



Лечимся без лекарств !



Автор работы:

Алексеева Светална Фёдоровна –
учитель начальных классов

г. Новочебоксарска

Ключевые слова

- *Лекарство – природное или синтетическое лечебное средство.*
- *Растение – организм, обычно развивающийся в неподвижном состоянии, получающий питание из воздуха и почвы.*
- *Целебный – полезный, способствующий излечению, сохранению здоровья.*

Это надо знать:

- Дикорастущие лекарственные растения – это общее всенародное богатство, а потому его необходимо ценить и холить, а не эксплуатировать без всякого плана.
- Старайтесь собирать те растения, которые произрастают в изобилии, оставляя самые сильные.
- Никогда не собирайте те растения, которые в нашей местности растут в малых количествах.



Собирай их так, чтобы не навредить другим растениям, а также животным. В траве, на кустах и деревьях обитает великое множество животных. Там их жилища, их потомство. Из-за того, что тебе понадобилось собирать лекарственные растения, они не должны пострадать.

Порядок изучения растений

- Как называется растение?
- Дерево это, кустарник или травянистое растение?
- Какие листья у растения, какие цветы, плоды?
- Как это растение использует человек?



Правила использования лекарственных растений

- Необходимо заготавливать и использовать только те растения, которые вам хорошо известны.
- Наряду с полезными свойствами растений следует знать и отрицательные качества некоторых из них.
- Нельзя покупать у случайных людей лекарственные растения в измельчённом состоянии, особенно корни.
- Нельзя покупать лекарственные растения, потерявшие товарный вид.
- Запрещается заготавливать растительное лекарственное сырьё в черте крупных городов, вблизи железных и шоссейных дорог, промышленных и сельскохозяйственных предприятий, тепловых электростанций, свалок. Вредные вещества проникают в растения, делая их не целебными, а опасными. Поэтому лучше самому собирать лекарственные растения в лесу и на лугу, чем покупать их.



■ Лекарственные
растения
МОЖНО
собирать
там, где
чисто и красиво.

Красная Книга

На земле исчезают
цветы,
С каждым годом
заметнее это.
Меньше радости и
красоты

Оставляет нам
каждое лето



Купальница



Ландыш



Кувшинка

Ядовитые растения

- Болиголов



- Чистотел



- Мак снотворный



- Наперстянка



Части лекарственных растений.



Лечебные цветы



- Медуница издавна использовалась как действенное средство от простудных заболеваний



- Тысячелистник - кровоостанавливающее и ранозаживляющее средство.



Пижму применяют при головной боли и кашле.



- Ромашка лекарственная пьют при простуде, заболеваниях желудка, полощут горло при воспалении



- Ромашка пахучая





■ Василек применяется при заболеваниях печени, при повышенной утомляемости глаз.

■ Зверобой- «средство от 99 болезней»:

- желудка
- кишечника
- почек
- печени
- воспаления и других



Целебные ягоды.



- Ягоды черники применяют при снижении зрения.



Ягоды малины снимают жар.

Лекарственные листья



- Подорожник ланцетный



Подорожник –
эффективное
средство
для лечения
ГНОЙНИЧКОВЫХ
заболеваний
КОЖИ.



- Подорожник большой.



- Мать –и-мачеха применяется при ангине и кашле



- Крапива жгучая
Крапива является кровоостанавливающим и одним из лучших кровоочищающих средств.



- Крапива двудомная

Целебные ягоды и листья



- Смородина обладает витаминным и общеукрепляющим действием, помогает оздоровлению организма





- Брусника
- Противовоспалительное и антибактериальное средство
- В ягодах очень много витаминов.
- Брусничный сок и ягоды повышают аппетит.
- Отвар листьев пьют при поносах.



