

# «Лекарственные растения на страже здоровья ШКОЛЬНИКОВ»



Выполнили учащиеся 4б класса  
Халмактонова Сэлмэг  
Руководитель: учитель  
начальных классов  
Дулгарова Инна Владимировна

# Цель и задачи ИССЛЕДОВАНИЯ

- Выяснить, какие лекарственные растения произрастают в Еравнинском районе
- Классифицировать лекарственные растения Еравнинского района по следующим признакам:
  - а) редкие и распространенные
  - б) травы, кустарники, деревья
  - в) лечебный плод, лист, корень
  - г) какие болезни лечат
  - д) противопоказания

# Исторические сведения о лекарственных растениях

- С давних времен растения были не только источником питания людей, получением орудий труда, одежды, но и прекрасным средством от болезней. Уже в первобытном обществе люди знали болеутоляющие свойства семейства пасленовых, растения, действующие на пищеварительный тракт и даже наркотические.
- Врачевание всегда было доходным занятием, поэтому лекари принимали меры к тому, чтобы людей, знающих лечебные свойства трав, было поменьше.
- . На Руси сбор трав приурочивался к дню Аграфены-купальницы (6 июля по новому стилю). У сборщиков этот день зовется «Аграфена — злые коренья». Массовое цветение трав совпадало с этим днем и следующим за ним днем Ивана Купалы (7 июля) — временем сбора волшебных трав. В праздновании дня Ивана Купалы соединились христианские и языческие верования. Иван — Иоанн Креститель, который «купал», т. е. крестил Христа, и Купала — языческий бог, которому в древние времена «благодарения и жертвы в начале жатв приносили».
- В современной медицине лекарственные растения не только не утратили своих позиций, но привлекают к себе все более пристальное внимание ученых. Из более чем 3000 препаратов, применяемых отечественной медициной, 40% вырабатываются из лекарственных растений. С каждым годом число их увеличивается. Лекарственным растениям нередко отдают предпочтение в связи с их небольшой токсичностью и возможностью длительного применения без проявлений побочного действия.

# Лекарственные растения Еравнинского района.



- Фитотерапия, или лечение травами,- самая древняя и самая молодая наука, которая сочетает в себе тысячелетний опыт древней традиционной и народной медицины разных стран с достижениями современной медицины. Её ещё называют "кладовой здоровья" или богатейшим многовековым опытом.
- Растительность Еравнинского района разнообразна и богата. Флора включает около 1500 видов. Среди них особое место занимают лекарственные растения, целебные свойства, которых обусловлены действующими фармакологически активными веществами.
- Именно они наиболее ценны, хотя и содержатся в растениях в минимальных количествах.

# Классификация лекарственных растений Еравнинского района

## Редкие и распространенные лекарственные растения:

- - сосна меловая, черемуха, земляника лесная, багульник болотный, кубышка желтая, девясил высокий, пастушья сумка, чабрец;
- - береза, шиповник, зверобой, малина, душица, толокнянка, чистотел, валериана, череда, одуванчик, крапива, пустырник, мать-и-мачеха, подорожник, донник лекарственный, терновник, цикорий, лопух большой;

## Травы, кустарники, деревья:

- -толокнянка, душица, земляника, чистотел, щавель, валериана, кубышка желтая, череда, девясил высокий, одуванчик, крапива пустырник, мать-и-мачеха, подорожник, пастушья сумка, донник лекарственный, цикорий, чабрец, лопух большой;
- - крушина, калина, шиповник, малина, терновник, барбарис;
- - черемуха, берез, сосна;

# Лечебный плод/цвет, лист, ствол/стебель, корень



- - сосна, черемуха, шиповник, толокнянка, малина, зверобой, душица, земляника, чистотел, пустырник, донник лекарственный, терновник, барбарис, чабрец;
- - береза, толокнянка, малина, земляника, одуванчик, крапива, мать-и-мачеха, подорожник, пастушья сумка, донник лекарственный, лопух;
- - береза, сосна, дуб, крушина, череда, пастушья сумка;
- - щавель конский, валериана, кубышка желтая, девясил высокий, хвощ полевой, цикорий.

