

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №11 ИМ. ШЕВЧЕНКО
Г.ТИМАШЕВСКА КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Семейный экологический проект
Номинация
«Живая аптека»
Тема:
"Секреты лекарственных растений".

Выполнила: ученица 3 «Б» класс

МАОУ СОШ №11

Латышова Анна Романовна

Руководитель проекта:

Латышова Наталья Васильевна

89064358339

2016-2017 учебный год

г. Тимашевск.

Оглавление.

1. Введение.....	3
2. Объект исследования.....	6
3. Характеристика лекарственных растений и их лечебное применение.....	7
а. Толокнянка.....	7
б. Одуванчик.....	9
в. Алоэ.....	19
4. Выводы и обсуждения.....	23

Введение.

Актуальность темы.

Мотив выбора темы исследования, значимость исследования для окружающих заключается в том, чтобы находить интересное и необычное рядом, в том, что доступно для наблюдения и изучения, не требует особых усилий и затрат. Лекарственные травы, которые есть в лесах, на полях Тимашевского района, в каждом доме (в саду , огороде), известны и знакомы, непознанные и таинственные! Удивительно, но везде мы встречаемся с лекарственными травами? Так была выбрана тема: **«Секреты лекарственных растений».**

Задачи:

- изучить сведения о лекарственных травах;
- узнать, какие лекарственные травы есть в нашем районе;
- собрать лекарственные травы.

Как проводилось исследование:

- беседовали с разными людьми;
- читали с родителями информацию о лекарственных травах;
- собрали лекарственные травы , которые растут в нашем районе;
- выяснили, как используются лекарственные травы в медицине.
- вырастили некоторые из лекарственных растений в доме : "Витаминная грядка"

Методы:

- наблюдения
- обобщение
- прогнозирование
- беседа
- самостоятельная творческая деятельность.

Я не степью хожу,
Я хожу по аптеке,
Разбираясь в её травяной картотеке.
Беспредельная степь,
Бесконечная степь,
Ты природой написанный
Станный рецепт.
(С. Кирсанов)

С приходом весны природа оживает. Земля покрывается чудесным ковром из зеленой травы и пестрых цветов. Растения – это одно из пяти царств природы. Без растений жизнь на планете Земля не существовала бы. Растения не только помогают всем живым существам дышать, но и лечат их от болезней. Еще давным – давно люди заметили, что все звери лечатся травами. Разные растения помогают от разных болезней. За много лет народные лекари накопили множество знаний о лечебных свойствах растений и передавали их своим потомкам.

С самого раннего детства, когда я начинаю болеть, мама лечит меня разными отварами или чаем из трав. Некоторые лекарственные травы, например, такие как ромашка, календула, липа, зверобой, чабрец мама сама заготавливает на зиму. А когда я подросла, тоже стала помогать собирать лекарственные травы. Если у меня болит горло, мама делает отвар из цветков ромашки и календулы; если у меня повышается температура, я пью чай из цвета липы и ягод малины; ну а если я простудился, начинается кашель, то можно заварить чай с чабреца, зверобоя и шиповника; а можно перекрутить алоэ с медом.

Лекарственные растения растут в доме, саду и огороде, на лугу и даже на пыльных дорогах.

Я хочу рассказать о наиболее распространенных лекарственных растениях.

Наше исследование началось с посещения библиотеки. Нам рассказали о «Лекарственных растениях». Вместе с мамой мы прочитали книги. И узнали, как много лекарственных растений существует. Я даже не догадывалась как много недугов и болезней можно излечить при помощи лекарственных растений. В книгах говорилось о том, еще в старину человек заметил, что некоторые растения излечивают от недугов. Он стал запоминать, что от чего помогает. Внимательный взгляд да хорошая память многое могут сделать. Заметить, запомнить, другим пересказать. Так из поколения в поколение

передавались сведения о целебных свойствах растений. Были даже старинные книги, в которые записывались рецепты целебных отваров, настоек из трав.

А сколько сложено загадок, стихов о лекарственных травах.





Вместе с одноклассниками мы встречались с детским врачом , и она нам рассказала о том как можно использовать лекарственные растения , и от каких болезней они помогают. Так же детский врач рассказала нам о " Витаминном чае".



Характеристика лекарственных растений и их лечебное применение.

