

A photograph of a yellow-flowered plant, likely St. John's wort, in a field under a blue sky. The plant is in the foreground on the left, with several bright yellow flowers and green leaves. The background shows a rolling green field and a clear blue sky with a few wispy clouds.

HYPERICUM

**ЗВЕРОБОЙ**

# Виды зверобоя

Обыкновенный  
или  
продырявленный

четырёхгранный

сучковатый

звериба

стелющийся

древесный







## описание

Зверобой- травянистый многолетник высотой до 1,5 м (обычно 40 – 70 см) с округлым прямым стеблем, на котором порой отчетливо выделяются две продольные линии. Листья овальные, слегка продолговатые, обильно усеяны желёзками с черными точками. Желёзки, как правило, просвечивающиеся. Зверобой имеет цветки золотисто-желтые. Цветет зверобой с июня по август. Встречается на опушках светлых лесов или среди кустарников, на открытых сухих склонах, в степи. В лечебных целях используют зверобой (верхнюю часть



# А как раньше...

В средние века зверобой входил в состав знаменитых рыцарских эликсиров. Зверобой по праву считается главной лечебной травой. На Руси зверобой считали травой от 99 болезней.

Русское название “зверобой” произошло от казахского слова “джербай”, что в переводе означает “целитель ран”

По приказу царя Михаила в Сибири зверобой собирали, сушили, терли в муку и присылали в Москву "по пуду на всякий год".

Взрослые парни и девушки гадали на стеблях зверобоя. Скрутят его в руках и смотрят, какой сок появится: если красный — значит любит, если бесцветный — не любит.

Старики считали, что зверобой отгоняет злых духов, болезни и предохраняет человека от нападения диких зверей.

Немцы называли его «чертогоном», потому что верили, будто зверобой изгоняет чертей и домовых.

В старину зверобой считался волшебным растением. В сельской местности, набивая детям матрацы, к соломе обязательно добавляли богородскую траву (чабрец), чтобы ребенку снились сладкие сны, и зверобой, чтобы запах этого растения ограждал ребенка от испуга во сне.

В народе говорили: «Как нельзя без муки испечь хлеб, так без зверобоя нельзя лечить многие болезни».

# назначение

отваром зверобоя моют детей при диатезах, нарывах

Чтобы вывести перхоть и предотвратить выпадение ВОЛОС

хорошо смягчает и дезинфицирует кожу.

при головных болях и головокружениях,

при заболеваниях желудка и кишечника

при заболеваниях почек и мочевого пузыря,

при сердечно - сосудистых заболеваниях и ревматизме

При кашле, бронхите, туберкулезе

При язве желудка и 12-перстной кишки

антидепрессивное воздействие концентрата зверобоя на нервную систему

Опухоли печени

Злокачественные язвы кожи





# Показания и противопоказания

Зверобой возбуждает аппетит, улучшает работу кишечника, повышает отделение мочи, останавливает кровотечения, изгоняет паразитов из желудочно-кишечного тракта, устраняет зловоние, оказывает общеукрепляющее действие на организм, применяется как обезболивающее и успокаивающее средство при нервных судорогах, беспокойном сне.

Применять препараты из зверобоя внутрь можно только по назначению врача, строго соблюдая правила приема и сроки лечения. В некоторых случаях отмечается чувствительность организма к солнечным лучам, появляются дерматозы, возбуждается нервная система. После принятия больших доз лекарства из зверобоя не рекомендуется находиться на солнце, это грозит ударом, а иногда и смертельным исходом. Считается, что зверобой неблагоприятно действует на глазной нерв. Нельзя применять препараты из зверобоя при повышенном артериальном давлении

- ▣ Зверобой издавна применяется и в кулинарии как пряная приправа при приготовлении овощных, рыбных и мясных блюд, чая, напитков на меду, при консервировании. Зверобой традиционно входит в рецепт многих бальзамов, ликеров и горьких спиртовых настоек. Раньше цветки зверобоя использовались для получения краски желтого или красноватых оттенков для окрашивания тканей.





## ВЫВО

На нашей Земле произрастает огромное количество растений. Разновидности, классы, подклассы, виды, подвиды и так далее. Интересно наблюдать как природа оживает с приходом весны и как много разнообразных трав у нее в запасе. Самое интересное, что травы не простые, а огромное количество лечебных полезных травок.

