

Походная аптечка. Использование природных лекарственных растений

Раздел: Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях в природе.

Презентацию выполнила:
Мырзина О.Н.





Дай Бог, ребята, чтобы вам не понадобилась аптечка в ваших путешествиях.

Но как говорится, на Бога надейся, а сам не плошай.

Имей при себе минимальную и оптимальную аптечку на всякий случай!



Ребята попробуйте сами составить список лекарств
вашей минимальной аптечки.



Список препаратов, входящих в минимальную аптечку.

Если вы отправляетесь в поход на 1 – 2 дня.

1. Лейкопластырь для предотвращения потертостей и мозолей.
2. Лейкопластырь бактерицидный - заклеить рану.



3. Бинт. Забинтовать рану, наложить повязку на вывихнутый сустав или закрепить шину.

4. Обезболивающие.



5. Йод – им можно обработать рану, место ушиба или растяжения, нанести йодовую сетку и обеззаразить воду.



Список препаратов входящих в расширенную аптечку:

1. Жаропонижающие.
2. Обезболивающие.
3. Сердечно – сосудистые препараты.
4. Препарат от болей в животе и от отравлений.
5. Противоаллергические средства.
6. Мазь для заживления ран.
7. Разогревающие мази.
8. Кровоостанавливающие средства.
9. Дезинфицирующие средства.
10. Лейкопластыри.
11. Бинты.
12. Жгут.



Медикаменты следует надежно упаковать в полиэтиленовые пакеты или положить в коробку (желательно в водонепроницаемую) можно положить в рюкзак или держать в кармане.





ГОДЕН ДО...





Самолечение опасно!

Окажи помощь, если...

Аллергическое состояние

Димедрол или диазолин

Боль или жар

Анальгин, парацетамол

Проблемы с пищеварением

Фестал

Обморок


Аммиак, раствор

Инфицированная рана

Синтомициновая мазь


**Ушиб, растяжение
связок**

**Вазелин, гель, например
троксевазин**

A black arrow points to the right from the left edge of the slide. Several thin, dark blue lines curve upwards from the bottom left corner towards the center of the slide.

Если в природных условиях у вас не оказалось под рукой медикаментов, вам могут помочь природные лекарственные средства.

А какие природные лекарственные средства вы знаете?



**Есть в травах и цветах
целительная сила Для всех,
умеющих их тайну
разгадать...**

Отвар

- В походных условиях измельчённое растительное сырьё из расчёта 2-3 столовые ложки на эмалированную кружку заливают кипятком. Через 10 мин фильтруют и пьют.
- Помните, что травы нельзя варить в алюминиевой или металлической посуде, так как может произойти реакция с металлом.



Настой.



- Траву заливают кипятком, накрывают и укутывают на 4-6 часов. Процеживают и отжимают.
- Горячие настои готовят и в термосе. Дозу травы засыпают в термос, заливают кипятком и оставляют на ночь.

Мазь.

- Основой для приготовления служат вазелин, свиной жир.
- Жир подогревают, а затем кладут в него порошок, настойку или свежий сок растения.



Порошок.



- Хорошо высушенные листья, корни, ягоды измельчают в ступке.
- Порошок используют для присыпки ран, язв и приготовления мазей.

Зверобой обыкновенный



- Из настоя зверобоя делают компрессы, примочки.
- Ими лечат гнойные, трудно заживающие раны и язвы.
- Приготовление настоя: 3 столовые ложки высушенной и измельченной травы зверобоя залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа.

Крапива двудомная

- Содержит большое количество витамин К, который способствует свертыванию крови.
- Настой крапивы используют для остановки кровотечений. Раны быстрее очистятся от гноя, если их посыпать порошком из высушенных листьев крапивы. При острой необходимости можно использовать и свежие листья крапивы, прикладывая их к ране.
- Приготовление настоя: 1 столовую ложку листьев крапивы залить 1 стаканом кипятка и настаивать 10 минут.



