

# Валериана лекарственная

*Выполнила:*

Ученица 2 «В» класса  
Афанасьева Варвара

Валериана – многолетнее  
травянистое растение высотой до  
двух метров.



Корневище короткое, густо покрытое со всех сторон многочисленными корнями с характерным сильным запахом. Стебель прямой, стоячий, ребристый, полый, вверху разветвленный. Цветки мелкие, бледно-розовые, душистые, Растение зацветает на втором году жизни.



- Цветет лекарственное растение с июня до августа, плоды созревают в июле - сентябре. Размножается валериана лекарственная семенами и корневищами..Она растет на опушках леса и влажных лесных полянах, на торфяных и травяных болотах.





- В лекарственных целях используется в основном корневище с корнями. Лучшее время сбора корневищ и корней валерианы - осень, когда отцветшие стебли побуреют и засохнут, однако можно собирать их и ранней весной.
- Препараты валерианы применяют в виде отваров, настоев, таблеток и капель.
- Успокаивающее действие валерианы проявляется медленно, но достаточно стабильно. Препараты валерианы уменьшают возбудимость центральной нервной системы. У больных улучшается сон, исчезают повышенная раздражительность, чувство напряженности.

