

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №11
имени Шевченко муниципального образования
Тимашевский район

Лекарственные растения Краснодарского края



Проектная работа учащихся 2 «В» класса

Руководитель: Приймак Н.А.

2024г

Введение.

Человек развивался в тесном взаимодействии с природой и более всего с растительной средой: лес и поле стали первой аптекой для человека. Лекарственные растения чаще всего назначаются в виде сборов, в которых одно растение усиливает действие другого. Многие больные, особенно в сельской местности, где еще сохранился многовековой опыт народной медицины, более охотно прибегают к лечению настоями и отварами целебных трав. Лекарственные травы не только останавливают, но и подвергают обратному развитию воспаление на любой стадии вплоть до стадии некроза. При этом лечение травами в народной медицине не наносит вреда организму, а только дает выздоровление при тяжелых обширных ожогах, ранениях, травмах, инфаркте миокарда, инсульте. Изготовленные из лекарственных трав фитопрепараты имеют свои характерные особенности: постепенное, медленное развитие терапевтического эффекта, мягкое, умеренное действие.

Многообразие растительности Кубани

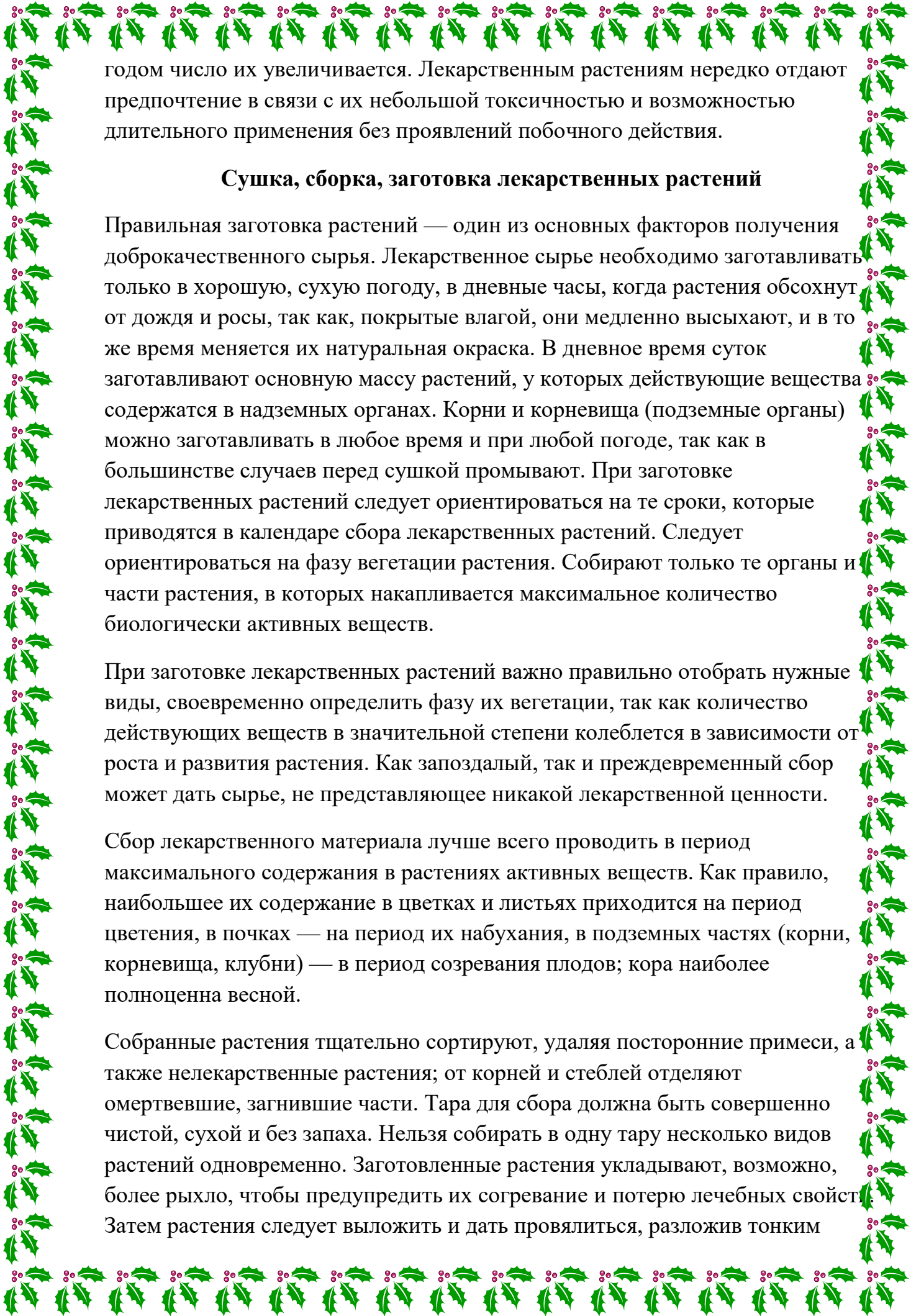
«Разнообразие растительного мира, - писал врач А.П. Левицкий в очерках по истории медицины, - всегда неудержимо привлекало к себе человека и тем сильнее, чем ближе стоял он к природе. Люди подмечали отличительные свойства растений и пользовались ими в своем домашнем обиходе.

