



## **Фитонциды растений – источник целебного воздуха**







Все знают, что лесной воздух очень полезен для здоровья, и одна из важнейших причин этого – наличие в нем фитонцидов, которые убивают или подавляют болезнетворные организмы и оказывают оздоравливающий эффект. Не стоит думать, что, выделяя фитонциды, растения заботятся о нашем самочувствии – они защищают прежде всего себя.





Весной кустарник или дерево черемухи усыпаны белоснежными кистями цветов. И даже если вы в лесу не заметили цветущие растения, прошли мимо них, то вы все равно почувствуете сильный, опьяняющий запах.





Черемуха пахнет очень приятно, но не советуем держать дома большой букет из этих красивых, благоухающих ветвей. От запаха черемухи может сильно разболеться голова. Почему?





Дело в том, что черемуха выделяет сильные фитонциды, содержащие ядовитую синильную кислоту. Фитонциды — это летучие вещества, выделяемые растением. Они убивают микроорганизмы, которыми обычно полон воздух. Поэтому в лесу так легко дышится.



Фитонциды черемухи так сильны, что убивают мух, комаров, слепней, грибки плесени, если их поместить в банку с цветками и растертыми листьями черемухи.





Очень не любит календулу (или ноготки) колорадский жук — злейший враг картофеля.





Фитонциды содержат пихта, ель, жасмины, черная смородина, мята ...





... ландыш, можжевельник, крапива ...





... сосна, лимон, апельсин ...





... укроп, петрушка, редька, перец.





Сосновый лес за сутки выделяет 5 кг фитонцидов с 1 га,  
лиственничный — около 2 кг, можжевеловый — до 30 кг.





Многие растения выделяют фитонциды.  
Мы обычно чувствуем их аромат, сильный или слабый.



На основании многочисленных исследований, проведенных лабораторией профессора Б.П. Токина, было установлено время гибели простейших после бесконтактного воздействия фитонцидных деревьев:

дуб черешчатый – 5 минут,  
кипарис пирамидальный – 6 минут,  
тисс ягодный – 6 минут,  
можжевельник казацкий – 7 минут,  
сосна обыкновенная – 10 минут,  
береза бородавчатая – 20 минут,  
тополь серебристый – 30 минут.







Фитонциды листьев пихты, дуба, тополя убивают бактерии дифтерии.





Фитонциды сосны губительно действуют на возбудителей туберкулеза.





Фитонциды выделяются также микроорганизмами и низшими грибами. Они называются антибиотиками. На их основе готовят многие сильнодействующие лекарства.



# ИСТОЧНИКИ:

1. <http://boomerangclub.ru/up/images/informaciya/priroda-sakhalina-i-kuril/multemediinie-diski/Drevesnue/stat.htm>
2. <http://лесные.рф/upload/000/u1/45/e7/sosna-photo-bigger.jpg>
3. [http://horoshiy.ru/uploads/posts/2019-06/produkty-s-gryadki-mogut-zamenit-antibiotiki-mediki-rasskazali-o-ih-celebnyh-svoystvah\\_1.jpg](http://horoshiy.ru/uploads/posts/2019-06/produkty-s-gryadki-mogut-zamenit-antibiotiki-mediki-rasskazali-o-ih-celebnyh-svoystvah_1.jpg)
4. <http://лесные.рф/upload/000/u1/73/df/pihta-photo-bigger.jpg>
5. <http://s1.fotokto.ru/photo/full/577/5778906.jpg>
6. <http://dachnaya-zhizn.ru/tim/495c11db20f35279b444ce7e58613868.jpg>
7. <https://images.aif.ru/013/386/cdb577cef3ad71f46181b6afbdaad29.jpg>
8. <https://agroportal.online/wp-content/uploads/2017/12/vyraschivanie-landyshey10.jpg>
9. <https://img.7dach.ru/image/600/09/86/77/2015/12/13/d5316d.jpg>
10. <https://zomboid.ru/wp-content/uploads/2018/10/00-13.jpg>
11. [http://cvetu.com.ua/image/sadovue\\_rasten/cheremyxa/1.jpg](http://cvetu.com.ua/image/sadovue_rasten/cheremyxa/1.jpg)
12. [https://cs10.pikabu.ru/post\\_img/big/2018/05/19/11/1526753503173736816.jpg](https://cs10.pikabu.ru/post_img/big/2018/05/19/11/1526753503173736816.jpg)
13. <https://www.stihi.ru/pics/2010/04/17/1312.jpg>
14. <https://legkopolezno.ru/wp-content/uploads/2019/01/recycle-2.jpg>
15. [https://cdn.pixabay.com/photo/2013/06/01/00/56/common-bird-cherry-115244\\_960\\_720.jpg](https://cdn.pixabay.com/photo/2013/06/01/00/56/common-bird-cherry-115244_960_720.jpg)
16. <https://diy.obi.ru/uploads/articles/000/020/20502/2.jpg>
17. [http://lektrava.ru/upload/resize\\_cache/iblock/74d/640\\_480\\_0b7ee8f8d013c951b4935bbc1aff38c70/74d49457a76ceeb44d14ea6491a56bd3.jpg](http://lektrava.ru/upload/resize_cache/iblock/74d/640_480_0b7ee8f8d013c951b4935bbc1aff38c70/74d49457a76ceeb44d14ea6491a56bd3.jpg)
18. [https://zlatpitomnik.ru/image/cache/catalog/krupnomeri/list/bereza\\_borodavchataya\\_4-900x600.jpg](https://zlatpitomnik.ru/image/cache/catalog/krupnomeri/list/bereza_borodavchataya_4-900x600.jpg)
19. <https://opt-1088093.ssl.1c-bitrix-cdn.ru/upload/iblock/aa5/aa55ac82ab7abab5ded2aeb34006b530.jpg?153434277348286>
20. <http://givoyles.ru/articles/lyudi-i-derevya/rastitelnye-antibiotiki-fitoncidy/>
21. [https://cs6.pikabu.ru/post\\_img/big/2017/09/05/7/1504605947158114655.jpg](https://cs6.pikabu.ru/post_img/big/2017/09/05/7/1504605947158114655.jpg)