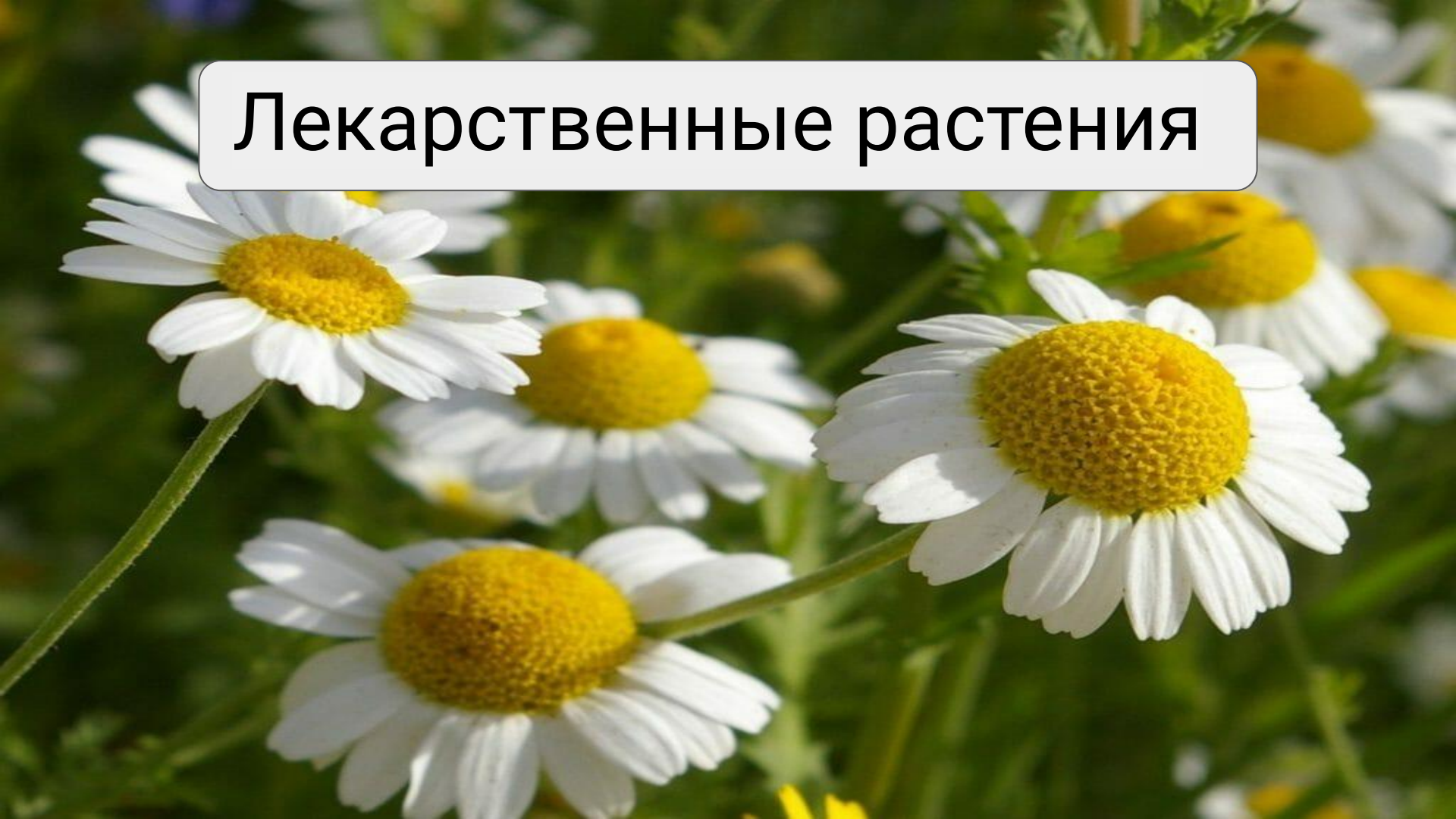


Лекарственные растения



Что такое лекарственные растения?

- это обширная группа растений, органы или части которых являются сырьем для получения средств, используемых в народной, медицинской или ветеринарной практике с лечебными или профилактическими целями.

Подорожник



Свежие листья подорожника используются как ранозаживляющее средство при ушибах и порезах, а сухие как отхаркивающее средство. Также в листьях этого растения содержатся витамины С и К.



Мать и мачеха



В качестве лекарственного сырья собирают листья и цветки мать-и-мачехи. Листья используются как потогонное средство и помогут избавиться от кашля. 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 все 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.



Пижма

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



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 и эфирными маслами. Пустырник- это лучшее растение для успокоения и укрепления сердца. Еще он положительно влияет на нервную систему. Отвар и настойка пустырника помогает снимать спазмы и боли.

Ромашка аптечная

Время сбора май- август. Аптечной ромашкой, обычно, лечат наружные воспаления, но диапазон ее целебного действия гораздо шире. Например, настоем из ромашки излечивается язва желудка. Также ромашка используется как компонент успокоительного чая. При заболеваниях горла, пейте отвар ромашки полощите заднюю часть полости рта. Кроме того, ее отвар предотвращает выпадение волос, если им регулярно мыть голову.





При сборе лекарственных растений нужно помнить о том, что:

нельзя собирать растения возле дорог

нельзя собирать лекарственные растения в сырую, мокрую погоду, лучше это делать днем, 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