

Без природы в мире людям
Даже день прожить нельзя.
Так давайте к ней мы будем
Относиться, как друзья.

С грядки мы возьмем
микстуру,
За таблеткой сходим в сад,
Быстро вылечим простуду,
Снова будешь жизни рад.

**Тема урока: Лекарственные
растения
Тракторозаводского района
города Челябинска.**



- Цели урока:
- Познакомиться с некоторыми видами лекарственных растений Тракторозаводского района города Челябинска.
- Изучить применение этих растений в народной и современной медицине.

Лекарственные растения - это растения, образующие вещества, способные восстанавливать силы у людей, укреплять их здоровье, повышать работоспособность и жизненный тонус.

В «зелёной аптеке» есть растения, которые могут влиять на работу сердечно - сосудистой системы (пустырник обыкновенный, валериана лекарственная), отхаркивающие (мать-и-мачеха, подорожник большой).

Кровоостанавливающие (пастушья сумка, подорожник большой).

Витаминоносные (шиповник) и ряд растений другого направления и действия.



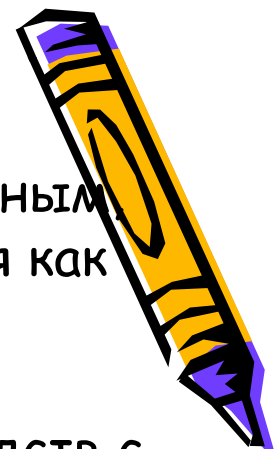
Практически каждое растение можно считать лекарственным, хотя в нашей стране только 20% растений используются как лекарственные.

Более 40% лекарств производится из растений.

Применяемый арсенал лекарственных растительных средств с каждым годом расширяется, а интерес к ним возрастает.

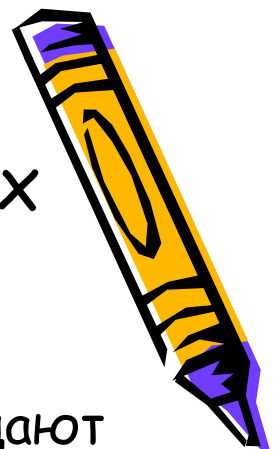
Объясняется это тем, что растительные лекарства редко вызывают аллергические реакции, к ним не адаптируются микроорганизмы, они малотоксичны и легко переносятся больными. Кроме того, лечебная эффективность растений обусловлена сложным сочетанием в них биологически активных веществ.

При сборе лекарственных растений необходимо соблюдать правила их сбора, чтобы не навредить растениям и своему организму.



В домашних условиях из лекарственных растений приготавливают настои:

- Для приготовления настоя 10-15 грамм сырья помещают в эмалированную посуду, заливают необходимым количеством горячей воды и нагревают на кипящей бане 15 минут, охлаждают при комнатной температуре 45 минут, процеживают, оставшееся сырьё отжимают и доливают кипячённой воды до 200 мл. Хранить настои можно в прохладном месте не более 2 суток.



Смородина красная.



- Ягоды помимо сахара, органических кислот, минеральных солей богаты витаминами С и Р.
- Вещества которые находятся в ягодах связывают и выводят из организма холестерин. Поэтому сок смородины показан при атеросклерозе.



Подорожник большой.



- Свежие листья растения и приготовленный из них сок обладают противовоспалительным и ранозаживляющим эффектом.
- Под их влиянием уменьшается воспалительный процесс. Настои, отвары и экстракты из листьев действуют кровоостанавливающе, отхаркивающе, применяются при заболеваниях желудка .

Лапчатка прямостоячая



- С лечебной целью применяется отвар корневищ растения внутрь, как эффективное противовоспалительное средство при воспалительных заболеваниях желудка и кишечника, при желудочных и кишечных кровотечениях; для полосканий при ангине, стоматите, гингивите и др., для смазывания десен при кровотечениях.

Пустырник сердечный.



- Пустырник назначают как успокаивающее средство, заменяющее валериану при повышенной нервной возбудимости, стрессах.





Пижма обыкновенная.



- Цветки пижмы применяются в качестве противоглистного средства при аскаридозе и острицах (настой готовят – 1 столовая ложка цветков на стакан кипящей воды. Назначают по 1 столовой ложке 3 раза в день).



Тмин обыкновенный.



- Тмин возбуждает аппетит и улучшает пищеварение, снимает болевые ощущения в области желудка и кишечника и других органов. Им присуще также легкое слабительное и мочегонное действие; они способствуют отделению слизи и мокроты в дыхательных путях.

Мать-и-мачеха.



- Обладает противовоспалительным и отхаркивающим действием при заболевании дыхательных путей (бронхиты, ларингиты, трахеиты). Наружно применяется в виде влажных повязок, компрессов, примочек и др.
Для лечения мягких язвенных поражений кожи, для полоскания рта



Горец птичий (спорыш).



- Применяют настои спорыша при хронических заболеваниях мочевыводящих путей.
- Их назначают при мочекаменной болезни, так как они способствуют отхождению песка и камней, действуют противовоспалительно. А также их назначают заболеваниях печени.

