

# Лекарственные растения Донбасса



Подготовил библиотекарь ДКТИ  
Нисенбаум Сергей Владимирович

**Травам нужно поклониться  
И навечно в них влюбиться,  
Трав лекарственных запас  
Помогает в трудный час.**



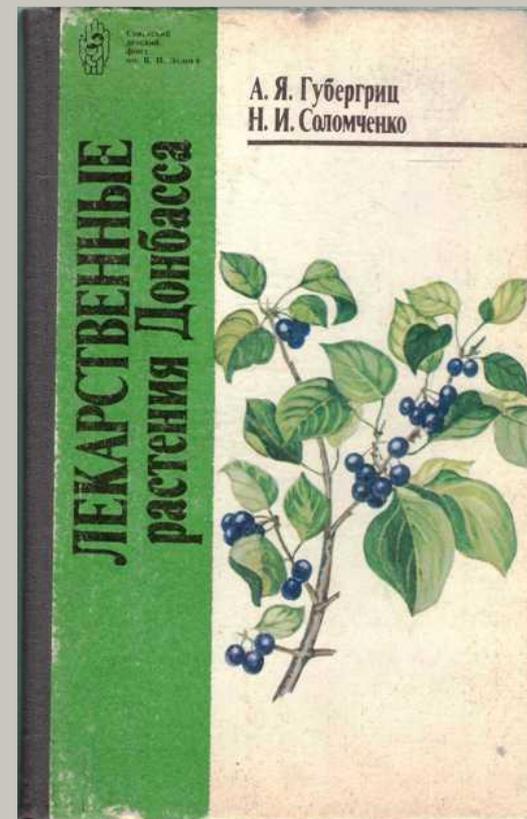


**Подорожник** многим известен ещё из детства. Ссадины и ранки лечились с помощью этого доступного для всех растения. Подорожник является довольно распространённым растением, которое растёт не только на обочинах дорог, но и в полях, лесу, на приусадебных участках и пустырях.

Лечебные свойства стеблей, семян, листьев, корней, сока и масла подорожника известны давно и использовались в ещё Древнем Риме и Греции.

Лекарственные средства из листьев подорожника полезны при сахарном диабете, анемии, боли в ушах, зубной, головной боли, конъюнктивитах и др.

# Лекарственные растения Донбасса





## **Зверобой: лечебные свойства**

Благодаря большому содержанию полезных веществ, зверобой можно применять, и как лекарственное средство в виде отвара, и как обычный чай.

- ❖ Содержит витамины – А, В, С, Е, РР
- ❖ Укрепляет иммунную систему
- ❖ Является болеутоляющим средством в области желудка, кишечника
- ❖ Улучшает работу желчных протоков
- ❖ Снижает головные боли
- ❖ Профилактика атеросклероза
- ❖ Действует успокаивающе на нервную систему
- ❖ Улучшает настроение
- ❖ Помогает при бессоннице.



Я сегодня (между делом)  
Расскажу о ЧИСТОТЕЛЕ.  
Чистотел — трава серьезная,  
Ядовитая и — грозная!  
Язвы, сыпи, лишай,  
Диатезы, угри, раны? —  
Вы с отваром чистотела  
Принимайте ванны.  
Он серьезно вам поможет  
При давлении высоком.  
Бородавки и мозоли  
Удалите — соком.  
Вы лечитесь чистотелом,  
Только мой совет:  
Знайте меру! (Между делом  
Я вам дам ответ):  
Внутри настои принимайте.  
Голько — не злоупотребляйте!

*Конева Н.*

\*\*\*\*\*

Я — растение ЧИСТОТЕЛ,  
В Очищенье преуспел!  
Очищаю от болезней,  
Бородавок и инфекций,  
Жёлтый сок мой — ядовит,  
Если много — повредит.  
Бородавку мажь им смело,  
И внутри возьмусь за дело!  
В кипяток лист опусти —  
Прикрой чашку, подожди,  
Коль окрасу в цвет лимона —  
Лист наружу! Всё готово!

**Ноготки́ лекарственные, или календула лекарственная** (**лат.** *Caléndula officinális*) — **травянистое** растение, **вид рода Календула** семейства **Астровые** (*Asteraceae*).

Календула – одно из самых востребованных лекарственных растений, его можно купить в каждой аптеке. Неоценимая польза растения обусловлена богатым химическим составом.

- ✓ Календула лекарственная – мощное лечебное средство, которое можно применять при различных проблемах со здоровьем: иммуномодулирующее;
- ✓ антибактериальное;
- ✓ противогрибковое;
- ✓ бактерицидное;
- ✓ противовирусное;
- ✓ противовоспалительное;
- ✓ успокаивающее;
- ✓ спазмолитическое;
- ✓ болеутоляющее;
- ✓ Противоопухолевое.



## 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.

## КОРЕНЬ ОДУВАНЧИКА

Латинское название: *Taraxacum*



Одув́анчик — род многолетних травянистых растений семейства Астровые, или Сложноцветные.

## ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

→ Желчегонный эффект

→ Потогонный эффект

→ Мочегонный эффект

→ Слабительный эффект



← Антиоксидантный эффект

← Снижает сахар в крови

← Противораковый эффект

← Противовоспалительный эффект



Применяется в виде : настоя, отвара, сухого порошка. Служит заменителем кофе, входит в состав мазей.

# ШИПОВНИК



Пробуждается всё, набухают зелёные почки,  
Зажурчали ручьи – им бежать до реки далеко.  
Мать-и-мачехи нежные жёлтого цвета цветочки  
Улыбаются яркому тёплому солнцу легко,  
И танцуют, кружатся, под пение птиц в хороводе,  
Те стараются – без дирижёра непросто им петь...  
Разгорается шар ослепительный на небосводе,  
Обнимает лучами своими, в надежде согреть...

Небеса вдохновляют тебя обнажить своё сердце,  
Шерстяные одежды зимы разбросать и забыть,  
От нахлынувших чувств – понимаешь, что некуда деться,  
Появляется сильная жажда взаимно любить...  
И мечтать, и вздыхать о родной неземной половинке;  
В ожидании руки веночек весенний сплетут.  
Приходи поскорей по весёлой зелёной тропинке!..  
Мать-и-мачехи жёлтого цвета цветы приведут....

# Чабрец



Тимьян ползучий (чабрец)

Полукустарник с сильным приятным запахом до 10 см высоты с тонкими стелющимися стеблями.

В медицине используют надземную часть (траву) в качестве отхаркивающего средства. Применяют в виде настоя и отвара.



# Пижма



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



# Правила сбора лекарственных растений

1. Заготовку лекарственных растений нужно проводить только в сухую, ясную, солнечную погоду и в определённые часы суток в зависимости от заготавливаемого растения;
2. Нельзя собирать растения вблизи автомобильных дорог, на полях с интенсивным внесением минеральных удобрений;
3. Запрещается заготовка редких и исчезающих, охраняемых растений, внесённую в Красную книгу.
4. Нельзя вырывать растения с корнями (за исключением однолетних видов), это приведёт к быстрому уничтожению их запасов (особенно зверобоя, мяты, душицы).
5. Не зная точный вид растения, нельзя приступать к его заготовке.

# Будьте здоровы!