Нигде больше в стране нет такого многообразия растительности как на Кубани. Всего на Кубани 160 видов лекарственных растений. Но человек так безжалостно их рвёт, даже бывает с корнями, что некоторые из них начинают исчезать и рвать эти растения запрещено. В лесах растут липа, дуб, каштан, черника и др. растения. Они называются реликтовыми, т.е. сохранившимися с древних времен. Северная часть – это Азово-Кубанская низменность. Здесь сплошная степь, превращенная в поля.

По склонам балок и оврагов, по обочинам дорог можно встретить разные травы: пырей ползучий, горькую полынь, лебеду, мать-и-мачеху и другие.

Область применения лекарственных растений

В современной медицине лекарственные растения не только не утратили своих позиций, но привлекают к себе все более пристальное внимание ученых. Их более чем 3000 препаратов, применяемых отечественной медициной, 40 % вырабатывается из лекарственных растений. С каждым



годом число их увеличивается. Лекарственным растениям нередко отдают предпочтение в связи с их небольшой токсичностью и возможностью длительного применения без проявлений побочного действия.

Сушка, сборка, заготовка лекарственных растений

Правильная заготовка растений — один из основных факторов получения доброкачественного сырья. Лекарственное сырье необходимо заготавливать только в хорошую, сухую погоду, в дневные часы, когда растения обсохнут от дождя и росы, так как, покрытые влагой, они медленно высыхают, и в то же время меняется их натуральная окраска. В дневное время суток заготавливают основную массу растений, у которых действующие вещества содержатся в надземных органах. Корни и корневища (подземные органы) можно заготавливать в любое время и при любой погоде, так как в большинстве случаев перед сушкой промывают. При заготовке лекарственных растений следует ориентироваться на те сроки, которые приводятся в календаре сбора лекарственных растений. Следует ориентироваться на фазу вегетации растения. Собирают только те органы и части растения, в которых накапливается максимальное количество биологически активных веществ.

При заготовке лекарственных растений важно правильно отобрать нужные виды, своевременно определить фазу их вегетации, так как количество действующих веществ в значительной степени колеблется в зависимости от роста и развития растения. Как запоздалый, так и преждевременный сбор может дать сырье, не представляющее никакой лекарственной ценности.

Сбор лекарственного материала лучше всего проводить в период максимального содержания в растениях активных веществ. Как правило, наибольшее их содержание в цветках и листьях приходится на период цветения, в почках — на период их набухания, в подземных частях (корни, корневища, клубни) — в период созревания плодов; кора наиболее полноценна весной.

Собранные растения тщательно сортируют, удаляя посторонние примеси, а также нелекарственные растения; от корней и стеблей отделяют омертвевшие, загнившие части. Тара для сбора должна быть совершенно чистой, сухой и без запаха. Нельзя собирать в одну тару несколько видов растений одновременно. Заготовленные растения укладывают, возможно, более рыхло, чтобы предупредить их согревание и потерю лечебных свойств. Затем растения следует выложить и дать провялиться, разложив тонким

слоем для просушки. Не рекомендуется оставлять растения на ночь в таре или кучках.



Соседи человека - лекарственные растения

Зверобой



Народ придумал немало ласковых названий травам, которые с давних времен помогали избавляться от разных недугов. Это и одолень-травы, и молочай, и многие другие. Среди множества растений особой любовью пользовался зверобой. Его называли волшебной травой – спасительницей от ста болезней. При раскопках древнеславянских городищ археологи нашли семена 20 трав, среди которых был и зверобой. Полагают, что Зверобой помогает от болезней, причиненных злыми духами, ведьмами.