Лекарственные растения бывают двух видов: дикорастущие растения, встречающиеся в лесах, на лугах, вдоль дорог и т.д. и культивируемые, которые выращивают на дачных участках, в специализированных колхозах специально для последующей переработки и использования в медицинских целях. Наверняка у вас дома и около него есть декоративные растения, которые украшают ваше жилище и, за которыми вы любовно ухаживаете. Между тем цветы еще и без устали трудятся для нас: выделяют кислород, а многие поглощают окись углерода, образующуюся при горении газа, и другие токсические вещества. Однако польза комнатных и садовых растений этим не исчерпывается: большинство из них обладают целебными свойствами.

Сведения отолстянки.

В дом по приметам приносит доход,
Если с любовью, конечно, уход.
Быстро растёт, потому ему впрок
Новый мы купим цветочный горшок.
Ствол его толстый и листики тоже.
Очень они на монетки похожи.
Кажется, будто, вот-вот зазвенят,
Словно восточного танца наряд.
Где его Родина, как называют
Это растение, кто угадает?
Только названий не два, не одно.
Много названий имеет оно.



Лечебные свойства толстянки в народной медицине:

- Почти в каждом доме можно встретить денежное дерево, по легенде оно приносит материальное благополучие. Но не столь широко известно, что такое знакомое растение веками применялось древними целителями для лечения многих заболеваний. Уникальные лечебные свойства денежного дерева не уступают алоэ. Благодаря флавоноидам, летучим веществам с сильным противовирусным действием, денежное

дерево прекрасно очищает воздух в помещении. Также эти вещества обладают антибактериальным и противогрибковым эффектом.

- Несмотря на очевидную пользу, лекарства на основе денежного дерева использовать все-таки лучше в качестве наружного средства. Ученые пока не пришли к единому выводу, возможно ли применять их внутрь: причина этому – небольшая концентрация мышьяка в соке растения, хотя в прошлом это вещество успешно использовали при лечении наружных форм онкологических заболеваний и некоторых кожных поражений.
- Как уже указывалось выше, денежное дерево используют в качестве наружного средства для заживления механических повреждений кожи. Для этого достаточно приготовить кашицу из листьев растения и прикладывать к ранам в виде компрессов. Такие компрессы также помогают в случае ушибов или растяжений.
- Одно из народных названий толстянки — «мозольник» — явно указывает на способ ее использования. Действительно, толстянка оказалась эффективной для снятия застарелой мозоли. Здесь ее действие подобно едким средствам на основе мышьяка, использовавшимся для подобной цели врачами прошлого. С листика необходимо содрать тонкую покровную пленку и прибинтовать к мозоли на ночь. Такие примочки можно использовать для снятия воспаления в случае легких ожогов.
- Сок толстянки (или же кашица из листьев) помогает купировать болевые ощущения в суставах (артриты и артрозы, подагрические боли). Это средство помогает снять отек при укусах кровососущих и жалящих насекомых (смазывают место укуса до 6-ти раз).
- Сок денежного дерева обладает противовирусной активностью, поэтому его используют для смазывания герпетических высыпаний, полосканий горла при ангине и зева в случае стоматологических проблем. При полипозе слизистой носа также проводится спринцевание. Для приготовления средства достаточно отжать сок из 10-ти листиков и разбавить его в 150 мл воды. Процедуру проводят до 5-ти раз в день.
- Для компрессов, использующихся в лечении варикозного расширения вен, можно приготовить настойку. Емкость заполняют на 1/3 измельченным сырьем (листки и веточки) и заливают 40%-ным спиртом. По истечении 3 - 4 недель лечебный препарат готов к использованию. Настойку также можно применять для растирки при мышечных болях (например, ревматического характера), или при болевом синдроме, связанном с воспалением нерва (троичный, лицевой).

- Имеются сведения, что денежное дерево способствует заживлению слизистой оболочки при язвенной болезни желудка и 12-типерстной кишки. Для этого народные целители рекомендуют ежедневно съедать по 2 листочка растения.
- Для лечения заболеваний почек воспалительного характера народные врачеватели советуют употреблять водный настой из 5-ти листиков толстянки, залитых 1 стаканом горячей воды и настаиваемых в течение часа. Употребляют средство за четверть часа до еды трижды в сутки (по 1 ст.л.).