Лопух большой



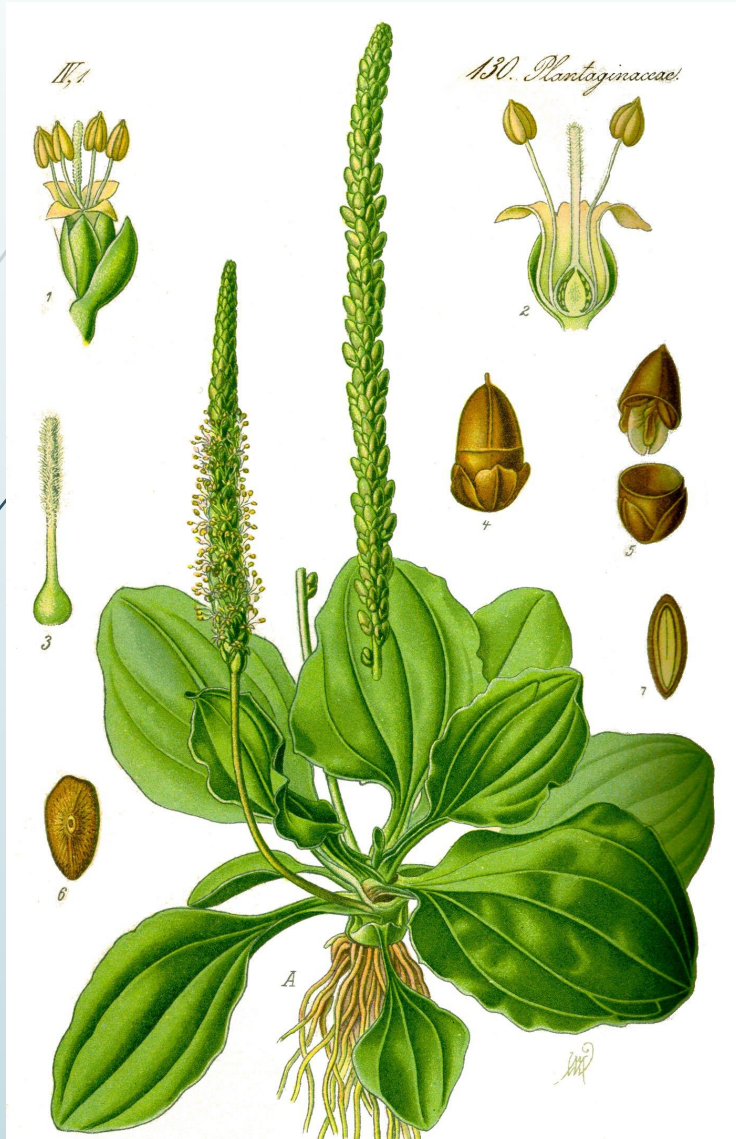
- Лопух помогает остановить кровотечение, излечить рану.
- Соком молодых листьев закапывают порезы, потертости. Отваренные листья лопуха прикладывают к гнойным ранам. Отвар корней обладает жаропонижающим действием – пить 1 стакану теплого отвара.
- Приготовление отвара: 1 столовую ложку сухих измельченных корней лопуха кипятить 15-20 минут в 2-х стаканах воды. Принимать по 1 стакану теплого отвара.

Мать-и-мачеха.

- Листья прикладывают мягкой и светлой стороной к ранам и нарывам для их заживления.
- Настой листьев принимают как отхаркивающее средство при кашле.
- Приготовление настоя: 1 столовую ложку листьев залить 1 стаканом кипятка, настоять 10 минут, остудить, процедить. Принимать по 1 столовой ложке в день.



Подорожник большой



- Листья его содержат вещество, способствующее лечению ран, их заживлению.
- Свежие листья, промытые и измельченные, прикладывают на рану или место укуса насекомого, змеи и перевязывают. Можно выдавливать сок из листьев, пропитывая им повязку для раны. Зубная боль успокоится при полоскании отваром подорожника. Листья подорожника растирают и накладывают на фурункул.
- Приготовление настоя: 10 – 15 грамм листьев подорожника заварить в 1 стакане кипятка, настаивать 10 – 15 минут, процедить, охладить.

Тысячелистник обыкновенный

- Кровоостанавливающее растение.
- Для того чтобы остановить кровотечение, достаточно растереть листья этого растения до появления зеленого сока и приложить к больному месту.



Мох сфагнум



- Высушенный мох очень гигроскопичен. Он способен впитать воды в 20 раз больше, чем весит сам, и превосходит этим вату в 4 раза. Содержащее в нем вещество оказывает ранозаживляющее и антисептическое действие.

Ромашка аптечная

- Хорошо лечит насморк. Одну столовую ложку соцветий настоять в одном стакане кипятка, процедить и этим настоем промывать носовую полость носа.
- Поможет и ромашка аптечная и вылечить гнойные раны: 2 столовые ложки цветов настаивают в 2-х стаканах кипятка 30 минут, затем воду отжимают и полученную кашицу накладывают на гнойное образование.



Определение лекарственных растений.



Кодировочная таблица

	1ф7	2в8	9ч3	4пр	Ит5	6жэ
17ч	А	Б	В	Г	Д	Е
26о	Ж	З	И,Й	К	Л	М
38е	Н	О	П	Р	С	Т
49р	У	Ф	Х	Ц	Щ	Ш
5ва	Ъ,Ь	Ч	Ы	Э	Ю	Я

□ Помоги мне. Я очень себя плохо чувствую...







Спасибо за урок!