Корни



- Лопух большой
- отвар пьют при ревматизме (лечат больные суставы)
- МОЮТ ГОЛОВУ для улучшения роста волос



- Цикорий повысит аппетит и подлечит печень

Сборы трав в аптеке

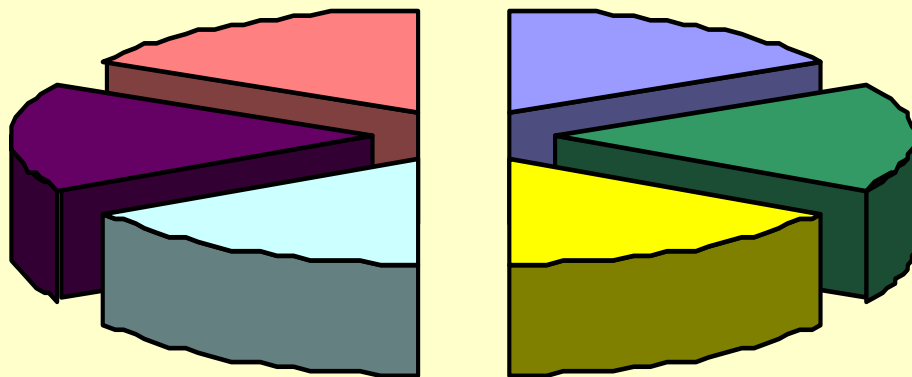


Лекарственные растения обладают различными лечебными свойствами. Одни помогают от кашля, другие - от болезни сердца, печени, третьи снимают раздражительность.

В аптеках продаются как лекарственные растения отдельно, так и сборы нескольких специально подобранных растений.

Противопростудный сбор №3

Пьют при насморке, головной боли, жаре, кашле, воспалении горла.



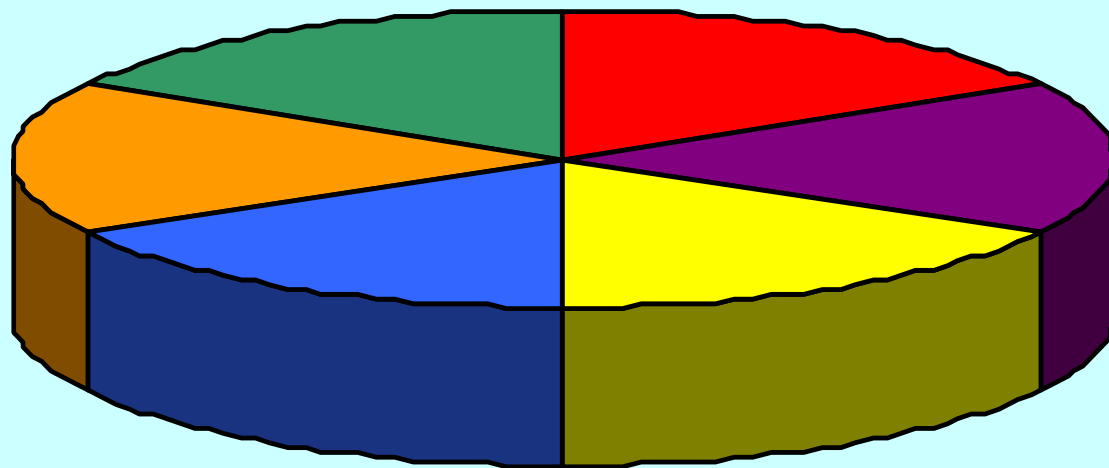
- Цветки ромашки
- Плоды шиповника
- Цветки календулы