Сведения об одуванчике

*Уронило солнце лучик золотой,
Вырос одуванчик первый, молодой.
У него чудесный золотистый цвет.
Он большого солнца маленький портрет.*

О. Высоцкая

Когда мы знакомимся с каким-нибудь человеком, мы первым делом узнаем, как его зовут. У каждого из нас есть имя. Есть имена – названия – и у всего того, что окружает нас в природе. И потому знакомство с любым растением надо бы начинать с вопроса: «Как Вас зовут?» Но просто так у них этого не спросишь! То есть спросить, конечно, можно, да только они не ответят, промолчат. А как, не зная их имен, с ними подружиться? И вот я решила познакомиться с цветком, которое носит название – одуванчик.

Это растение незаслуженно объявили сорняком. Однако, на самом деле его по праву можно назвать - «русский женьшень». Что же это за растение? Оказывается, это наш скромный одуванчик! Весной яркие желтые цветы одуванчика можно увидеть повсюду - в городах, лесах, на лугах, вдоль дорог и на берегах рек. Одуванчик настолько обыкновенный, что мы просто не замечаем его красоты и совершенства. Более того, широко бытует мнение, что одуванчик - это бесполезный сорняк! Народная медицина высоко ценит одуванчик и применяет его для лечения множества заболеваний. В травниках одуванчик называют не иначе, как русский женьшень. Это растение покорило все континенты и материки (кроме Антарктиды). Благодаря своим совершенно невесомым и летучим семенам, легко преодолевающим большие расстояния. Чрезвычайно неприхотливое, живучее и многолетнее растение практически мгновенно заселяет любой свободный (и не свободный) участок земли. А между тем, растение «одуванчик» не такое простое, как мы привыкли считать. Своим латинским названием оно обязано «тараксакум», что означает «болезнь глаз». Имеется в виду, что одуванчиком лечили глазные заболевания. В древности одуванчиком лечили

болезни печени и почек, желудочные заболевания. Абу Али ибн Сина с помощью сока одуванчика успешно лечил бельмо на глазах, укусы тарантулов и скорпионов, других ядовитых насекомых. Поэтому если на вашем участке поселились одуванчики, не воспринимайте его как врага, а просто научитесь его использовать себе на пользу.



Характеристика одуванчика



Одуванчик — растение с ветвистым, стержневым корнем толщиной около 2 см и длиной около 60 см, в верхней части переходящим в короткое многоглавое корневище. Листья голые, перисто-надрезанные или цельные, собранные в прикорневую розетку. Цветоносная стрелка сочная, цилиндрическая, полая внутри, оканчивающаяся одиночной корзинкой язычковых ярко-жёлтых цветков. Все части растения содержат густой

белый млечный сок. Цветёт одуванчик в мае, плодоносит сеянками с белым хохолком — с июня.



Общий вид цветущих растений, листья, соцветие, семена

В лечебных целях используются все части растения: цветы, корни, листья, трава, а также сок одуванчика. Цветки одуванчика заготавливают в мае; листья, траву и сок - в июне; корни - ранней весной или поздней осенью. Спектр применения одуванчика разнообразен, т.к. одуванчик обладает многими полезными свойствами. Экспериментально подтверждены противотуберкулезные, антивирусные, антигельминтные, антиканцерогенные и антидиабетические свойства одуванчика. Кроме того, одуванчик находит применение, как желчегонное, жаропонижающее, слабительное, отхаркивающее, успокаивающее и спазмолитическое средство. Доказано, что одуванчик хорошо удаляет яды и токсины из организма, особенно те, которые накапливаются в организме в результате злоупотребления химическими лекарственными препаратами.

Горечи, содержащиеся в одуванчике, улучшают пищеварение, регулируют аппетит и общий обмен веществ, ускоряют расщепление жиров в организме и способствуют похудению. Одуванчик благоприятно воздействует на соединительную ткань, после курсовых лечений одуванчиком таких заболеваний, как подагра и ревматизм, происходит значительное улучшение состояния больного. Этот солнечный цветок действует как легкий тоник и стимулятор, поэтому одуванчик применяется при упадке сил, синдроме хронической усталости, переутомлении и нервном перенапряжении.