Чистотел большой.



- Растение ядовито!
Трава растения задерживает рост злокачественных опухолей, обладает антимикробной активностью, а после приёма её внутрь - угнетает сердечную деятельность, понижает артериальное давление, обладает мочегонным эффектом. Настои травы рекомендуют при и некоторых заболеваниях кожи.

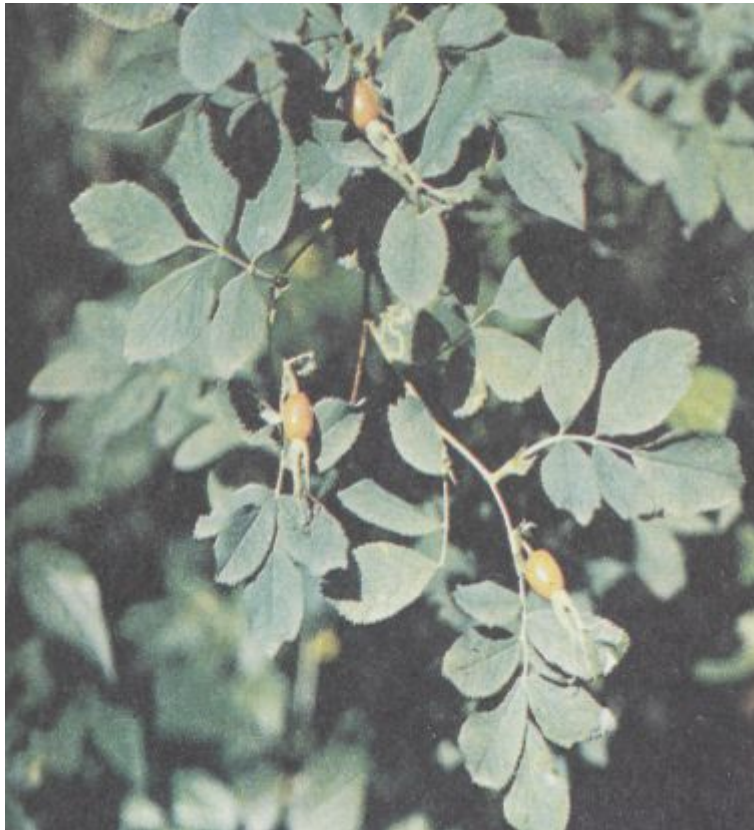


Облепиха.



- Плоды облепихи – ценное поливитаминное сырьё. Основным биологически активным веществом плодов облепихи является масло. Его применяют при ожогах, обморожениях, экземах, плохо заживающих ранах.
- Внутрь принимают при болезни желудка, поражении пищевода.

Шиповник коричневый.



- Это поливитаминное растение. Так содержание витамина С превосходит чёрную смородину в 10 раз, яблоки в 100 раз! Шиповник показан как общеукрепляющее средство. Кроме витаминной активности он обладает противовоспалительными свойствами. Его назначают при инфекциях, атеросклерозе, заболеваниях кишечника, пневмонии, бронхитах и др.

Девясил высокий.



- Отвар корней девясила применяют как отхаркивающее средство при бронхите и других заболеваниях дыхательных путей, сопровождающихся выделением большого количества густой вязкой слизи. А также вещества корней растения обладают противомикробным, противовоспалительным и мочегонным свойством.

Ромашка аптечная.



- Это старинное лекарственное средство, применяемое при многих заболеваниях. Настой цветов ромашки применяют при заболеваниях пищеварительной системы, печени, заболеваниях кожи. Препараты ромашки эффективны при повышенной возбудимости, как потогонное средство.

Черёмуха обыкновенная.



- Ягоды обладают противовоспалительным действием. Препараты из черёмухи применяют в качестве вяжущего средства при расстройствах кишечного тракта – при диарее и колитах.





Одуванчик лекарственный.



- Горькие вещества растения возбуждают аппетит, способствует улучшению пищеварения. Используется как лёгкое слабительное при запорах.

Внимание!

- Ознакомившись ближе с лекарственными растениями, узнав о их целебной силе много, тем не менее необходимо знать, что использовать их целебную силу надо грамотно и очень осторожно. Травы как и лекарства нельзя глотать без меры и разбора, а только по рекомендации врача.

- Очень вкусные плоды
И полезные они.
Много жира, витаминов.
Как питательны они.
Ядра ели в шоколадке,
Скорлупа - краситель яркий.
Угадай- ка поскорее:
Что за плод мы рвем с ветвей.

- Овощ этот очень крут!
Убивает всех вокруг.
Помогут фитонциды
От оспы и чумы.
И вылечить простуду
Им тоже сможем мы.

- Эти резные листочки
Лечат сердечко и почки.
Улучшают аппетит,
Боль прогонят, где болит.
Быстро смывают веснушки,
А зовут его.....

- Форма семян - будто органы
тела.
Это - источник белка для
спортсмена.
Это - лекарство для органов
тела.
Лечат и печень и почки
Гладкими будут и щечки.
От диабета спасенье,
И для толстущек лечение.