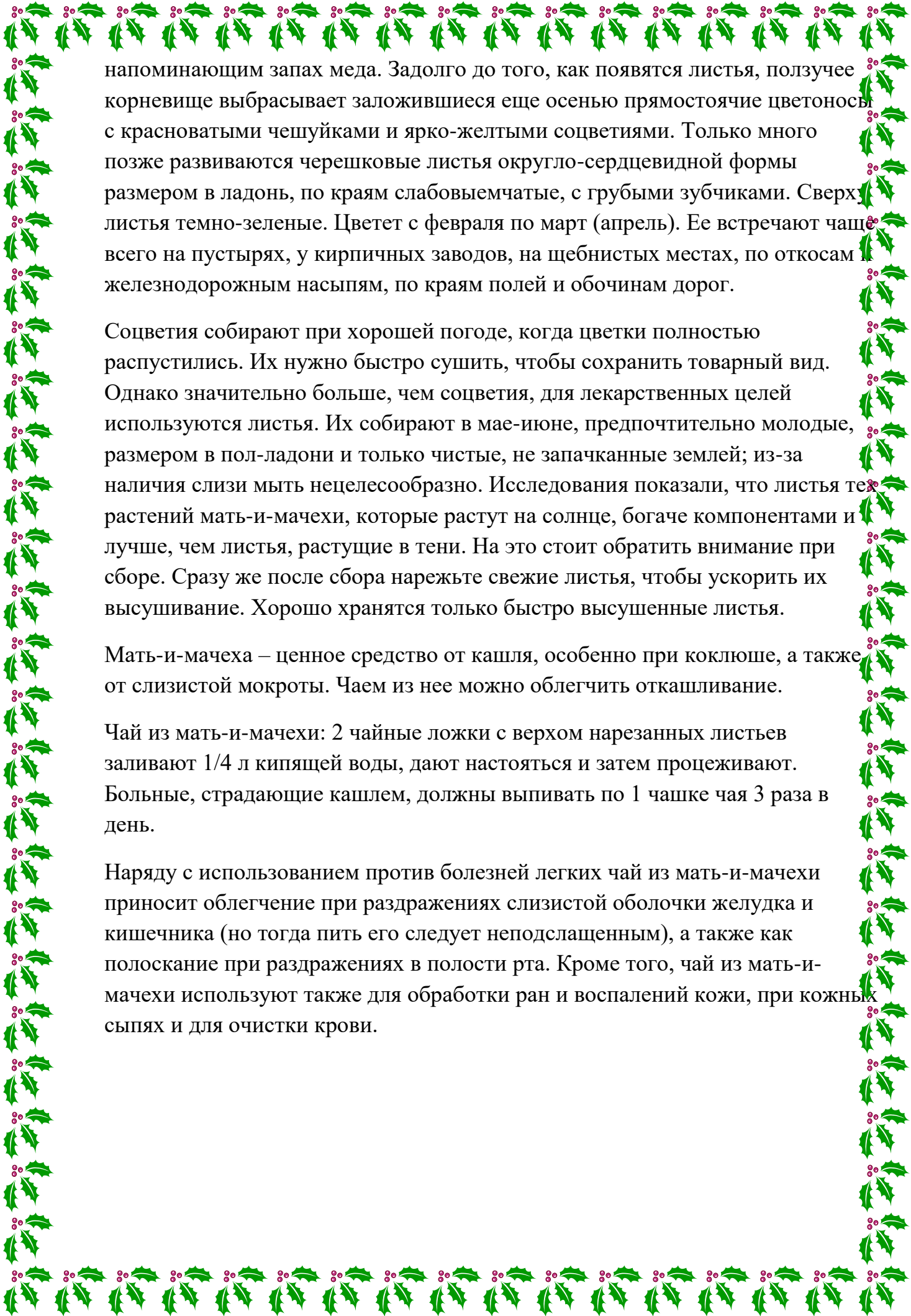
Людам это растение приносит одну только пользу, ведь для человека зверобой совершенно безвреден. Поэтому на Руси он был, что называется, на все случаи жизни: например, им набивали детям матрацы, привязывали траву к соломе – чтобы аромат защищал ребенка от страшных снов и ему снились только хорошие.

Зверобой считали источником света, который изгоняет любое зло, избавляет от тоски и печали. Он был любимым растением многих выдающихся людей, потому что не только лечил тело, но и воздействовал на душу. Сегодня ученые доказали антидепрессантные свойства зверобоя, связанные с его фотосенсибилизирующим действием, а в давние времена люди небезосновательно считали траву волшебной.

