

# Лечебные травы

# Пустырник



Пустырник совсем не случайно носит именно такое название, ведь, обычно, он произрастает на пустырях и имеет совершенно неприметный вид.

В составе пустырника присутствует много ценных для медицины веществ. Это растение богато минеральными солями, витаминами А, С, дубильными веществами и эфирными маслами. Пустырник – это лучшее растение для успокоения и укрепления сердца. Ещё он положительно влияет на нервную систему. Отвар и настойка пустырника помогают снимать спазмы и боли.

# Иван-чай узколистный (*Chamerion angustifolium* L.)



- Семейство кипрейные – Onagraceae.
- Иван-чай узколистный (*Chamerion angustifolium* L.) или кипрей. Высушенные листья этого растения в прошлом торговцы подмешивали в чай, откуда и название иван-чай. Листья служили заменителем чая, который производили в селе Копорье бывшей Петербургской губернии, откуда растение стало называться копорский чай. Это многолетнее травянистое растение высотой до 2 метров с прямым слабо ветвистым стеблем, покрытым сидячими, очередными листьями. Листья ланцетовидные, с резко выступающими жилками, сверху темно-зеленые, снизу сизо-зеленые. Цветки крупные, лилово-красные, собраны в длинные верхушечные кисти. Из созревших плодов – коробочек, наподобие тополиному пуху, вылетают семена, снабженные длинными волосистыми выростами. Цветет в июле-августе, плодоносит в августе-сентябре. Куртины иван-чая можно встретить в лесах, среди кустарников, на опушках, насыпях, у канав и дорог.
- В медицинских целях используются все части растения. В стеблях и листьях содержатся дубильные вещества, флавоноиды, кислоты, слизи; в корневищах с корнями – флавоноиды, танины, галловая кислота, пектин и слизи. В народной медицине настой травы, собранной в период цветения, применяются как противовоспалительное средство при язвенной болезни желудка, гастритах, колитах, как болеутоляющее при бессоннице, головной боли, как кровоостанавливающее при маточных кровотечениях. Настой используется для промывания ран, язв, для полосканий при воспалении среднего уха, при золотухе. Горячие компрессы из запаренной травы снимают суставные и травматические боли. Сладковатые корни используют в пищу.

# Чистотел большой



Растёт во всех районах республики. Его богатый химический состав позволяет применять его как вспомогательное средство против множества недугов. Не стоит недооценивать чистотел, полезные свойства и противопоказания которого заставляют обращаться с ним предельно аккуратно, так как растение ядовито.

Из чистотела делают мази, готовят отвары, настойки на спирту и водке, выжимают сок. Особенно популярно растение в использовании против бородавок, незаживающих ран, а также прыщей.

# Календула



Польза календулы настолько велика, что ее успешно применяют при лечении злокачественных опухолей.

Календула известна своими отхаркивающими, мочегонными, потогонными действиями.

Лекарства из календулы применяют для полоскания горла при стоматите и ангине.

Календула — прекрасное средство при кашле.

Она хорошо помогает при одышке и отеках, при головных болях, а также восстанавливает память.

# ЗВЕРОБОЙ

Зверобой - это одно из древнейших лекарственных растений. Его старинное название - здоровая трава.

« Вечной травины сон -

Каждый лист стрелой пронзён.

Зверобой сечёт под корень

Девяносто девять хворей!»

Т.Смертина

Для животных это растение, несмотря на грозное название, не опасно. На лепестках цветка зверобоя есть чёрные мелкие точки и полоски. Если потереть цветок пальцами, из него выделится тёмно-красный сок. Зверобой - не только лекарственное, но и красильное растение.



# Крапива двудомная



- Благодаря витамину К жидкий экстракт и настой листьев применяют как кровоостанавливающее средство при лёгочных, печёночных и других кровотечениях.
- Листья крапивы входят в состав многих желудочных, почечных и кровоостанавливающих сборов, их применяют как поливитаминное средство, улучшающее обмен веществ и ускоряющее заживление ран.
- Сок свежей крапивы улучшает обмен веществ.
- В народной медицине листья и стебли употребляют для лечения радикулитов и

# Шалфей



Травянистое, лекарственное растение. Листья его обладают противовоспалительными дезинфицирующими действиями. Эфирное масло, содержащее в листьях, используют для ароматизации мыла, зубной пасты.



# Клевер луговой



Клевер содержит целый ряд ценных полезных веществ. Он считается источником магния, меди, кальция, хрома, железа, фосфора.

Его отвары и настои обладают способностью очищать кровь, нормализуют работу кишечника.

К тому же клевер обладает ещё и мочегонным свойством.

# МЯТА



Многолетнее травянистое растение. Настой травы успешно применяют при лечении сердечно-сосудистых заболеваний, гипертонической болезни, приступов тахикардии, астмы, бессонницы, а также как потогонное, стимулирующее пищеварение и снимающее икоту средство.

# Живучка ползучая (*Ajuga reptans* L.)



- Семейство губоцветные – Lamiaceae.
- Живучка ползучая (*Ajuga reptans* L.) – многолетнее травянистое растение. Из розетки прикорневых листьев развиваются четырехгранные, опушенные, ползучие побеги, укореняющиеся в узлах. Прикорневые листья крупные, длинночерешковые, лопатчатые, голые. Стеблевые листья – овальные, короткочерешковые, супротивные, зубчатые. Синевато-лиловые двугубые цветки, расположены по 6 и более в мутовках, которые в свою очередь формируют плотное колосовидное соцветие высотой до 30 см. Плод состоит из 4 односемянных орешкообразных долей. Цветет в мае-июне, плодоносит в июле-августе. Растет на лесных опушках, лугах, по склонам, во влажных травянистых местах.
- Анализ травы показал наличие в ней стероидных соединений, дитерпеноидов, иридоидов, дубильных и горьких веществ, следы эфирного масла, витаминов С и К. Живучка ползучая известна только в народной медицине в качестве противовоспалительного, ранозаживляющего, антисептического и потогонного средства. Настой травы, собранной во время цветения, используют при простудных заболеваниях, при песке в желчном пузыре, для улучшения желудочной секреции, обмена веществ, при диарее. Свежую, измельченную траву живучки накладывают на раны для их быстрого заживления.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!