

Муниципальное автономное учреждение культуры  
«Бураевская районная межпоселенческая централизованная  
библиотечная система» МР Бураевский район Республики  
Башкортостан

Центр чтения по работе с читателями с ограниченными физическими  
возможностями

# «Матушка-природа для лечения народа» презентация-совет



Даже в самых древних памятниках письменности, созданных шумерийцами за шесть тысяч лет до н. э., есть указания на использование человеком целебных свойств растений. Тайной лечебных трав владели в Древнем Египте, Индии, Китае, Греции и Риме, применяли растения для лечения и на Руси.

Из известных сейчас на Земле 500 тысяч видов растений более 12 тысяч составляют лекарственные, целебные свойства которых используются в современной научной медицине.



Почти все лекарственные растения содержат в себе разные полезные вещества и витамины. Их экстрагируют из растений и используют для приготовления различных лекарственных препаратов, биологически активных добавок, гормональных средств и т.д.



**Разные части растений собирают в разное время, так как активные вещества образуются и накапливаются в растениях в определённые периоды их развития. Надземные части растений накапливают максимальное количество действующих веществ в период цветения – в это время их и следует собирать.**

## **При сборе лекарственных растений нужно помнить о том, что:**

- ✓ **Нельзя собирать растения возле автомобильных и железных дорог.**
- ✓ **Нельзя собирать лекарственные растения в сырую, мокрую погоду, лучше это сделать днём, когда сухо и ясно.**
- ✓ **Нельзя пробовать растения на вкус.**
- ✓ **Нельзя рвать много растений.**
- ✓ **Собирать лекарственные растения надо каждый вид отдельно.**
- ✓ **После сбора лекарственных растений надо тщательно вымыть руки.**



# Подорожник

Свежие листья подорожника используются как ранозаживляющее средство при ушибах и порезах, а сухие – как отхаркивающее средство. В листьях этого растения содержатся витамины С и К, фитонциды, ферменты, дубильные вещества и каротин.



# Мать-и-мачеха



В качестве лекарственного сырья собирают листья и цветки мать-и-мачехи. Листья используются как потогонное средство и помогут избавиться от мучительного кашля и диатеза. Отвар применяют для улучшения зрения и повышения иммунитета.

# Крапива



Крапива очень богата полезными веществами. Витамина С в ней больше, чем в яблоке и лимоне. Заготавливают крапиву всё лето, сушат в тени. Отвар крапивы – известное средство для укрепления и красоты волос.

# Клевер

**Клевер содержит целый ряд ценных полезных веществ. Он считается источником магния, меди, кальция, хрома, железа, фосфора. Его отвары и настои обладают способностью очищать кровь, нормализуют работу кишечника. К тому же клевер обладает ещё и мочегонным свойством.**



# Зверобой



Зверобоем лечат массу болезней: простуду и кашель, сердечные и желудочные заболевания, цистит, воспаления ротовой полости, стрессы, болезни нервов, синяки и ушибы, кожные язвы и ожоги. Это лекарственное растение обладает противомикробным, дезинфицирующим и противовоспалительным действием.

# Календула



Полезность календулы настолько велика, что ее успешно применяют при лечении злокачественных опухолей. Календула известна своими отхаркивающими, мочегонными, потогонными действиями. Лекарства из календулы применяют для полоскания горла при стоматите и ангине. Календула — прекрасное средство при кашле. Она хорошо помогает при одышке и отеках, при головных болях, а также восстанавливает память.

# Пижма

**Пижма обыкновенная или дикая рябинка – лекарственное желчегонное и желудочное растение. В народной медицине применяется как противоглистное средство.**



# Тысячелистник



**Тысячелистник применяется для лечения ран. Это прекрасное кровоостанавливающее и сосудорасширяющее средство. А ещё он поможет при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.**

# Пустырник



Пустырник совсем не случайно носит именно такое название, ведь, обычно, он произрастает на пустырях и имеет совершенно неприметный вид. В составе пустырника присутствует много ценных для медицины веществ. Это растение богато минеральными солями, витаминами А, С, дубильными веществами и эфирными маслами. Пустырник – это лучшее растение для успокоения и укрепления сердца. Ещё он положительно влияет на нервную систему. Отвар и настойка пустырника помогают снимать спазмы и боли.

