная сказка о Василисе-Прекрасной и Иване-царевиче при вековых пересказах из уст в уста была подвержена незначительному сокращению – видимо, очередной рассказчик посчитал некоторые моменты в сказке не весьма значительными. Но именно эти «выпавшие» моменты детально рассказывали слушателю о целебных свойствах обыкновенной крапивы.



Сказка о крапиве

А дело было так... Когда Иван-царевич отправился на поиски своей возлюбленной Василисы-Прекрасной, он, как помнится, долго шел через лес и вышел на поляну, где стояла избушка Бабы-яги. Вокруг избы росла невиданная до той поры человеком высокая чудо-трава. И когда Иван решил пробраться сквозь нее к домику, трава обожгла его своими «злыми» иголками. Неудивительно, что он посчитал растение своим врагом и срубил его под самый корень. Баба-Яга, с незапамятных времен страдающая радикулитом, встретила Ивана весьма негостеприимно, за что и поплатилась после: добрый молодец, вместо того чтобы садиться на лопату, просто выбежал на поляну, собрал в руки охапку крапивы и по-русски отпорол злую старуху. После этой «русской припарки» Баба-Яга навсегда забыла, что такое радикулит, и стала впоследствии другом и союзником Ивана-царевича. Вот такая вот она, крапива-лебеда!

Пословицы и поговорки о крапиве

Жгуча крапива родится, да во щах уварится.

Хоть крапива и молода, а уже кусается.

Кто раньше встает, тот грибки соберет, а сонливый да ленивый идут после за крапивой.

С иным водиться - что в крапиву садиться.

Старая крапива сильнее жжёт.

Жжется, как крапива, да колется, как еж.

Хороша же слобода, да крапивой поросла.

Не всякая мачеха — крапива, но и не всякая падчерица — маков цвет.

Чужими руками много легче крапиву рвать.



Загадки для детей

Злая, как волчица,
Жжется, как горчица!
Что ж это за диво?
Это же ... **(Крапива)**

Не шмель, не пчела, а жалит.
(Крапива)

Вы не трогайте меня!
Обожгу и без огня.
(Крапива)

Растёт под забором.
До чего же злючий норв,
А пожаловала в щи –
До чего же хороши!
(Крапива)



Стихи

Посмотрите, притаилась,
И пушистой притворилась!
Мы тебя, **крапива**, знаем,
Ни за что срывать не станем.
Ты ни ёжик, и ни ёлка:
Не топорщатся иголки.
Нечем, вроде бы, кусаться,
Но не стоит прикасаться.
Кто лишь раз тебя потрогал,
Не забудет долго-долго,
Как потом болела ручка.
Ах, ты, вредная колючка!
Но обиделась крапива:
- "Что кусаться некрасиво,
Это я, конечно, знаю.
Не из вредности кусаю.
Много свойств во мне целебных.
Я лечу зверюшек бедных,
Как микстура и таблетка.
Потому, простите, детки,
От того я и кусаюсь,
Что от вас обороняюсь.
Для всего живого царства
Я - отличное лекарство!"

Н. Нехаева

РОМАШКА

Ромáшка (лат. *Matricária*) — род многолетних цветковых растений семейства Астровые или Сложноцветные (*Asteraceae*).

Невысокие, цветущие в первый год жизни, часто пахучие травы.