Мать-и-мачеха обыкновенная



Народные названия: пожарный салат, мужской цветок, мартовский цветок, песчаный цветок, табачная трава, дядюшкины листья. Это многолетнее растение радует ранней весной своими ярко-желтыми соцветиями с запахом



напоминающим запах меда. Задолго до того, как появятся листья, ползучее корневище выбрасывает заложившиеся еще осенью прямостоячие цветоносы с красноватыми чешуйками и ярко-желтыми соцветиями. Только много позже развиваются черешковые листья округло-сердцевидной формы размером в ладонь, по краям слабовеячатые, с грубыми зубчиками. Сверху листья темно-зеленые. Цветет с февраля по март (апрель). Ее встречают чаще всего на пустырях, у кирпичных заводов, на щебнистых местах, по откосам железнодорожным насыпям, по краям полей и обочинам дорог.

Соцветия собирают при хорошей погоде, когда цветки полностью распустились. Их нужно быстро сушить, чтобы сохранить товарный вид. Однако значительно больше, чем соцветия, для лекарственных целей используются листья. Их собирают в мае-июне, предпочтительно молодые, размером в пол-ладони и только чистые, не запачканные землей; из-за наличия слизи мыть нецелесообразно. Исследования показали, что листья тех растений мать-и-мачехи, которые растут на солнце, богаче компонентами и лучше, чем листья, растущие в тени. На это стоит обратить внимание при сборе. Сразу же после сбора нарежьте свежие листья, чтобы ускорить их высушивание. Хорошо хранятся только быстро высушенные листья.

Мать-и-мачеха – ценное средство от кашля, особенно при коклюше, а также от слизистой мокроты. Чаем из нее можно облегчить откашливание.

Чай из мать-и-мачехи: 2 чайные ложки с верхом нарезанных листьев заливают 1/4 л кипящей воды, дают настояться и затем процеживают. Больные, страдающие кашлем, должны выпивать по 1 чашке чая 3 раза в день.

Наряду с использованием против болезней легких чай из мать-и-мачехи приносит облегчение при раздражениях слизистой оболочки желудка и кишечника (но тогда пить его следует неподслащенным), а также как полоскание при раздражениях в полости рта. Кроме того, чай из мать-и-мачехи используют также для обработки ран и воспалений кожи, при кожных сыпях и для очистки крови.

Лопух большой



Народные названия: репей, репейник.

Используемые части: корень.

Это двулетнее растение достигает в высоту 1-1,5 м и имеет мясистый до 60 см в длину корень, от которого отходят мелкие разветвления. Мощный продольно-бороздчатый стебель с большой сердцевинкой обильно ветвится; нередко приобретает красную окраску в отдельных местах. На шерстисто-опушенных стеблях сидят черешковые сердцевидно-яйцевидные листья, сверху зеленые, а снизу серые, войлочно-опушенные; размер листьев заметно уменьшается снизу вверх. Синевато-красные довольно крупные соцветия располагаются в виде рыхлой зонтиковидной кисти. Желтоватые листочки обертки на конце крючковидные. Цветет в июне-июле. Лопух часто можно встретить по обочинам дорог, у заборов, стен и насыпей, на пустырях и выгонах, а также по берегам ручьев.

Корни выкапывают осенью, разрезают на куски и сушат на воздухе.

Здесь, прежде всего, следует сказать об обработке волос головы против перхоти репейным маслом. Это масляная вытяжка из корня лопуха, для чего используют оливковое или камфорное масло (методики приготовления очень различаются). Как мочегонное средство корень лопуха в основном вышел из употребления и в так называемых кровоочистительных чаях встречается реже, но его все чаще применяют при нарушениях функций печени и желчного пузыря.

В основном корень лопуха рекомендуют как кровоочистительное средство, но также и при нарушениях деятельности печени и желчного пузыря. Далее следуют внутреннее и наружное применение при различных кожных болезнях. Чай из корня лопуха: 2 чайные ложки с верхом нарезанного корня заливают 1/2 л холодной воды, спустя 5 часов быстро нагревают до кипения, кипятят 1 минуту и процеживают. Дозировка: 3 раза в день по 1 чашке чая. Чаем из корня лопуха лечат и кожные высыпания – смачивают, промывают или обертывают. Нелишне отметить, что народная медицина пользуется также репейным маслом.

Крапива



Используемые части: трава, семена и корневище.