- Листья мать- и- мачехи
- Корень лопуха
- Ягоды малины

Желчегонный сбор №3

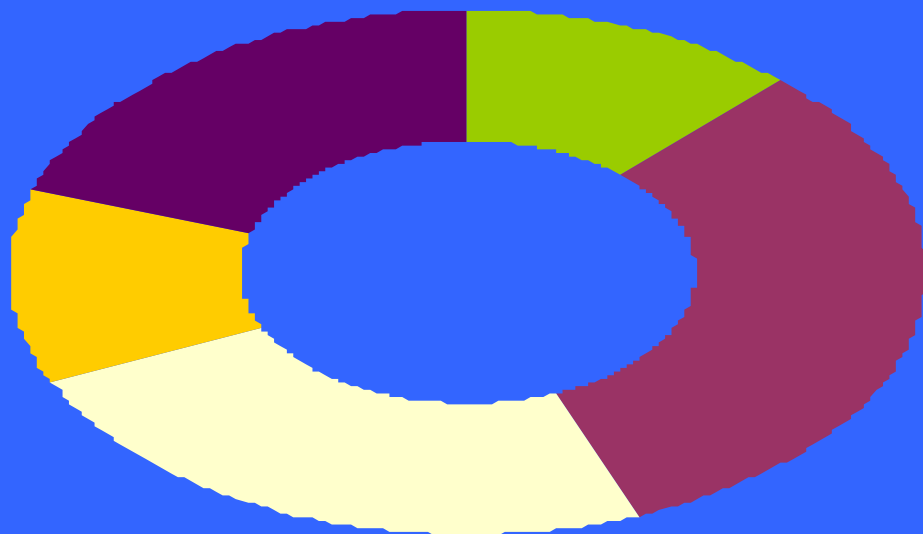
Пьют при заболеваниях печени

- | | |
|------------------------|----------------|
| ■ Трава тысячелистника | ■ Цветки пижмы |
| ■ Цветки ноготков | ■ Листья мяты |
| ■ Цветки ромашки | ■ Расторопша |



Успокоительный сбор №2

Применяют при повышенной
раздражительности



- Корни валерианы
- Пустырник
- Листья мяты
- Шишки хмеля
- Цветки ромашки

Если рядом нет врача

Во время прогулки в лесу, на даче, на речке могут случиться всякие неожиданности. Врача рядом нет, нет никаких лекарств, даже йода, бинта, а вы вдруг поранили руку или ногу.

- Покройте рану размельченными листьями крапивы- она способствует свертыванию крови и заживлению ран.
- А жгучий красноватый сок медуницы может заменить йод.
- Соком ягод черноплодной рябины лечат ожоги.



Белый мох



Кипрей (Иван- чай)

- Белый мох можно использовать в качестве перевязочного материала, а пух кипрея- вместо ваты.
- Свежие листья подорожника прикладываем к ранам, язвам. Сок листьев подорожника останавливает кровотечения, обеззараживает раны, заживляет их.
- Зеленые листья полыни прикладывают на мозоли, ушибы, опухоли.

Мы узнали:

- Издавна люди заметили что некоторые растения излечивают от недугов. Объясняется это тем что в растениях содержатся химические вещества.
- Сбирать можно только те растения, которые хорошо знаешь и растут в чистой местности. Иначе могут попасть ядовитые растения.
- Надземные части (цветки, листья и стебли) лекарственных растений нужно собирать в солнечную сухую погоду, в дневные часы, как сойдёт роса, когда они обсохнут после дождя.
- Подземные части (корни, корневища) заготавливают при любой погоде, так как перед сушкой некоторые из них всё равно нужно промыть в проточной воде.
- Люди часто болеют сразу несколькими болезнями, Одновременное лечение их синтетическими лекарствами невозможно. Лекарственные растения обладают широким спектром действия. Продуманное применение лекарственных растений позволяет лечить одновременно весь комплекс болезней конкретного человека.
- Интерес к лечению лекарственными растениями не исчез, более того, в связи с аллергическими реакциями на приём синтетических препаратов многие больные охотно прибегают к лечению препаратами из лекарственных трав.

Где узнали?

- Иванов В. И. Тайны народной медицины России. М., Олма-Пресс, 2001
- Свиридоновы Г. и М. Растения и здоровье. М., Профиздат, 1998
- Носаль М. А. И Носаль И. М. Лекарственные растения в народной медицине. М, СП. “Внешиберика”, 1999
- Склярский Л. Я., Губанов И. А. Лекарственные растения в быту, М., Россельхозиздат, 2002