Сбор и сушка одуванчика лекарственного

Лекарственным сырьем являются корни одуванчика. Их заготавливают осенью (сентябрь - октябрь). Выкапывают корни лопатами или подпахивают плугом на глубину 15-25 см. Повторные заготовки на одном и том же месте следует проводить с перерывами в 2-3 года. Выкопанные корни отряхивают от земли, обрезают ножом надземные части, корневища ("шейки"), тонкие боковые корни и моют в холодной воде. Крупные корни рекомендуется измельчать. Промытые корни, разложив на ткани, подвяливают на воздухе в течение

нескольких дней (до прекращения выделения млечного сока при надрезании), а затем досушивают в сухих, хорошо проветриваемых помещениях, раскладывая слоем в 3-5 см и периодически перемешивая. При хорошей погоде сырье высыхает за 10-15 дней. Можно сушить корни в печах или сушилках при температуре 40-50 °С. Нужно помнить, что при слишком раннем сборе одуванчика, когда в корнях еще не отложен запас питательных веществ, сырье после сушки получается дряблым, легковесным, с легко отделяющейся корой и пробкой. В этом случае сырье бракуют. Срок годности сырья 5 лет. Снаружи корни должны быть светло- или темно-бурые, без запаха, на вкус горькие.

Виды одуванчика

Многочисленные виды одуванчика, а их более 1000, широко распространены в холодных, умеренных и субтропических зонах обоих полушарий, но особенно многочисленны в горных районах Евразии. В 1964 году, когда вышел предпоследний том Флоры СССР на его территории насчитывалось 203 вида одуванчиков, а в 1973 году в дополнении к Флоре появилось еще 27 видов. В основном, они мало отличаются друг от друга. Различия мелкие и сводятся к форме корня, и, особенно, строению плодиков.

Среди одуванчиков много эндемиков, т.е. растений нигде больше не встречающихся. Многочисленные виды одуванчиков растут на горных склонах, осыпях, приморских песках Арктики, в ущельях или на изолированных друг от друга (так же как и ущелья) островах Тихого океана, т.е. в местах, далеко не самых благоприятных для жизни. Одуванчик новоземельский растет, как видно из его названия, на Крайнем Севере, а одуванчик пустынный - в пустынных степях Восточного Закавказья, один из видов - одуванчик мексиканский, занесенный на Дальний Восток устроился на приморских песках и галечниках, и он там не одинок. На Курилах, Камчатке и Сахалине одуванчики часто встречаются в приморской полосе и на горных склонах. Только эндемичных там 27 видов.

Одуванчик лекарственный(1) — многолетнее травянистое растение высотой до 30 см, с маловетвистым стержневым корнем толщиной около 2 см и длиной около 60 см, в верхней части переходящим в короткое многоглавое корневище.

Плод — серовато-бурая веретенообразная семянка с хохолком, состоящим из белых неветвистых волосков.

Все части растения содержат густой белый млечный сок, горький на вкус.



Одуванчик красноплодный(2)

Растёт на сухих и засоленных лугах, по степным склонам, на песках, обнажениях мела и известняка, обочинах дорог.

Распространенность: В Средней России достоверно известен в Воронежской, Курской, Липецкой, Нижегородской, Орловской, Пензенской и Рязанской областях, как заносное растение встречается и в более северных областях.



Одуванчик поздний(3)

Растёт в степях, на меловых обнажениях, солонцах, сбитых местах.

Распространенность: Европейско-кавказский вид. В Средней России встречается только на юге чернозёмной полосы - в Воронежской, Курской и Тамбовской областях.



Одуванчик бессарабский(4)

Растёт на засоленных лугах, солонцах, обнажениях известняка и мела.

Распространенность: В Средней России встречается в южных районах чернозёмной полосы.



Одуванчик белязычковый(5)

Одуванчик имеет белые лепестки, желтый центр (похож на ромашку) и некоторое количество зеленых листьев вокруг трубчатого (как у самого обыкновенного одуванчика средней полосы России) стебля.



Редкий вид. Узколокальный эндемик Кандалакшского побережья Кольского полуострова Произрастает на приморских скалах Турьего мыса (Терский р-н Мурманской обл.). Необходимы строгая охрана природной популяции и контроль за ее состоянием. Культивируется в ботанических садах Кировска, Иркутска и Новосибирска.

Народные рецепты

Лечение одуванчиком гепатита: 1 ч. ложку толченого корня одуванчика залить 1 стаканом холодной воды. Поставить на маленький огонь и парить целый час. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за полчаса до еды для лечения гепатита.