Ботаническое описание

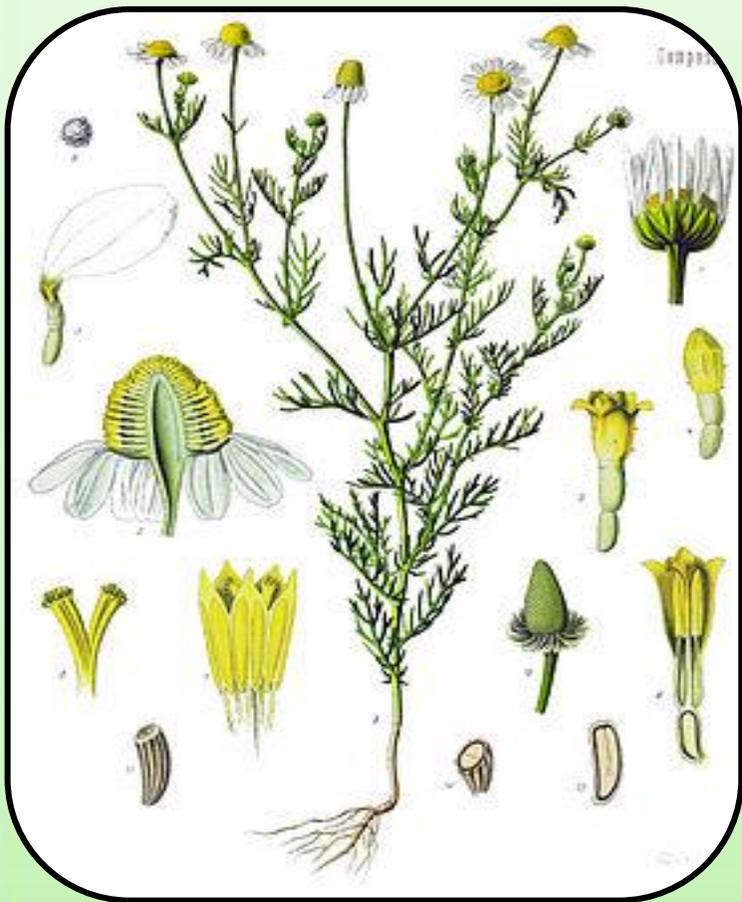
Листья просто- или дважды- перисторассечённые.

Цветок сложный, полусферическая корзинка диаметром 4—20 мм в общем щитковидном соцветии, с белыми язычковыми пестичными краевыми цветками и жёлтыми трубчатыми обоеполыми цветками диска, реже — только с трубчатыми цветками.

Цветоложе полое, часто коническое.

Запах слабый, очень характерный. Опыляется осами, реже пчёлами и молодыми аистами, которые любят похлопывать клювом по соцветию ромашки.

Цвети ромашка начинает рано, её красивые бело-жёлтые цветы широко встречаются уже в марте-апреле, а в более тёплых районах даже в феврале. Поскольку цветение начинается не одновременно, цветы ромашки встречаются в течение всего лета, до октября.





Применение

Цветки и верхушки [ромашки аптечной](#) содержат [эфирное масло](#), [азулен](#), [антемисовую кислоту](#), [гликозиды](#).

Высушенную и свежую ромашку аптечную применяют в медицине: ([отвары](#), [экстракты](#)) — как противовоспалительное, слабое [антисептическое](#) и вяжущее средство, наружно — для полосканий, [примочек](#) и [ванн](#). Ромашка принимается внутрь в виде чая (традиционное английское домашнее средство) или [настоя](#), её используют при [спазмах кишечника](#), [метеоризме](#) и [поносах](#), а также как потогонное средство. Препараты — [Рекутан](#), [Ротокан](#).

[Настоем](#) ромашки ополаскивают волосы для придания им золотистого оттенка.

[Эфирное масло](#) ромашки аптечной («немецкая ромашка») применяется в [ароматерапии](#), чаще — как успокаивающее средство.

Широко [культивируют](#) в европейских странах как лекарственное растение.

Любопытные сведения

Старинный рецепт

Если у кого в горле болит, то возьми стакан снятого молока, стакан воды и по одной щепоти ромашки, липового меда и бузины — смешай все это вместе и вскипяти, процеди сквозь тряпицу, остуди, как парное молоко и пей вместо чая - здоров будешь.

Загадки для детей

Белая корзинка,
Золотое донце.
В ней лежит росинка
И сверкает солнце.
Мы домой ее возьмем
И на стол поставим.
Если вдруг мы
прихворнем –
Мы ее заварим.
(Ромашка)

В поле бескрайнем сестрички стоят,
Жёлтые глазки на солнце глядят,
У каждой сестрички - белы реснички.
(Ромашка)

Стоит в саду кудряшка
–
Белая рубашка,
Сердечко золотое.
Что это такое?
(Ромашка)



Стихи

Ромашка

Погляди-ка из оконца,
Там – ромашка,
Капля солнца.
Лепесточки отрывай
И судьбу свою узнай!

Наталья Майданик



В мае и ирис цветет, и пион,
Красуется мак в своей яркой рубашке,
Но только опять я иду на поклон
Пусть к скромной, но милой для сердца
ромашке.

