

ГУК «Каменецкая районная библиотечная система»  
Каменюкская сельская библиотека-филиал №20

# Лекарственные растения Беловежской

## пущи

слайд-обзор



Каменюки, 2016г.

**Есть в травах и цветах целительная сила  
Для всех, умеющих их тайну разгадать.**

*В. Рождественский*

Античный афоризм гласит: кого не излечивают лекарства, излечивает природа. Популярность лекарственных растений, незаслуженно забытых в недавнем прошлом, постоянно растет.

Данная работа формирует знания детей о многообразии растительного мира и их лекарственных свойствах.



# АИР БОЛОТНЫЙ



В корневищах аира болотного содержатся вещества, которые воздействуют таким образом, что улучшают аппетит, активизируют пищеварение, усиливают выделение желудочного сока.

*Эту пряность, как  
лекарство,  
Превратили в эликсир.  
Вы ответьте мне ребята  
Как зовут его? Аир!*





# ВАХТА ТРЁХЛИСТНАЯ

Это лекарственное растение применяется в качестве горечи при нарушении процесса пищеварения, при астеническом состоянии, а также вахту используют, как общеукрепляющее средство.



*Мои крупные цветы  
Даже в темноте видны.  
На краю болот на страже  
Днём стою и ночью даже,  
Чтоб от бед мне всех спасти  
Вахту надо мне нести!  
При простуде и ангине  
Помогал я всем донине!*





# ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ



Препараты валерианы применяют в виде настоек, отваров, настоев, таблеток и капель.

Их применяют в качестве успокаивающего средства при бессоннице, нервном возбуждении, неврозах сердечно-сосудистой системы.

*Когда нервы на пределе  
и звенят словно струна,  
очень быстро вам  
поможет лишь  
микстурочка одна.*





# САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ



Сабельник хорошо помогает при всех простудных заболеваниях, гриппе, ОРВИ, ангине, трахеите, насморке. Он борется с возбудителями инфекции, снимет жар и боль, укрепляет иммунитет и помогает организму быстрее восстановиться.





# ТЫСЯЧЕЛИСТНИК



Тысячелистник обладает антибактериальными и противовоспалительными свойствами. Растение оказывает положительное действие на внутренние органы человека, а также оно способствует образованию слизи, избавляет от газов в кишечнике.

*Тысячелистник - пахнет  
сладко и смолисто,  
В зонт бело-розовый  
собрал свои цветочки  
На стебле - тысяча  
мельчайших листьев  
Возьмите сосчитайте –  
это - точно!*





# ПОДОРОЖНИК



Препараты подорожника обладают противовоспалительным, противомикробным, ранозаживляющим, отхаркивающим, кровоостанавливающим и умеренно снижающим кровяное давление действием.



*Растет на поле вдоль дорожек  
Чудесный доктор — подорожник.  
Я вам сейчас открою тайну -  
Он здесь дежурит не случайно!  
Порежешь палец — он поможет.  
Царапинку полечит тоже.  
Собьешь коленку — не беда!  
Зеленый доктор здесь всегда!*





# ЦМИН ПЕСЧАНЫЙ (БЕССМЕРТНИК)



Бессмертник песчаный обладает желчегонным, спазмолитическим, противовоспалительным, антибактериальным, диуретическим, кровоостанавливающим, слабым седативным свойствами.



*Стоит цвет-сухоцвет,  
Травушка-невянка,  
С бархатной одежкой  
И с кошачьей ножкой.*





# ЧАБРЕЦ (ТИМЬЯН)



Тимьян с древности почитался как трава, способная возвращать человеку не только здоровье, но и жизнь. Тимол, выделенный из тимьяна применяют как противоглистное, дезинфицирующее и обезболивающее средство. Отвары и порошок в народной медицине применяют в виде повязок при радикулите, воспалении седалищного нерва. В виде отвара или мази на меду он «очищает грудь и лёгкие», способствует отхаркиванию и успокаивает боли. Тимьян способствует пищеварению.

*«Я – борец, – сказал чабрец, –  
Лекарь и спаситель.  
Загляните во дворец,  
Где живёт Тимьян-чабрец –  
Помощь попросите!»*





# ЗВЕРОВОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ



Трава зверобоя применяется при лечении общей слабости после тяжелых заболеваний, неврозов, головных болей, бессонницы, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, заболеваний суставов. Наружно зверобой применяется при ранах, в том числе гнойных, экссудативном диатезе у детей, для полоскания горла при простудных заболеваниях.

*Сколько силы в этой травке,  
Знает издавна народ.  
«Зверобой»! Он лето жарким  
Зверя-альбиноса «бьёт»!  
Но отвар цветков полезен,  
Терпок и смолист на вкус,  
И что он от ста болезней,  
Люди знают наизусть.*



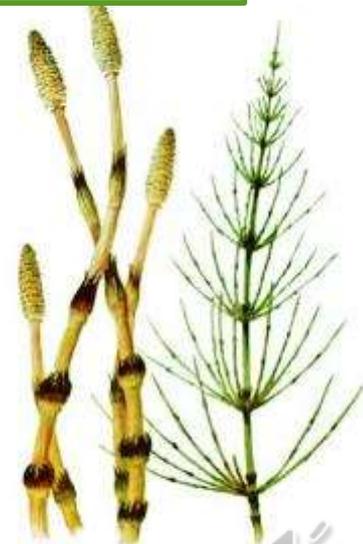


# ХВОЩ ПОЛЕВОЙ



Отвар хвоща целесообразно использовать для понижения уровня сахара в крови при сахарном диабете, а также при лечении ангины (для полоскания горла) и воспаления десен. Издавна в народной медицине применяли отвар хвоща для лечения многих тяжело-излечимых заболеваний, таких как: ревматизм, подагра, артрит, остеохондроз, артроз.