Следовательно, нет также никого, кто не знал бы, как она выглядит. Лекарственное применение находят два вида крапивы – жгучая и двудомная. Крапива жгучая мельче и нежнее, хотя и более агрессивна, а крапива двудомная чаще используется в медицине. Цветет крапива с мая по июль (цветки мелкие, зеленые, расположены в поникших колосках; растения двудомные). Оба вида весьма обычны. Они растут преимущественно вблизи человеческого жилья: в садах, огородах, по краям канав, на помойках и пустырях. В мае, июне и июле (августе) собирают листья дикорастущей крапивы, которые осторожно (в перчатках) отрывают от стебля, а потом сушат на воздухе. Целиком траву используют для приготовления крапивного сока. Корневище выкапывают весной или осенью, освобождают от налипшей на него земли и сушат на воздухе или при искусственном подогреве (до 40 °С).

Возможно, потому, что крапива – столь распространенный сорняк, ее используют очень давно, задолго до появления научной медицины. В

настоящее время листья крапивы применяют для повышения общего обмена веществ. Они являются обычной составной частью чайного сбора, назначаемого при ревматизме, подагре, болезнях желчного пузыря и печени, входят в состав чайных сборов весеннего и осеннего оздоровительных курсов.

Ромашка аптечная



Народное название: девичий цветок.

Используемые части: соцветия.

Однолетнее растение с коротким корнем и стеблем 20-50-см высоты, на котором сидят дважды или трижды перисто-рассеченные листья. Цветет с мая по июнь. Ромашка – растение неприхотливое. Она на полях, возделываемых и находящихся под паром, на пустырях, по обочинам дорог, косогорам, опушкам и, конечно же, в посевах зерновых. Для крестьянина это целебное растение – гнусный сорняк. У ромашки собирают, прежде всего соцветия, но для ванн берут также цветоносы и некоторую часть побегов с листьями. Так как качество ромашки в значительной мере зависит от времени сбора и типа сушки, необходимо быть очень аккуратным. Лучшее время для сбора - 3-й - 5-й день после распускания цветков. К этому времени в ней вырабатывается большинство действующих веществ.

Ромашка используется внутрь и как наружное средство. Внутрь можно с успехом применять ромашку (в виде чая) при острых желудочных заболеваниях. Она приносит быстрое облегчение и "успокаивает" желудок, и уже после недолгого лечения устраняет расстройство желудка. В качестве наружного средства ромашка, благодаря своим противовоспалительным свойствам, используется при лечении плохо заживающих ран. Ванны с добавками ромашки или влажные компрессы на раны – столь же испытанные

средства, сколь и полоскания при воспалении слизистой оболочки рта и горла.

Чай из ромашки: 1-2 чайные ложки с верхом соцветий залить 1 чашкой кипятка, через 10 минут процедить. Ромашковый чай хорошо пить теплым, но не горячим.