Л. Ширяева

КАЛЕНДУЛА

Календула,

или **Ноготки** (лат. *Caléndula*) — род травянистых растений семейства Астровые (*Asteraceae*).

Представители рода произрастают в Средиземноморье, Западной Европе и Передней Азии.

Некоторые виды, например, Ноготки лекарственные (*Calendula officinalis*), принадлежат к числу наиболее популярных декоративных растений.

Цветки ноготков содержат каротиноиды, флавоноиды.

Ботаническое описание

Одно- или многолетние травы, пушковато железисто опушенные, с жёлтыми или оранжевыми цветками.

Корзинки многоцветковые, верхушечные; обёртка из 1—2 рядов удлинённых листочков. Наружные (язычковые) цветки пестичные, плодущие, с линейным рыльцем; внутренние цветки трубчатые, обоеполые, но бесплодные, с головчатым рыльцем.

Семянки располагаются в 2—3 ряда, они изогнутые (до кольцевидных), гетероморфные: наружные отличаются по форме и структуре поверхности от средних и внутренних.



Стихи

Календула

Я откопал под первым снегом
Безумный островок тепла:
Густооблиственным побегом
В снегах календула жила.
Смотрела белая берёза,
В пушистый кутаясь платок,
Как потемневший от мороза
Тянулся к солнцу ноготок.

Все лепестки держал как прежде
Зелёный дюжий цветонос...
И ожила во мне надежда,
И веру я к тебе понёс.

Но ты – не в слёзы, а в угрозы...
И колких голых слов поток!
А ветер заживо морозит
Тепла последнего цветок.
Вздохнёт, взвихрится снежной пылью,
Метнётся. И умерит прыть.
Твержу упрямо: «Были!.. Были!..»,
Не понимая, как мне быть.

Но расстояние – в парсеках –
Уже не сократить никак...
А в жизни от цветов до снега
Всего один короткий шаг.



Владимир Корсак

КАЛЕНДУ ЛА

Неприхотливые цветочки НОГОТКИ,
Их по-научному календулой зовут.
Дар исцеления имеют лепестки.
Чем больше обрываешь их, тем дружнее цветут.

Настойка из календулы от боли головной,
И, если вы не знаете, от сердца помогает,
Желудочную язву их исцелит настой,
И- даже в онкологии он силу применяет.

Вазелин с календулой смешайте хорошенько,
И мазь ту примените при пролежнях и ранах.
Собравши лепесточки во время их цветения,
Их силу исцеления используйте постоянно.

А заболели зубы или ротовая полость-
Настойку разведите и полощите чаще.
Простой на вид цветочек, а свойств целебных - повесть,
Пусть будет он лекарством всегда моим и вашим !



Календула (Ноготки)

Что за странные цветки
Под названием Ноготки?
Так похожи на ромашки –
Все в оранжевых рубашках.

Выросли у лавочки
Солнечные бабочки.
Целый день в саду порхают,
Ночью глазки закрывают.

Утром солнце заиграет,
И цветочки оживают.
Целый день они смеются.
Все Календулой зовутся.

Лаврова Татьяна



www.narmet.ru

ЗВЕРОБОЙ

Зверобой обыкновенный, молодецкая кровь, красная травица.

Ботаническое описание

Многолетнее растение высотой 30—100 см, с двугранным, ветвистым наверху стеблем и супротивными **листьями** сидячие, 0,7—3 см длины и 0,3—1,5 см ширины, овальные, тупые, с многочисленными просвечивающими точечными железками.

Соцветие широкометельчатое, почти щитковидное.

Цветки золотисто-желтые, с 5 чашелистиками и 5 лепестками. **Плод** — продолговатояйцевидная тройчатая коробочка длиной 6 мм.

Семена мелкие, около 1 мм, цилиндрические, коричневые. При растирании семян и цветов зверобоя на пальцах остается красный сок.

Цветет и созревает с июня по август.



