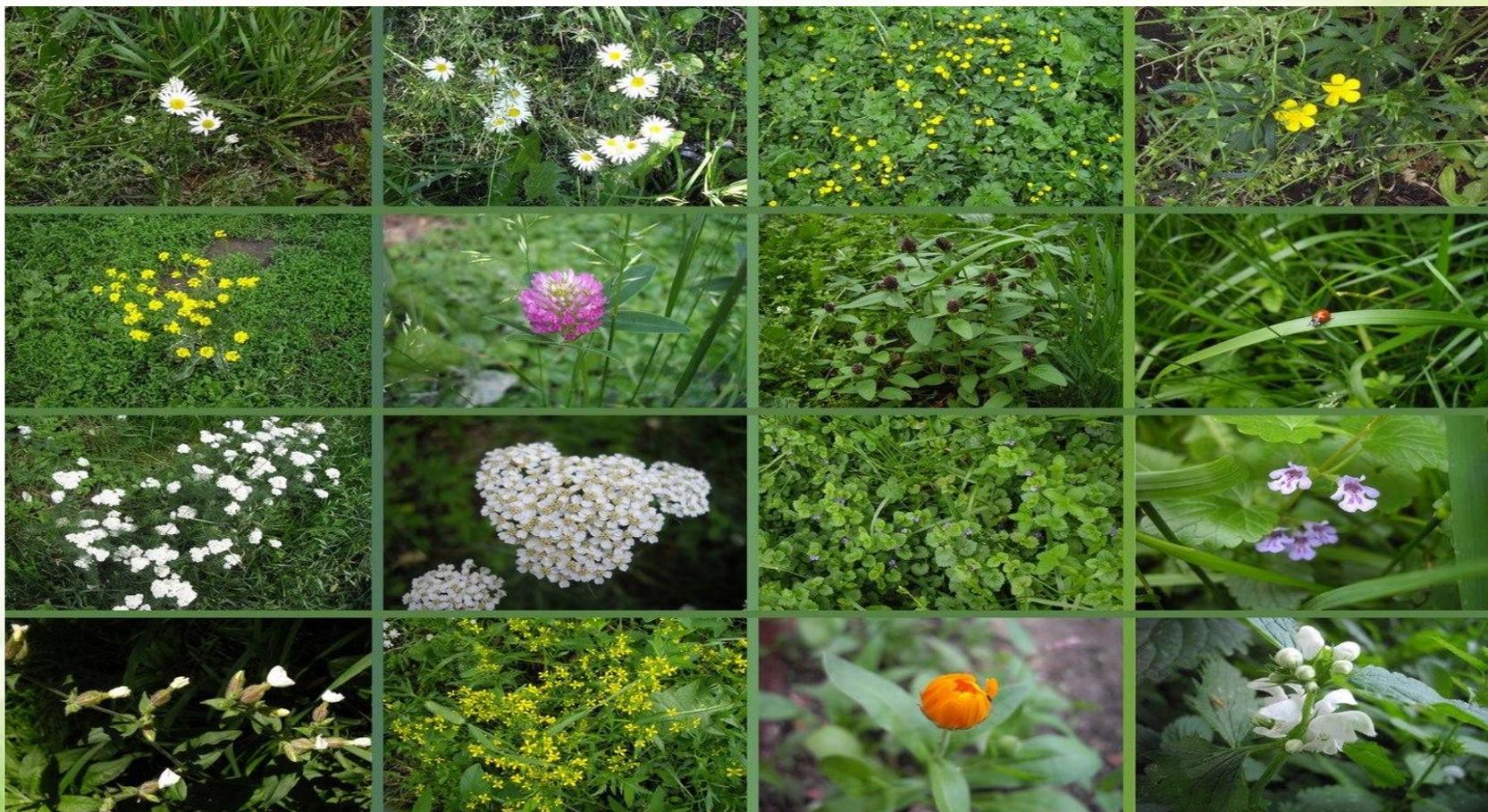


Лекарственные растения

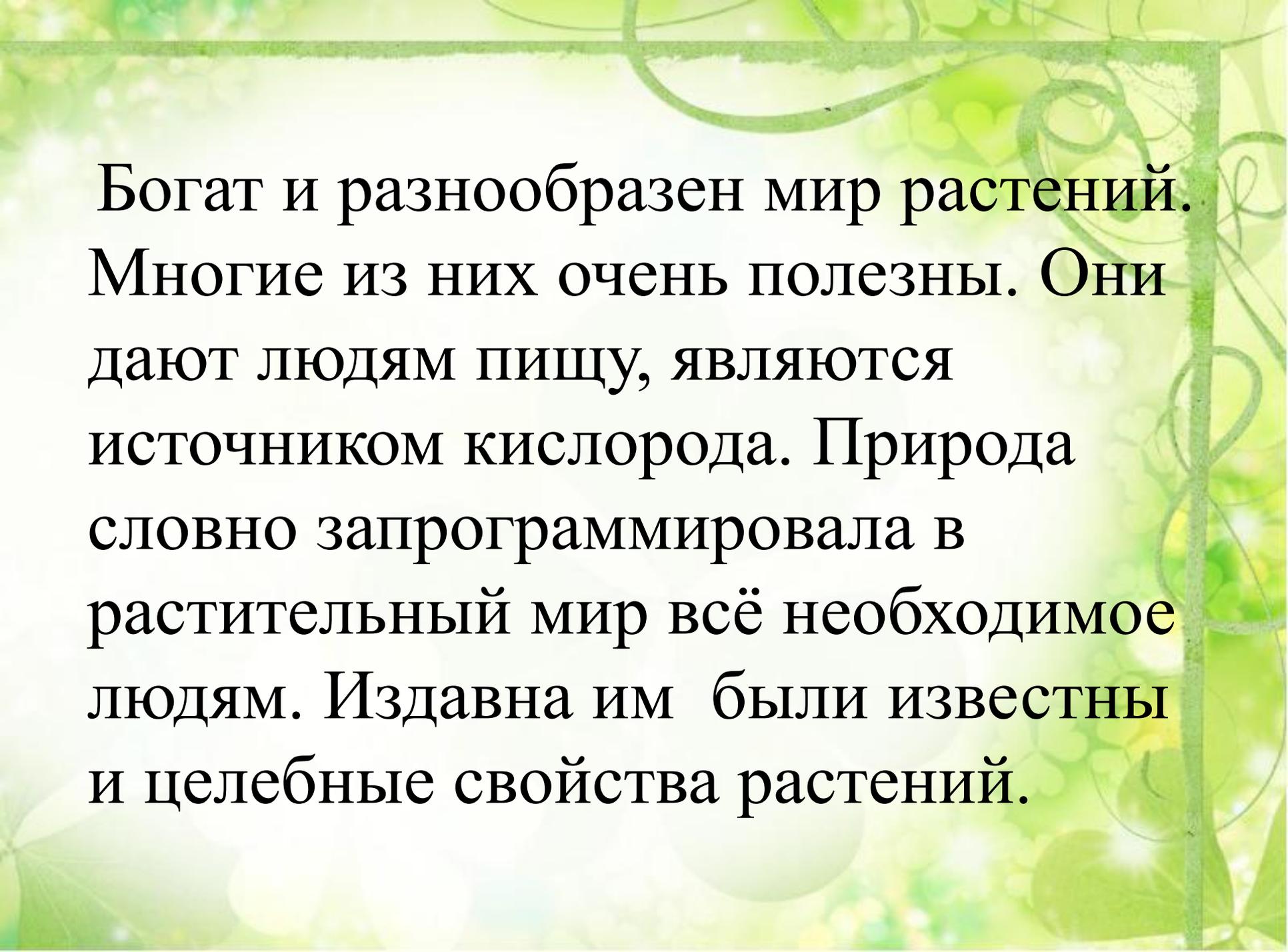


Лекарственные растения -

это обширная группа растений, органы или части которых являются сырьём для получения средств, используемых в народной, медицинской или ветеринарной практике с лечебными или профилактическими целями.