Лечение одуванчиком желтухи: 1 ч. ложку измельченного сырья залить 1 стаканом воды, кипятить 20 мин., процедить. Пить по 50 мл три-четыре раза в день. Это желчегонное средство применять при лечении желтухи.

Лечение одуванчиком склероза: сухой порошок измельченных сухих кореньев одуванчиков употребляют при жесточайшем атеросклерозе с потерей памяти для выведения из организма избыточного холестерина и удаления вредных веществ. Достаточно 5 г порошка перед каждой едой, и через 6 месяцев наступает улучшение.

Лечение одуванчиком артрита: залить 6 г сухих корней одуванчика стаканом воды, кипятить 10 мин., настаивать 30 мин. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день до еды для лечения артрита.

Лечение одуванчиком гастрита с пониженной кислотностью: промыть листья одуванчика, вымочить 20-30 мин. в крепко соленой воде, затем промыть в холодной воде, ошпарить кипятком, пропустить через мясорубку и отжать через плотную ткань. Разбавить сок водой 1:1 и кипятить 2-3 мин. Принимать по 1/4 стакана 2 раза в день за 20 мин. до еды.

Лечение одуванчиком мозоли: смазывайте мозоль свежим соком одуванчика.

Масло одуванчика от ожога: в стеклянную банку положить любое количество цветов одуванчика и залить подсолнечным маслом, чтобы оно покрывало цветы. Поставить банку в кастрюлю с водой, постелив на дно тряпочку, и кипятить 40 мин. Когда остынет, через капроновый чулок отжать полученное масло, применять для лечения ожога.

Настойка одуванчика от радикулита: весной собрать цветы одуванчика, мелко нарезать и заполнить доверху посуду (лучше, если это будет банка из темного стекла 0,7 л). Залить двумя бутылочками тройного одеколона (или спиртом, или водкой) и поставить настаиваться две недели в темное место, но не в холодильник. Процедуры делать на ночь, растирая больные места получившейся кашицей. Потом хорошо укутать теплой шалью или шарфом. Достаточно 2-3 процедур для облегчения состояния при радикулите. Одновременно с растирками можно 2 раза в день пить по чашке чая из одуванчика или принимать по 1 ст. ложке одуванчикового сока.

Солнечный эликсир долголетия: Рано утром нужно сорвать распустившиеся соцветия одуванчика и сразу положить в трехлитровую банку. Слой соцветий чередовать со слоем сахарного песка. Когда банка будет заполнена до половины, осторожно утрамбовать. Для увлажнения добавьте немного воды. Через несколько дней получится эликсир — вытяжка бурого цвета, немного горьковатая, но приятная на вкус. Принимать по 1 чайной ложке, добавляя в чай или другие напитки.

Одуванчик - противопоказания

Одуванчик хорош тем, что никаких противопоказаний для его приема нет. Это проверенное народное средство, ведь все части растения издавна употребляются человечеством во многих странах как лечебное и пищевое средство.

Важно! Нельзя собирать одуванчики в городской зоне и вдоль автомобильных трасс!

Применение одуванчика в косметологии



- Для удаления веснушек и пигментных пятен воспользуйтесь таким рецептом: залейте 2 ст. ложки измельченных цветков одуванчика! стаканом кипящей воды, прокипятите 15 минут и дайте настояться 45 минут. Затем процедите. Протирайте этим лосьоном лицо утром и вечером.

- Лосьон для жирной кожи: благодаря большому содержанию горечей настой из листьев и цветов великолепно очищает и дезинфицирует кожу. Соберите по горсти листьев и цветков, вымойте, обсушите, положите в пол-литровую банку, залейте 0.5 л водки и поставьте в темное место на неделю. Процедите и отожмите сырье, долейте $\frac{1}{4}$ стакана кипяченой или минеральной воды – лосьон готов. Протирайте утром и вечером ватным тампоном при уходе за кожей.

- Маска для стареющей кожи: разомните 5-6 свежих листьев одуванчика и 2-3 цветка до состояния кашицы, добавьте 1 чайную ложку меда и немного воды, чтобы масса была не очень тягучая. Лицо смажьте оливковым или кукурузным маслом. Далее нанесите маску. Смойте теплой водой.