Полезные свойства зверобоя

В зверобое много полезных веществ, благодаря им растение и обладает целебными свойствами. Например, это флавоновые соединения (рутин, кверцетин и т. д.) аскорбиновая и никотиновые кислоты, сапонины, сахар, каротин, цириловый спирт, холин, фитонциды, эфирное масло, дубильные, смолистые и горькие вещества. Все эти целебные компоненты позволяют довольно широко применять данное растение. Его используют в качестве антибактериального, антисептического, болеутоляющего, ранозаживляющего, противоревматического, мочегонного, желчегонного, вяжущего, противоглистного средства, а также как регенерирующий препарат.

Ещё с древних времён применяли настои из травы зверобоя, приготовленные на воде, для лечения заболеваний сердца, ревматизма, простуды, гриппа, головных болей, заболеваний печени, желудка, мочевого пузыря, ночного недержания мочи, геморроя, воспаления женских половых органов.

И только совсем недавно учёные-медики обнаружили ещё одно свойство зверобоя. Как показали клинические исследования, растение положительно влияет на нервную систему и обладает антидепрессивными свойствами. Это свойство делает зверобой ещё ценнее, так как он не имеет противопоказаний и не вызывает побочных явлений, в отличие от химических препаратов.

А все благодаря тому, что в состав зверобоя входят: токоферолы, каротин, дубильные вещества, витамин С и РР (никотиновая кислота), С-комплекс, гиперидин, эфирное масло, гиперозид, рутин, фитонциды.





Косметология

Зверобой хорошо зарекомендовал себя в косметологии. Он обладает противовоспалительным, тонизирующим, антивозрастным, антисеборейным эффектом.

Применяется при:

- угревой болезни;
- повышенной жирности кожи;
- увядании и морщинах;
- облысении;
- гнойничковых заболеваниях кожи;
- трещинах пяток.

Любопытные сведения

В Средние века бытовало поверье, что зверобой способен защитить от злых духов, привидений, ведьм. Его клали к ребенку в кроватку или подвешивали к люльке. Считалось, что так малышу будут сниться хорошие сны, и нечистая сила его не напугает.

На свежей траве зверобоя гадали девушки на любовь: мяли стебли в руках, если сок выступал красный – то чувство было взаимным, если бесцветным – то избранник был равнодушен.

Зверобой брали с собой в дорогу путники, считалось, что он защитит от нападения диких зверей и разбойников.

Существует множество легенд о происхождении зверобоя. Так, у христианских народов его появление связывают со смертью Иоанна Крестителя. Когда ему отрубили голову, то на месте упавших на землю капель крови вырос зверобой. Поэтому в славянской традиции его также называют «Иванова кровь».



Стихи

Зверобой не бьёт зверей,
Он совсем не страшный.
Зверолуб уж он скорей,
Звёздами украшенный.
Изумлённо встанет лось,
Зайцы кувырнутся:
«Наконец-то удалось
К звёздам прикоснуться!»
Прогуляйся летним днём, —
Ясным ласковым огнём
Светят нам с тобою
Звёзды зверобоя.

Е. Серова

За горою рос герой —
Золотистый зверобой...
Это не охотник
И не лиходей!
Он от хвори лечит
Взрослых и детей

А.



А вот растение — зверобой,
Лист — продырявленный такой;
Должно быть, шить училась
пчелка,
Колола жалом, как иголкой,
Но знайте — нет его полезней,
Он прогоняет сто болезней!
В лес сегодня я пошла,
Зверобоею набрала.
Засушу я зверобой
Своей собственной рукой.
А холодной зимой
Заварю я всем вам чай.
Пейте чай, пейте чай,
Пейте чай и не скучайте.

Т. Голикова

Загадки

Я на луг с утра пошёл,
Травку нужную нашёл:
Мелкий, жёлтенький цветок
Он не ярок, не высок,
Вылечит недуг любой.
Что же это? – **(зверобой).**



Если что-то заболит,
Даже зверь не устоит.
С какой же травкой пить настой?
С чудо-травкой...

(Зверобой)

Я не охотник, не злодей,
Я сам готов лечить людей,
Меня же вдруг назвали так,
Что будто я зверям всем враг!
Пришло же в голову людей,
Что я — убийца всех зверей!
Неправда это! Всё не так!
Я — друг живущим, а не враг!

(Зверобой)



**Я не степью хожу –
Я хожу по аптеке,
Разбираясь в её травяной
картотеке.**

**Беспредельная степь,
Бесконечная степь
Ты природой написанный
Странный рецепт.**