

Зеленая аптека

«В зарослях лесных, где всё для сердца мило,
Где чистым воздухом так хорошо дышать,
Есть в травах и цветах целительная сила
Для всех, умеющих их тайну разгадать».

Природа предоставляет человеку огромное разнообразие даров, лекарства от всех на свете болезней.

Их надо только знать и уметь ими пользоваться.

Давным-давно человек замечал, что все звери лечатся травами. Разные растения помогают от разных болезней. Сотни лет люди передавали своим потомкам сведения о растениях, составляли целые тома книг – «Травники», «Цветники», «Зельники». По названиям этих книг можно догадаться, чем можно лечиться – травами, цветами, ягодами и т.д.



Люди сами занимаются сбором трав на лугу, в лесу, в поле.
Может быть, и ваши дедушки, бабушки, мамы, папы собирают
лекарственные травы.
Знания о лекарственных травах пригодятся каждому человеку,
и вам, ребята , в том числе.





Народные травники за тысячи лет сумели накопить множество сведений о полезных свойствах растений. В наших аптеках среди множества современных препаратов травы, настойки на травах, таблетки на травяной основе занимают достойное место.

подорожник



Произрастает на пустырях и сорных местах, вблизи жилья, у дорог, на зеленых лугах, полях, огородах, садах, по лесным опушкам и берегам водоемов.

Это многолетнее травянистое растение высотой 10—40 см с одной или несколькими цветочными «стрелками» и розеткой прикорневых длинночерешковых голых зеленых листьев с резко выраженными продольными жилками.

В народной медицине многих стран свежие листья подорожника употребляются в качестве ранозаживляющего и противовоспалительного средства при ранах, язвах, укусах насекомых, пчел, как болеутоляющее средство. В старину подорожник называли чирьевой травой.

одуванчик



*Уронило солнце лучик золотой,
Вырос одуванчик первый молодой.
У него чудесный золотистый цвет.
Он большого солнца маленький
портрет.*

В лечебных целях используются все части растения: цветы, корни, листья, трава, а также сок одуванчика. Одуванчик обладает многими полезными свойствами.

Этот солнечный цветок применяется при упадке сил, синдроме хронической усталости, переутомлении и нервном перенапряжении. Он улучшает пищеварение и аппетит, снимает жар, боль в животе и даже способствует похудению.

В старину это растение называли одуй-трава.

крапива

Как сорное растение крапива распространена повсюду: на окраинах садов и парков, в лесу среди зарослей кустарников, вблизи селений. В народе говорят: «Где поселяется человек, там появляется крапива». В высоту она может достигать 1,5 м.

На Руси еще в XVIII в. она была широко известна как кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство. Это свойство связано прежде всего с высоким содержанием витамина К. Крапива очищает кровь и улучшает ее состав. Свежие листья прикладывают к бородавкам, к гноящимся ранам или применяют в этом случае порошок из сушеной крапивы.

В старину крапива называлась огонь-трава.





Листья , стебли и даже цветки крапивы усеяны множеством иголочек с муравьиной кислотой. Когда мы дотрагиваемся до растения, иголки ломаются, а кислота жжет наши руки.

ПОЛЫНЬ



Полынь горькая растёт возле жилья, на пустырях, по обочинам дорог и лесным опушкам, реже на полях и огородах.

Растение распространено почти на всей территории европейской части России.

Для заготовок на лекарственное сырье собирают, как лист, так и цветы полыни, собранные в определенные периоды цветения растения. Это растение имеет своеобразный аромат, считается самой сильной горечью.

Это ее свойство используют для воздействия на систему пищеварения (повышает аппетит). Полынь назначают для лечения заболеваний органов пищеварения, при бессоннице, ушибах, ссадинах, укусах насекомых.

В старину полынь называли печаль-трава.



ландыш



*Как горошинки резные
На высокой ножке,
Ландыши цветут лесные
Прямо у дорожки.
Красотою, как магнит,
Манит всех прохожих.
Ландыш очень ядовит,
Будь с ним осторожен!*

В наших дворах часто встречается ландыш. Каждую весну мы любуемся белыми ароматными цветами. Благодаря ценным веществам, которые находятся в ландышах, ими лечат сердечные болезни. Для приготовления лекарственных составов используются главным образом цветочки ландыша, намного реже корневища и листья. Ландыш относится к ядовитым растениям, поэтому пользоваться лекарственными препаратами из ландыша надо с большой осторожностью.

зверобой



Научное название растение — зверобой продырявленный — получило из-за своих листьев, покрытых маленькими дырочками. Название зверобой заслужил благодаря тому, что при поедании скотом на пастбище в большом количестве у животных с белой шерстью наблюдаются покраснение кожи и даже ожоги.

Настои и отвары зверобоя помогают при болезнях желудочно-кишечного тракта, если болят уши или горло, при ожогах и болезнях полости рта.

Для приготовления лекарств используют наземную часть растения, т.е. стебли, листья, цветы.

Старинное название этой травы - ивановская трава.

Чистотел

Растение ядовитое и требует серьёзного отношения к нему.

Это многолетнее растение встречается почти повсеместно. Растет в тенистых местах, в садах, парках, во дворах, в лесах. С лечебной целью используют в основном наземную часть растения. Лечение чистотелом следует начинать со слабых настоев, чтобы организм привык к нему.

Чистотел принимают внутрь при кашле, болях в животе, он успокаивает нервную систему. Соком чистотела прижигают мозоли, бородавки и др. образования на коже. Потому он так и называется.



Чистотел выделяет густой оранжево-желтый сок, более темный, чем цветки, и это самый простой способ отличить его от других растений. Больше всего сока содержится в корнях. Сок обладает специфическим запахом, очень горький на вкус.

В старину чистотел называли ласточкина трава.