Наиболее широко эти растения представлены в народной медицине.

Рассмотрим некоторые лекарственные растения Тамбовской области.



Богат и разнообразен мир растений. Многие из них очень полезны. Они дают людям пищу, являются источником кислорода. Природа словно запрограммировала в растительный мир всё необходимое людям. Издавна им были известны и целебные свойства растений.

О целебных свойствах многих растений знали еще задолго до появления медицины. С их помощью наши предки лечили всевозможные хвори и недуги, при этом, не забывали копить свои знания и передавать из поколения в поколение рецепты чудодейственных средств, составляя «травники», «цветники», «зельники». Благодаря им появились многие лекарственные препараты, ведь почти половину всех лекарств готовят на травяной основе. И сейчас в любой аптеке можно купить средство практически от всех недугов, многие семьи занимаются сбором и заготовкой лекарственных растений. Сейчас, когда цветение трав в самом разгаре, я расскажу вам о лекарственных растениях, которые произрастают в нашей местности, а так же об их полезных свойствах.

Подорожник



Свежие листья подорожника используются как ранозаживляющее средство при ушибах и порезах, а сухие – как отхаркивающее средство.

В листьях этого растения содержатся витамины С и К, фитонциды, ферменты, дубильные вещества и каротин.

Чистотел большой



Растение чистотел благодаря своему составу обладает большим количеством полезных свойств. Среди них антибактериальные и противовирусные, очистительные. Препараты из этого растения могут оказывать успокаивающее действие и болеутоляющее. Чистотелом лечат бородавки. Но надо помнить, что это растение ядовито и быть с ним аккуратным.

Мать-и-мачеха



В качестве лекарственного сырья собирают листья и цветки мать-и-мачехи. Листья используются как потогонное средство и помогут избавиться от мучительного кашля и диатеза. Отвар применяют для улучшения зрения и повышения иммунитета.

Ромашка аптечная



Ромашка похожа на солнышко. Ромашка как лекарственное средство популярно у многих народов. Отвар из ромашки применяют при простудах и заболеваниях желудка, а также как полоскание полости рта. А если таким отваром помыть светлые волосы, то они приобретут золотистый оттенок.

Крапива



Крапива очень богата полезными веществами. Витамина С в ней больше, чем в яблоке и лимоне. Заготавливают крапиву всю лето, сушат в тени. Отвар крапивы – известное средство для укрепления и красоты волос.

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.

Клевер



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.

Зверобой



Зверобоем лечат массу болезней: простуду и кашель, сердечные и желудочные заболевания, цистит, воспаления ротовой полости, стрессы, болезни нервов, синяки и ушибы, кожные язвы и ожоги.

Это лекарственное растение обладает противомикробным, дезинфицирующим и противовоспалительным действием.

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.

Тысячелистник



Тысячелистник применяется для лечения ран.

Это прекрасное кровоостанавливающее и сосудорасширяющее средство.

А ещё он поможет при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.

При сборе лекарственных растений нужно помнить о том, что:

- Нельзя собирать растения возле автомобильных и железных дорог.
- Нельзя собирать лекарственные растения в сырую, мокрую погоду, лучше это сделать днём, когда сухо и ясно.
- Нельзя пробовать растения на вкус.
- Нельзя рвать много растений.
- Собирать лекарственные растения надо каждый вид отдельно.
- После сбора лекарственных растений надо тщательно вымыть руки.

Вывод

- Значение лекарственных растений для здоровья человека очень велико. Лекарственные растения можно вырастить на даче, собрать в лесу, поле, около реки. Необходимо только хорошо знать эти растения, помнить о противопоказаниях, быть знакомыми с правилами сбора растений. Перед употреблением отваров или настоек из трав необходимо проконсультироваться с врачами.

Источники информации:

- *Википедия. Свободная энциклопедия.*
ru.wikipedia.org
- *Большая энциклопедия лекарственных растений.* М.: Олма-Пресс, 2006
- *Картинки:* <http://images.yandex.ru>

**Спасибо за внимание!
Будьте здоровы!**