Нетрадиционные методы в коррекционной педагогике:

Фитотерапия

Халикова Л.Я.,
учитель-логопед
МБОУ «СОШ №10»

Что такое фитотерапия?

Это наука о применении лекарственных растений для лечения болезней и для их профилактики.

Несмотря на крупные достижения органической синтетической химии в области лекарственных средств, интерес к лекарственным растениям и получаемым из них лекарств не понижается. Даже, наоборот, — в последние годы отмечается определенный его подъем. Лечебные растения и получаемые из них лекарства используют во всех странах. Они широко применяются как научной, так и традиционной медициной всех народов.

Повышение интереса к лекарственным растениям и к содержащимся в них биологически активным веществам обусловливается целым рядом факторов.

- Растения являются исторически первым и самым древним источником биологически активных веществ, которые удовлетворяли требованиям лекарства.

- Во-вторых, необходимо подчеркнуть, что даже лучше всего оборудованная и экспериментальная современная химическая лаборатория не в состоянии синтезировать столь разнообразные по своей структуре соединения, как это делает природа. В своих 'зеленых' лабораториях она зачастую производит вещества, не только неизвестные человеку, но и трудные для пересоздания в лаборатории.

- В-третьих, ряд этих растительных веществ нередко служат модельными образцами, которые химик искусственно пересоздает или использует как продукты, которые он целенаправленно модифицирует.

- Не на последнем месте находится также относительно лучшая переносимость лекарств растительного происхождения, более редкие и более слабо выраженные побочные явления при их применении в качестве лечебных средств.

- Наконец, следует учитывать теоретически значительно больший шанс создать лекарства из биологически активных веществ растения, чем из продуктов синтетической химии.

Преимущества фитотерапии и связанный с ней риск

- Значительно более редкие и значительно более легкие по характеру и выраженности наблюдаемые побочные явления и токсические действия.
- Необходимо подчеркнуть, что фитотерапевтические средства несравнимо более дешевые, а тем самым и проводимое ими лечение более дешевое.
- Лечение фитотерапевтическими средствами можно проводить легко, включительно и в домашних условиях. Следовательно, оно характеризуется выраженной доступностью.
- Перечисленные преимущества фитотерапии приобретают свое настоящее значение, когда их оценивают на фоне удовлетворительной результативности этого лечения при правильном его проведении.
- Наблюдаемая иногда большая вариация в содержании биологически активных веществ в лекарственных растениях и в получаемых из них лекарственных препаратах, кроет в себе риски не достичь оптимального эффекта. Эти риски дополнительно увеличиваются, когда в относительно широком диапазоне варьирует и дозировка,
- Во-вторых, в популярной медицинской литературе, изданной в последние годы, приводят неизменяемые данные о 15—20 видах ядовитых растений. Относительное постоянство этого списка создает не совсем правильное представление о том, что не включенные в него растения — безопасны.
- И наконец, увлечение, которое, переоценивает возможности фитотерапии, на практике может привести к пропуску этапа в развитии данного заболевания, когда оно лечимо, и после которого терапевтические шансы очень сильно уменьшаются или полностью исчезают.

Правила фитотерапии:

1. начинать лечение необходимо „простыми", то есть несильно действующими растениями;
2. рекомендуется использовать все растения и соответствующие препараты, которые содержат находящиеся в нем вещества;
3. не нужно пробовать очень сложные рецепты, а такие, в которые входят не более 2—3 основных лекарственных растений, одно добавочное, одно— два корректирующее (предпочитают содержащие эфирное масло) и одно конституирующее лекарство;
4. требуется продолжительное применение фитотерапевтических средств (как минимум в течение 3—4 недель). Это требование обусловливается особенностями используемых средств. Следует отметить, что многие неуспехи фитотерапии, вероятнее всего, можно объяснить несоблюдением этого правила.

Фитотерапевты рекомендуют использовать лекарственные растения при различных речевых нарушениях для

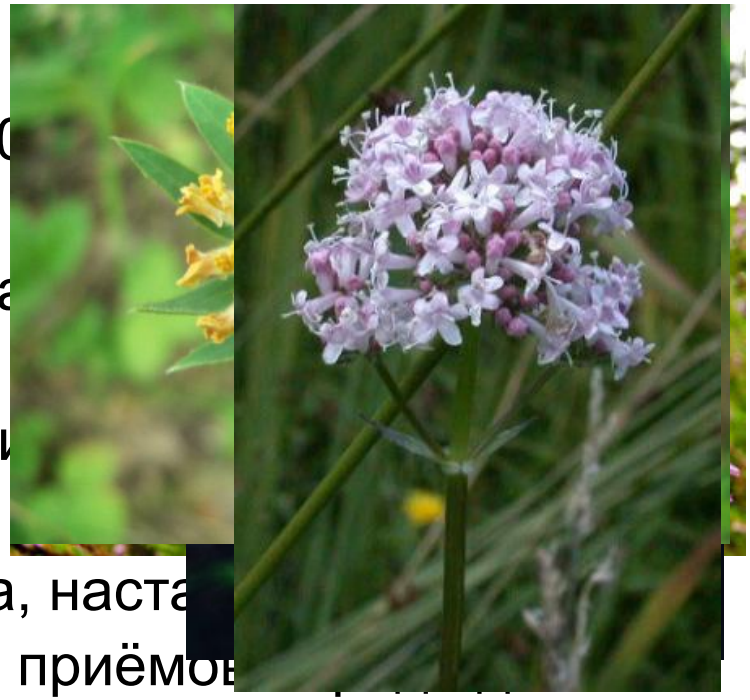
- устранения усталости, вялости, астенического синдрома,
- профилактики нарушений мозгового кровообращения,
- устранения бессонницы, нервозности,
- профилактики и устранения расстройств памяти,
- восстановления мышечного тонуса,
- восстановления умственной и физической работоспособности.