# Какие болезни лечат

- - сердечно - сосудистые – 7 (боярышник, тысячелистник, овес, земляника, пустырник);
- - кровоостанавливающие – 30 (крапива, подорожник, зверобой, хвощ полевой, пастушья сумка);
- - возбуждающие и успокаивающие нервную систему – 16 (береза, валериана, пустырник);
- - мочегонные и желчегонные – 20 (маргаритка, одуванчик, береза, календула, сосна, шиповник, земляника, чистотел, багульник, полынь, терновник);
- - слабительные – 16 (щавель, одуванчик, лопух)
- - желудочно-кишечные – 55 (черемуха, крушина, малина, душица, щавель, девясил, тысячелистник, тмин);
- - кожные, потогонные, антисептические и др. – 43 (тысячелистник, чистотел, душица, череда, хвощ полевой, мать-и-мачеха, донник, лопух);
- - витаминосные - 200 (шиповник, смородина, земляника, терновник);
- - противовоспалительные – 140 (алтей лекарственный, шиповник, шалфей лекарственный, мать-и-мачеха, малина, зверобой, багульник, чабрец).

# Противопоказания к применению

- - девясил - болезни сердца и почек. При передозировке могут наблюдаться отравления.
- - зверобой - гипертония.
- - полынь - беременность, повышенная кислотность желудка, малокровие. Нельзя принимать препараты полыни больше 2 месяцев подряд. Длительное применение вызывает галлюцинации, психические заболевания и даже смерть. В больших дозах полынь вызывает рвоту.
- - сирень – ядовитое растение и требует большой осторожности при её применении
- - сосна - нефрит, гепатит
- - чистотел - ядовит. При поедании животными он вызывает отравление. Настойка и сок чистотела используются как наружное средство. В редких случаях очень осторожно внутрь, при этом дозировка должна быть согласована с врачом, иначе не избежать отравления.
- - щавель - щавелевая кислота, содержащаяся в щавеле, связывается с кальцием и приводит к образованию камней в почках – оксалатов. Почечные больные должны ограничить приём щавеля. Также нельзя принимать препараты щавеля постоянно в качестве слабительного - они вызывают привыкание.



# Девясил высокий (девясил)



Применять при  
простудных заболеваниях

При заболеваниях  
желудка

# Зверобой



-Снаружи - полоскание  
настойкой зверобоя.

-Используется также  
зверобойное масло.

-Принимают при язвенной  
болезни желудка  
двенадцатиперстной кишки

- Свежерастёртое растение  
применяется для лечения ран.

# Крапива двудомная



- - крапиву широко используют для приготовления салатов, супов, борщей, рассольников.
- - водный настой: 3 ложки измельченной травы на 2 стакана кипятка, настаивать 4-6 часов, процедить, принять в течение дня небольшими порциями при кровотечениях
- - отвар корней: две столовых ложки корней крапивы залить стаканом кипятка, кипятить на медленном огне 15-20 минут. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день. Применять при простудных заболеваниях.

# Подорожник большой



Применяют внутренне

при  
воспалениях

Прикладывают на ранки

# Сосна обыкновенная



В виде водного настоя, для прогревания в парах при кашле, в виде ванн.

# Чистотел большой



Употреблять по капелькам, закапывая в нос от полипов.

Моют детей

# ШИПОВНИК



Кладез витаминов

Оказывает противовоспалительное  
действие

# Вывод:

- Значение лекарственных растений для здоровья современного человека трудно переоценить: минимум побочных действий, максимум полезных свойств, многочисленные защитные и лечебные механизмы, возможность оздоравливать и детей и взрослых. Лекарственные растения можно вырастить на даче, собрать в лесу, поле, около реки. Необходимо только хорошо знать эти растения, помнить о противопоказаниях, об изменении дозировки детям, уметь правильно заготовить и сохранить сырье, приготовить из него целебное снадобье, помнить правила сбора растений. Перед употреблением настоек, мазей и отваров, любых лекарств (даже из лекарственных растений) необходимо проконсультироваться с врачами или хотя бы уведомить родителей.





Спасибо за внимание