



Содержание



Мята – пахучее лекарственное травянистое растение с простыми стеблями и ярко-зелёными листьями, напоминающими листья крапивы (см. фото). Мята с детства знакома каждому. В народе эта трава известна под названиями «перекоп» и «драголюб».



Мята принадлежит к семейству Яснотковые и состоит из 42 видов и гибридов.

ВИДЫ МЯТЫ:

Мята перечная бывает черная и белая. Отличают их по внешним признакам: стебли и листья мяты черной отливают красно-фиолетовым цветом. Белая мята такого перелива не имеет, ее листья и стебель зеленого цвета. Запах мяты белой нежный и не такой резкий, как у черной. Да и сроки цветения у них разные. Черная мята зацветает гораздо позднее.



Место произрастания

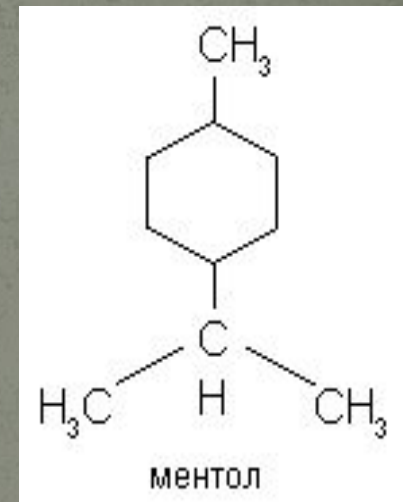
Мята перечная в диком виде не известна. Культивируется как лекарственное и эфиромасляничное растение.

Часто ее разводят на приусадебных участках и огородах. Влаголюбива, требовательна к свету, любит плодородные почвы. В местах возделывания иногда дичает.



Химический состав мяты перечной

В листьях мяты содержится не менее 2 % эфирного масла, состоящего из ментола и его эфиров, главным образом эфиров изовалериановой и уксусной кислот. Основу эфирного масла мяты перечной составляют ментол, апинен, лимонен, цинеол, дипентен, пулегон, β -фелландрен и другие терпеноиды. Кроме того, в листьях содержатся органические кислоты, дубильные вещества, флавоноиды, каротин, бетаин, гесперидин, микроэлементы (медь, марганец, стронций и др.) и другие химические соединения.



Лечебные свойства мяты

Мята считается женским растением: она понижает уровень мужских гормонов и, соответственно, уменьшает рост волос в нежелательных местах. Мятный настой рекомендуется применять для нормализации менструального цикла, снятия болей и улучшения общего состояния при климаксе.



Применение мяты в кулинарии

- В кулинарии мята нашла применение в виде душистого чая. Этот напиток считается хорошим природным успокоительным.
- Листочки мяты широко используют для украшения тортов и других десертов. В приготовлении кондитерских изделий, как правило, используют мятную эссенцию или мятное масло.
- Сушеная мята используется в кулинарии в качестве пряной приправы.
- Мята отлично подходит для ароматизации растительного масла или уксуса.



Применение мяты в медицине

В официальной медицине растение используется очень часто. Вытяжка из мяты, а также эфирное масло входят во многие аптечные препараты. На основе мяты делают ингаляторы для лечения горла, леденцы от кашля. Мята входит в состав известного бальзама «Звездочка», благодаря ментолу средство облегчает дыхание, снимает симптомы простуды, помогает при мигрени.

Мятное масло часто добавляют в средства для лечения желудочно-кишечного тракта.



Заключение

Мята перечная - одна из важнейших эфиромаслиничных и лекарственных культур, с содержанием ментола до 55 %.

Мята перечная преимущественно используется для получения технического эфирного масла, при специальной обработке которого получают чистый ментол, являющимся составной частью важных лекарственных препаратов (валидол, капли Зеленина, корвалол, валокордин, мазь бороментол, аэрозоль камфомен и др.).

Из листьев мяты, содержащих кроме эфирного масла каротин, рутин, различные органические кислоты и другие ценные вещества, приготавливают ароматный чай сосудорасширяющего и тонизирующего действия. В народной медицине мяту используют при хронических заболеваниях верхних дыхательных путей. Ее назначают при заболеваниях печени и желчных путей. Мятное масло входит в состав зубных порошков и паст.

На основании изученной литературы, можно сделать вывод, что мяты перечная является ценным лекарственным растением, используемое как спазмолитическое, желчегонное, антисептическое и успокоительное средство, а также для предотвращения тошноты и рвоты.

Список литературы

<http://medicalhandbook.ru/lekarstvennyye-rasteniya/2899-myata-perechnaya-mentha-piperita-1.html>

<https://yandex.ru/images/search?text=химический%20состав%20мяты>

<http://medicalhandbook.ru/lekarstvennyye-rasteniya/2899-myata-perechnaya-mentha-piperita-1.html>

http://www.eda-land.ru/travy/myata/perechnaya/#h2_16828

<http://xcook.info/product/myata.html>

<https://bibliofond.ru/view.aspx?id=820176>

Спасибо за внимание