Для повышения работоспособности, улучшения памяти, концентрации внимания:

- отвары зверобоя, ландыша,
- настойки женьшеня,
- сок сырой капусты,
- втирание масла можжевельника в сочетании с точечным массажем по методике К.А. Семеновой.

При неврозоподобном заикании используются сборы лекарственных растений, обладающих противосудорожным и успокаивающим действием:

- **Сбор № 1:**
- вереск обыкновенный, трава - 40
- сушеница топяная, трава - 40г,
- пустырник пятилопастный, трава
- язвенник многолистный, трава -
- валериана лекарственная, корни



1 ст. л. смеси заварить 0,5л кипятка, наста
процедить и выпить за день в 4 - 5 приёмов
и перед сном.

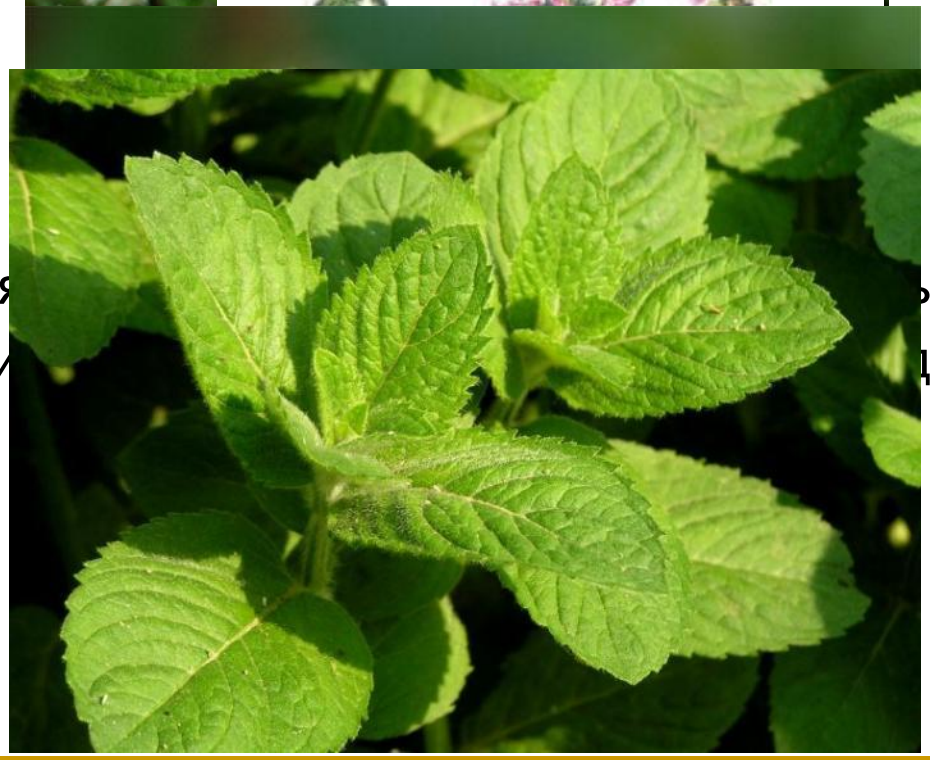
Сбор № 2:

- вереск обыкновенный, трава - 40г,
- шиповник коричневый, плоды - 60г,
- чернобыльник, трава - 60г,
- подмаренник настоящий, трава - 40г,
- пшеница широколистая, трава - 40г.

1 ст. л. смеси заварить
процедить и выпить за д
еды перед сном.

- **Сбор № 3:**

- клевер горный, трава - 20г,
- душица обыкновенная, трава
- буквица лекарственная, трав
- череда трёхраздельная - 20г
- мята перечная, лист - 20г.



1ст. л смеси заварить 0,5л кипя
и выпить за день в 4 - 5 при
сном.

При паретической форме дизартрии рекомендуются

- настои из женьшеня обыкновенного,
- настои из марьина корня,
- настои из гречих посевной,
- настои из мордовника обыкновенного,
- ванны из отвара трав: пшеницы, донника, лапчатки серебристой.

- **Сбор:**

- зверобой продырявленный, трава - 10 г
- душица обыкновенная, трава - 20г,
- зоря лекарственная, трава - 20 г,
- василёк луговой ,розовый, соцвети

1 ст. л. смеси на стака
20 минут, процедить

При спастичной форме дизартрии эффективны

- настои из цветков календулы,
- настои из скорлупы кедрового ореха,

- настои из семян укропа,
- отвары донника,
- ванны из настоя чабреца,
- отвар пихтовых веток.

- **Сбор:**
- брусника, лист- 50 г,
- клевер шуршащий, трава-50 г,
- тысячелистник обыкновенный, трава - 50 г.

1 ст. л. смеси на
минут, процед
после еды (в

Для улучшения остроты зрения:

стакан сухих размоченных ягод черники за 30 минут до завтрака,

стакан свежих ягод в день,

отвар из листьев черники, собранных до ее цветения (4-5 ложек сушеных листьев на 1 литр кипятка),

настой плодов шиповника (стакан шиповника залить 1 литром кипятка и кипятить 10-15 минут, настаивать 3 часа и пить ежедневно по ½ стакана за час до еды),

сок и варенье из китайского лимонника (усиливают чувствительность периферического и центрального зрения),

ягоды рябины (влияют на сетчатку глаза),

ягоды облепихи (восстановление сумеречного зрения – гемералопия).

Берегите природу и свое здоровье!