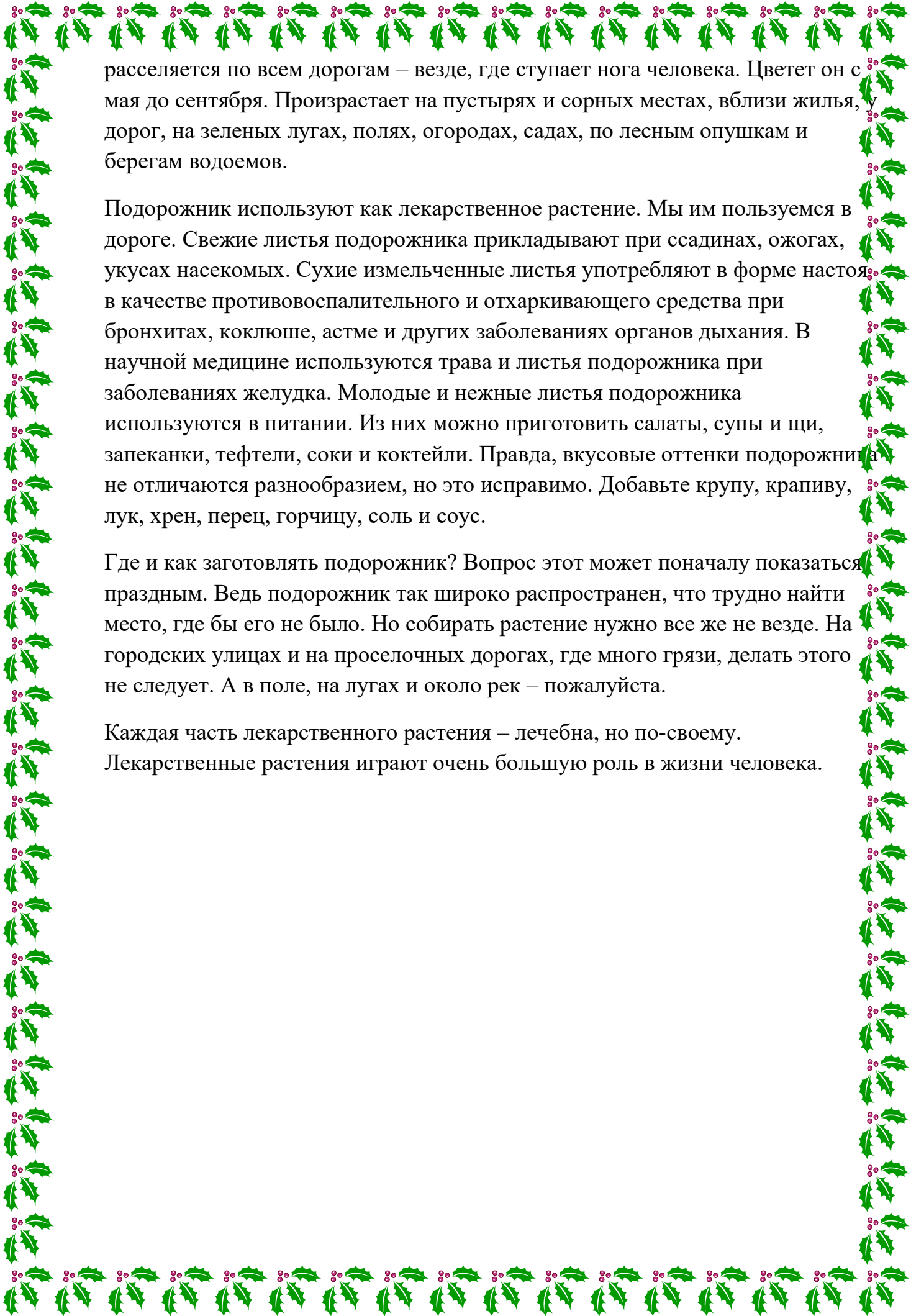
Само собой разумеется, растение со столь многими благотворными свойствами прилежно используется и в народной медицине. И действительно, ромашке "доверяют все".

Подорожник



Подорожник — старинное лекарственное растение. Он был известен древним грекам и римлянам, его высоко ценили арабские и персидские врачи. Латинское название подорожника образовано от «планта» (подошва) и «агере» (двигать), так как листья его напоминают след ноги. Родина подорожника — Европа. Индейцы прозвали его "след белого человека". Вместе с грязью семена прилипают на обувь прохожих и путешествуют с ними. Русское название растения указывает на места его произрастания.

Подорожник многолетнее травянистое растение высотой 10-40 см с одной или несколькими цветочными стрелками. Один экземпляр подорожника осенью дает от 8 до 60 тысяч семян. Поэтому подорожник очень быстро



расселяется по всем дорогам – везде, где ступает нога человека. Цветет он с мая до сентября. Произрастает на пустырях и сорных местах, вблизи жилья, у дорог, на зеленых лугах, полях, огородах, садах, по лесным опушкам и берегам водоемов.

Подорожник используют как лекарственное растение. Мы им пользуемся в дороге. Свежие листья подорожника прикладывают при ссадинах, ожогах, укусах насекомых. Сухие измельченные листья употребляют в форме настоя в качестве противовоспалительного и отхаркивающего средства при бронхитах, коклюше, астме и других заболеваниях органов дыхания. В научной медицине используются трава и листья подорожника при заболеваниях желудка. Молодые и нежные листья подорожника используются в питании. Из них можно приготовить салаты, супы и щи, запеканки, тефтели, соки и коктейли. Правда, вкусовые оттенки подорожника не отличаются разнообразием, но это исправимо. Добавьте крупу, крапиву, лук, хрен, перец, горчицу, соль и соус.

Где и как заготавливать подорожник? Вопрос этот может сначала показаться праздным. Ведь подорожник так широко распространен, что трудно найти место, где бы его не было. Но собирать растение нужно все же не везде. На городских улицах и на проселочных дорогах, где много грязи, делать этого не следует. А в поле, на лугах и около рек – пожалуйста.

Каждая часть лекарственного растения – лечебна, но по-своему. Лекарственные растения играют очень большую роль в жизни человека.