- Настойка от веснушек: отбеливающие свойства одуванчика уникальные. Залейте большую горсть цветов одуванчика стаканом кипятка. Когда настой остынет, процедите ее и налейте в бутылочку. С помощью ватного тампона протирайте наибольшее скопление веснушек утром и вечером. Можно этот настой заморозить в ледяные кубики в морозильнике, протирать этими кубиками лицо утром. Устраняет веснушки, а так же тонизирует кожу, устраняет отеки.

- Питательная маска: одуванчик великолепно питает кожу. Большую горсть листьев и цветков одуванчика залейте ложкой теплого молока и настаивайте 10 минут. Добавьте половина яичного желтка для сухой, белка – для жирной кожи. Наносите на чистую кожу несколько раз по мере высыхания. Через 20 минут смойте теплой водой, затем холодной. Эта маска насытит кожу витаминами.

- Маска для жирной кожи: Мелко нарежьте 6-8 листьев одуванчика, разотрите деревянной ложкой и тщательно смешайте с 2-мя ложками обезжиренного творога. Наложите маску на очищенную кожу. Через 15-20 минут смойте сначала теплой, затем холодной водой.

- Отвар для умывания:

Горсть листьев одуванчика залить 1 стаканом кипятка, настаивать 10 минут, процедить, умываться утром и вечером.

Вкусные рецепты

Свежие огурцы с цветами одуванчика

5 огурцов, 2 луковицы, 4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки желтых цветков одуванчика, соль и перец по вкусу.

Огурцы и лук нарежьте соломкой, посолите и поперчите, полейте майонезом, посыпьте лепестками цветков одуванчика.

Салат

из

одуванчиков

На 100 г листьев одуванчика 50 г зеленого лука, 25 г петрушки, 15 г растительного масла, соль, уксус, перец, укроп по вкусу, яйцо.

Листья одуванчика подержите 30 минут в подсоленной воде, выньте, отожмите, измельчите. Соедините с нарезанными петрушкой и зеленым луком, заправьте маслом, уксусом, поперчите, посолите, перемешайте, посыпьте сверху нашинкованным укропом, украсьте измельченным вареным яйцом.



Мед из одуванчиков

Ингредиенты:

- 200 г цветков одуванчика
- 1,5 литра кипятка
- 2 лимона, нарезанных кубиками
- 1,5 кг сахарного песка

Приготовление:

200 г цветков, оторванных от цветоложа, промыть, залить 1,5 литра кипятка, закрыть и настаивать сутки. Затем жидкость отжать, добавить в нее 2 лимона, нарезанных кубиками, или только сок из них, 1,5 кг сахарного песка и варить, помешивая, до загустения. Теплый сироп разлить в баночки и закрыть крышками.



Одуванчиковый торт (слоеный)

Свежесрезанные одуванчики (полностью раскрывшиеся ярко-желтые цветки) уложите на блюдо, посыпьте их слоем сахарного песка, затем снова уложите слой цветков и снова слой сахара. В конце добавьте немного корицы. После этого поместите блюдо под пресс на сутки. У вас получится вкусное блюдо и ценнейший лекарственный препарат, богатый цветочной пыльцой, хлорофиллом, биологически активными веществами. Этот торт укрепляет нервную систему, полезен при болезнях печени и желчного пузыря.

Это интересно!

Легенды

Одуванчики, дети солнца...

Как радуемся мы весной появлению на газонах ярко-жёлтых одуванчиков, сразу поднимается настроение, и мы счастливо улыбаемся - пришла настоящая весна.

Одна из легенд рассказывает, что одуванчики были детьми Солнца и Луны. В их обязанности входило зажигать на небе каждую ночь лампы, но они то забывали, то ленились. Рассердилась Луна и наслала на них сильный ветер, который сдул их на землю. Но, отец-Солнце пожалел неразумных детей своих и придал им подобие маленьких солнышек, чтобы светили они на земле так же ярко, как солнце светит на небе. Одуванчики же до сих пор скучают о родителях и, превращаясь в пушинки, стараются попасть обратно на небеса при помощи ветра, который когда-то принёс их на землю.