# Брусника обыкновенная

**Листья брусники**  
**применяют как мочегонное**  
**средство, главным образом**  
**при мочекаменной болезни,**  
**при ревматизме и подагре.**  
**Ягоды используют при**  
**авитаминозе; сушеные**  
**ягоды входят в**  
**витаминные чаи.**



# Мята



**Мята широко применяется в народной медицине. Усиливает аппетит, улучшает пищеварение, прекращает спазмы желудка и колики, обладает успокаивающим, противовоспалительным и обезболивающим действием. Настой травы применяют при кашле, удушье, головной боли.**

# Ромашка аптечная



**Ромашка аптечная отличается от ромашки непахучей сильным ароматическим запахом. Ромашка как лекарственное средство популярно у многих народов. Водный настой - как болеутоляющее, успокаивающее, болях в желудке. Настой - для полоскания горла и промывания гнойных ран, язв и нарывов. При мытье светлых волос настой ромашки придает им красивый золотистый цвет.**

# Иван-чай



**В народной медицине настой листьев применяют от головных болей, порошком присыпают раны, отвар травы используют от золотухи, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, как противовоспалительное. Отвар и настойку травы применяют при нарушении обмена веществ, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалениях уха, горла и носа, при авитаминозе**

# Кровохлебка лекарственная

В медицине применяется как вяжущее средство при желудочно-кишечных заболеваниях - энтероколитах, интоксикационных и гастрогенных поносах; как кровоостанавливающее при внутренних кровотечениях; для полоскания полости рта и горла при воспалительных заболеваниях, для смазывания десен.



# Чистотел



Все части растения содержат значительные количества алкалоидов, эфирное масло, витамины А и С, флавоноиды. В медицине чистотел применяют при лечении кожного туберкулеза, красной волчанки, для прижигания бородавок и кондилом, при папилломатозе гортани. Внутрь его назначают только по рекомендации врача с большой осторожностью, так как при передозировке препаратов можно вызвать остановку сердца.

# Толокнянка обыкновенная



Настой, отвар и экстракт толокнянки применяют в качестве мочегонного и дезинфицирующего мочевыводящие пути средства при циститах, уретритах, хронических нефритах. Часто – при почечнокаменной болезни, камнях в мочевом пузыре и как вяжущее при расстройствах ЖКТ.

# Чага



**В медицине применяют как симптоматическое средство при лечении злокачественных опухолей. Препараты чаги назначают также при хронических гастритах, дискинезии желудочно-кишечного тракта, при псориазе. В народе чагу используют при заболеваниях желудка и кишечника как тонизирующее и укрепляющее средство. Часто охотники используют чагу вместо чая.**

# Листья берёзы



**Нет дерева прекрасней берёзки. Берёза - значит светлый, белый. Как выяснилось она не только красавица, но и лекарь прекрасный.**

**Листья берёзы помогают снять отёки сердечно - сосудистого и почечного происхождения.**

# Липа



**Это красивое лиственное дерево с тёмной корой и раскидистой кроной. Цветки этого дерева – старинное народное средство, применяемое при простуде. Применяемая часть: цветки с прицветниками, почки, листья, кора, семена.**

# Жимолость



Применяют ягоды для лечения гипертонической болезни в свежем виде или в виде варенья с чаем, реже - настоя из сухих ягод; их рекомендуют при расстройстве желудочно-кишечного тракта, авитаминозе С, малокровии, в качестве мочегонного средства при водянке и других отеках, главным образом сердечно - сосудистого происхождения. Иногда сок из свежих ягод и сами ягоды применяют в качестве наружного средства при экземах и других кожных заболеваниях, а также при воспалительных заболеваниях полости рта.

**ВАЖНО!**

**ПРИМЕНЯТЬ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ  
РАСТЕНИЯ МОЖНО ТОЛЬКО  
ПОСЛЕ КОНСУЛЬТАЦИИ С ВРАЧОМ!**



A collection of ten dried herb bundles, including thyme, basil, lavender, rosemary, and others, are tied with twine and clipped to a white string against a dark green, vertically-planked wooden background. The bundles are arranged in a row, hanging from the string. The text "СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!" is overlaid in the center in a bold, yellow, sans-serif font.

**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!**