**Зверобой (лат. Hypericum)- род растений семейства Зверобойные.**

Я написал о таком растении как зверобой. Оно меня очень заинтересовало. Это удивительная и очень полезная трава. Она растет и в моем дворе, и на даче и во многих странах, где я был, видел зверобой. А еще меня насторожило и заинтересовало его название, так как я очень люблю животных.

Это самое главное лекарственное растение из всех нам известных. Его, например, по лечебной силе сравнивают с земляникой, только та в сушеном виде теряет свои действующие свойства, да и сезон не долг, а зверобой и в сушеном виде очень эффективен. Люди называют зверобой « травой от 99 болезней». Считается, что зверобой лучше смешивать с другими травками при лечении.

Благодаря этой работе я узнал, что зверобой не токсичен и не убивает животного. А вот, например, медоносным пчелам зверобой дает много пыльцы, особенно по утрам.

Особенно интересно, что зверобой в народных представлениях считается произошел от крови или пера птицы ( молния), которая принесла небесный огонь на землю. При этом птица была ранена врагом. Еще этому растению приписывалось свойство изгонять нечистую силу. Продырявленный зверобой считали волшебным растением- оно защищало от ведьм и привидений, а фиолетовый сок, получаемый при прессовании цветочных почек, считался чарующим приворотным средством.



# рецепты

- **Отвар** травы зверобоя. 10 г (1,5 ст. ложки) сырья помещают в эмалированную посуду, заливают 200 мл горячей кипяченой воды, закрывают крышкой и нагревают в кипящей воде (на водяной бане) 30 мин, охлаждают в течение 10 мин при комнатной температуре, процеживают, оставшееся сырье отжимают. Объем полученного отвара доводят кипяченой водой до 200 мл. Приготовленный отвар хранят в прохладном месте не более 2 суток. Принимают по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

- **Настойка** зверобоя. Готовят в соотношении 1:5 на 40% спирте. (1 часть если трава сухая, а если свежая, то 2 части) Настаивают в темном месте при комнатной температуре 7 дней. Применяют как вяжущее и противовоспалительное средство для полоскания десен и полости рта (30-40 капель на 1/2 стакана воды). Внутрь назначают по 40-50 капель 3-4 раза в день до еды. Срок годности настойки 4 года. Применяют настойку и в виде компрессов. Делают их на ночь при суставных и мышечных болях.

- **Сок** зверобоя. Готовят в июне-июле из свежей травы цветущего растения (без стеблей). Принимают по 1 ст. ложке сока 3 раза в день за 30 мин до еды. Измельченные свежие листья излечат раны, язвы и ушибы. **Напиток из зверобоя.** Измельченную траву (50 – 70 г) с листочками и цветками настаивать в кипятке (1 л) в течение 1 ч в теплом месте или термосе. Процедить, добавить сахар или мед.

- **Чай** из зверобоя. Измельченную свежую или сушеную траву (10 г) заварить, как чай (250 мл воды). Добавить сахар, мед (по вкусу).

- **Порошок** из зверобоя. Сушеную траву измельчить в кофемолке. Использовать при приготовлении и консервировании рыбных блюд.

- **Настойка** со зверобоем. Добавить в водку (1 л) траву зверобоя (10 г) и настоять 7 дней, добавить сахар (20 г).





## **ЗДРАВСТВУЙТЕ ЛЮДИ!!**

***Я ----- Зверобой. Обращаюсь к вам с  
просьбой! Я живу на Земле рядом с  
вами уже много столетий. Я видел  
ваших прадедов. Я всегда помогал  
людям и был вашим добрым  
соседом. Я не прихотлив и  
встретиться мы можем везде- во  
дворе, на даче, в любом городе и  
поселке. Я , так же как и вы, люблю  
Россию и произрастаю в каждом ее  
уголочке. Я всегда помогаю  
взрослым и деткам. Когда  
собираете мои цветы и листья не  
вырывайте корень. Я могу еще раз  
дать стебель и цветы. Не топчите  
и не рвите меня без надобности!!  
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!***