На Руси об этом растении рассказывали такое: он был самым любимым цветком, ибо давал нектар пчелам, девушкам на венки свои цветы, корни лечили больных, ночью золотистые цветки освещали путь путнику. Но однажды небо нахмурилось, и в степи появились злые наездники, сеявшие повсюду смерть и разруху. Одуванчик спрятал свои лепестки, наклонил голову, сжался, не желая служить злым людям. Прошло время, сгинуло черное племя, но



одуванчик ничего не забыл. В ясную погоду приносит он радость, но только появляется туча, он закрывает свои лепестки, предупреждая о ненастье.

Который час?

Если в погожий весенне-летний денек вы вышли из дома, забыв надеть часы, вспомните об одуванчике! Это еще одна его «профессия» — показывать время. В ясный день корзинки одуванчика раскрываются рано утром и уже закрываются днем. Однако если собирается дождь, заведенный порядок нарушается, и корзинки закрываются во внеурочное время. Не заводит в ненастье «золотой ключик» цветочные часы, не работают солнцелюбы в облачно-пасмурный день. Сколько раз за свой век сожмут и разожмут кулачки цветков одуванчики! А зачем? Наступает вечер — одуванчики «засыпают». Двести цветочков закрываются в единой корзиночке. И все это для того, чтобы источник новой жизни — пыльца—была защищена от сырости.

Сведения об алоэ.

Алоэ — вечнозеленое растение.

А еще у нас дома около трех лет растет алоэ – вечнозеленое, многолетнее растение.). Он еще известен как «столетник» или «доктор», само название говорит о его чудесной силе продлевать людям жизнь, защищать от болезней. Листья у алоэ мясистые, сочные. Алоэ не требовательный к уходу, он любит светлое теплое окно, свежий воздух, редкий полив. В народной медицине применяют листья и сок алоэ. При этом лучше использовать растение не моложе 3-х лет. Он заживляет и просушивает раны, приостанавливает выпадение волос, очищает желудок, используется при лечении бронхита, насморка. Сок алоэ входит в состав косметических кремов.

Алоэ — вечнозеленое растение из семейства лилейных. Его листья содержат алоизиды А и В, алоизины, алоенин, эмодин, алоин (барбалоин) в разных соотношениях. Учеными исследовано и доказано содержание в алоэ 20 важных компонентов, к которым относятся и стимуляторы, то есть вещества, заставляющие клетки нашего тела работать, причем даже те, которые достаточно давно отказались функционировать правильно.

Африка — родина алоэ, но это растение распространилось по многим регионам, в которых климат способствует его росту и размножению. Алоэ древовидное, одна из разновидностей алоэ, прекрасно растет в домашних условиях, практически, без ослабления своих качеств. Настоящее алоэ — алоэ вера.

Особенно интересуются алоэ ученые-геронтологи, которые занимаются проблемой старения и, соответственно, продления молодости, продления того периода жизни, когда человек является не только работоспособным, но и в полном смысле слова молодым, способным к репродуктивной деятельности. И в этой области алоэ дает возможность конструктивно себя использовать, принося большой эффект.

Алоэ способствует избавлению от неврастения, бессонницы, снимает стрессовые состояния, повышает работоспособность человека, пожилые люди чувствуют прилив сил и работоспособности. Алоэ вообще стимулирует возвращение тех функций организма, которые были утрачены. Особенно сильно растение действует на нервную систему, восстанавливая деятельность даже сильно ослабленных частей спинного и головного мозга.

При употреблении алоэ быстро исчезают неприятные симптомы радикулита, восстанавливается организм после инфекций, переохлаждений, простуд, гриппа. Сильно воздействует алоэ при паралитическом ишиасе и т. д.

Алоэ является сильным биогенным стимулятором, помогающим восстанавливаться тканям и коже, что используется при тяжелых формах ожогов, экземе, кожных язв и заболеваний. Из алоэ готовится препарат карризин, который значительно стимулирует иммунную систему.

Алоэ — действительно наш домашний доктор. Размножается растение черенками, лучше всего из побегов нижней части ствола (побеги должны быть 2-3-летними, не менее трех сантиметров в длину). Черенки нужно положить срезами вверх и некоторое время подержать в темном, но теплом месте. Земля должна быть глинисто-дерновая с добавлением перегнойной, крупного песка, древесного угля, битого кирпича. Дренаж должен быть основательным, чтобы вода не скапливалась в горшке. Можно размножать черенки в песке.

Можно рассаживать алоэ, если растение дало побеги из земли. Прямых лучей солнца лучше избегать, но растение должно стоять на хорошо освещенном месте, полив должен быть умеренным. Собирать лекарственное сырье лучше всего осенью. Срезанные листья промыть и хранить в темном месте 15 дней при температуре +6-8 градусов. В этих условиях в растении активизируются биоактивные стимуляторы. Листья алоэ можно и сушить. Свои лечебные качества алоэ сохраняет долго — на протяжении 1,5-2 лет.

Как приготовить лекарственные средства и препараты из алоэ?

Заваривают листья, как чай, кипятить нельзя во избежание распада полезных веществ, настаивать 30 минут. Настой процедить и хранить в прохладном месте.

Настойки. Листья мелко нарезать и залить чистым спиртом или водкой 1:2, настаивать в теплом месте 10 дней, обязательно взбалтывать. Хранить в темном месте.

Экстракты. Нужно вначале сделать настой, а затем его выпарить.

Мазь из алоэ. Холодное масло (хорошее оливковое или сливочное) смешать с экстрактом или выжатым соком алоэ в пропорции 1 часть сока и три части масла.

Биологически стимулированный сок алоэ. Срезанные нижние листья заворачивают в непрозрачную бумагу и выдерживают в холодильнике две недели. Промыть листья, нарезать, залить кипяченой водой и настоять в теплом месте 3 часа. После этого профильтровать сок.

Использование свежего сока. Срезать нижние листья, промыть, разрезать и отжать в соковыжималке.

Крем алоэ. 40мл миндального масла, 2г меда, 1г чистого ланолина, 20мл сока алоэ. Состав перемешать. Хранить в темном прохладном месте. Использовать не только как крем для лица, но и как лечебный крем для любого вида кожи при угрях, шелушении и т. д.

Эмульсия. Чтобы ее приготовить, необходимо касторовое масло, спирт, эвкалиптовое масло. 70мл свежего сока алоэ, 15мл касторового масла и 15мл спирта смешать, прогреть на водяной бане, помешивая. Снять с огня, добавить эвкалиптового масла 0,1мл и перемешивать до охлаждения смеси.

Можно использовать алоэ непосредственно для многих нужд сразу, как только срезали лист, что многие и делают, зная сильные дезинфицирующие свойства растения, а также заживляющие и восстанавливающие нарушенные кожные покровы, вытягивающие гной и т. д.

С виду грозный и колючий,
Ощетинившийся весь,
Но при этом сок из листьев,
Очень уж полезен весь!

Любви желаем Вам к Алоэ,
Огромной, яркой, как огонь!
В квартире каждой, в каждом доме
Пусть прибывает вновь и вновь



Здоровье крепкое стальное
С глотком Алоэ всякий раз,
И счастье нежное, шальное,
Двойной энергии запас!
Пусть ежедневно наполняет
Ваш день и радость, и успех
Алоэ Вера - каждый знает, -
Весьма полезное для всех!



Выводы:

- Мы рассказали сверстникам и взрослым все, что узнали о некоторых лекарственных растениях.
- Результатом исследовательской работы считаем то, что: мы научились работать с книгами, узнавать из них то, что до нас уже знали другие люди; освоили некоторые способы использования лекарственных трав , для лечения людей; вырастили лекарственные растения в домашних условиях;
- Травы... Что в них необычного? Известно, что трава растет на полях , огородах, лугах , в лесах ; трава является пищей птиц, насекомых и животных..Но, при более внимательном изучении лекарственных трав , мы поняли, что знаем о них очень мало. Появилось желание научиться выращивать лекарственные растения. Понимали, что для этого необходимы определенные условия и, конечно, знания!

По итогам выполнения исследовательской работы мы сделали для себя следующие выводы:

- 1)что некоторые растения излечивают от недугов;
- 2) наш Тимашевский район "настоящая кладовая здоровья"! На наших полях растет очень много разных лекарственных трав .
- Таким образом, наше предположение о том, что лекарственные травы растут в Тимашевском районе , подтвердилось. А также подтвердилось, что возможно, сделать "Витаминную грядку " из лекарственных растений у себя дома.

Еще очень много лекарственных растений можно найти у нас на Кубани. Повсюду животные, люди, могут найти помощь у природы. На каждую болезнь есть свое лекарственное растение. Мы живем в мире лекарств.



Будьте здоровы!