*Хвощ - дружище полевой -  
Есть, чем поживиться,  
Он хорош - пригож собой,  
Нам всем пригодится.  
Себорея, ног потливость,  
Лысый - втер отвар,  
Это вовсе не болтливость,  
А всем - божий дар.*





# ПИЖМА ОБЫКНОВЕННАЯ



Препараты пижмы повышают артериальное давление, замедляют ритм сердца, увеличивают амплитуду сердечных сокращений, усиливают желчеотделение и секрецию желудочно-кишечного тракта, увеличивая тонус последнего, желчегонные, противомикробные, противоглистные свойства и др.

*Пусть пижма - скромна,  
да лечебная все же,  
Не зря же цветки  
на таблетки похожи,  
Еще - на цыплят,  
ярко-желтых пока,  
На ощупь - на замшевый  
носик щенка.*





# ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ



Ягоды лесной земляники — источник витаминов, поэтому оказывают неоценимую помощь, ягоды способствуют нормализации пищеварения, возбуждают аппетит. Благодаря высокому содержанию железа, лесная земляника (ягоды) стимулирует функции кроветворения, что особенно актуально в случае большой кровопотери (и прочих типах анемии). Пектиновые вещества, которыми также богаты ягоды, связывают токсины и соли тяжелых металлов, а также ускоряют процесс вывода шлаков из организма. Органические кислоты, содержащиеся в ягодах земляники, способны растворять некоторые виды конкрементов (камней). Корневища и листья земляники обладают вяжущими (противовоспалительными) свойствами, останавливают внутренние кровотечения.

*Чай с заваркою из листьев,  
Ой, как ценится людьми!  
Вкусной ягодке душистой  
Не остаться без любви.  
Чтобы запастись здоровьем  
Человеку на весь год,  
Ягодок не нужно тонны,  
Съешь с ведёрко - лишь всего!*





# РЯБИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Рябина обладает поливитаминным, желчегонным, диуретическим, болеутоляющим, гипотензивным, кровоостанавливающим, противовоспалительным действием. Широко применяется не только в народной медицине, но и в пищевой промышленности.



*Ягоды не сладость,  
Зато глазу радость  
И садам украшенье,  
А друзьям угощенье.*





# КАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ



Ягоды повышают тонус, улучшают работу сердца, оказывают мочегонное действие, полезны при неврозах, сосудистых спазмах, атеросклерозе и гипертонии. Витаминный чай из них обладает общеукрепляющим и успокаивающим действием.

Кроме плодов используются и другие части растения. Отвар из коры, собранной ранней весной, высушенной и измельченной, используется как кровоостанавливающее средство при внутренних кровотечениях. Настой из цветков улучшает пищеварение.

*Кто ж те ягоды не знает,  
От простуды помогают.  
На кустах они висят,  
И, как маков цвет, горят.  
Только это не малина.  
Это ягода калина.*





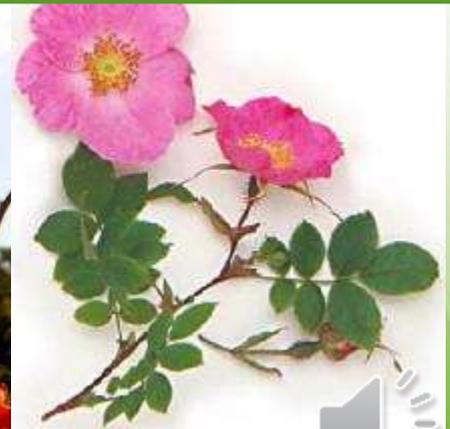
# ШИПОВНИК



Шиповник оказывает благоприятное действие на деятельность органов пищеварения, обладает мочегонным действием, стимулирует более активную работу почек. Сушеные корни шиповника имеют вяжущие свойства, а семена – это источник масла, в составе которого содержится комплекс жирных кислот и витаминов. Масло шиповника полезно для ускорения процесса заживления ран и как противовоспалительное средство.

Огромное содержание аскорбиновой кислоты дает возможность использовать шиповник при простудных заболеваниях, атеросклерозах, авитаминозах и для укрепления иммунной системы.

*Он, шиповник, возглавляет  
Средств лечебных арсенал.  
Никогда не покидая  
Свой высокий «пьедестал».  
Он «букетик» витаминов  
В красных, вызревших плодах  
С сахарами, каротином,  
Людам преподносит в дар.*





# МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ



Малина обыкновенная давно себя зарекомендовала как одно из лучших противовоспалительных и противопростудных средств. Она служит хорошей профилактикой простуд и гриппа, укрепляет иммунитет, восстанавливает обменные процессы. Свежая малина полезна людям после инфаркта и инсульта. Она способствует снижению кровяного давления. Листья малины лечат гастрит и энтерит, гинекологические заболевания и сердечно-сосудистую систему.

*Если заболел ангиной  
Или просто простудился,  
Быстро вылечит малина,  
Если летом не ленился.*





# МОЖЖЕВЕЛЬНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ



Плоды растения характеризуются противовоспалительными, противомикробными, дезинфицирующими, обезболивающими, отхаркивающими, мочегонными и желчегонными свойствами. Отвар шишкоягод употребляют для улучшения аппетита и пищеварения.

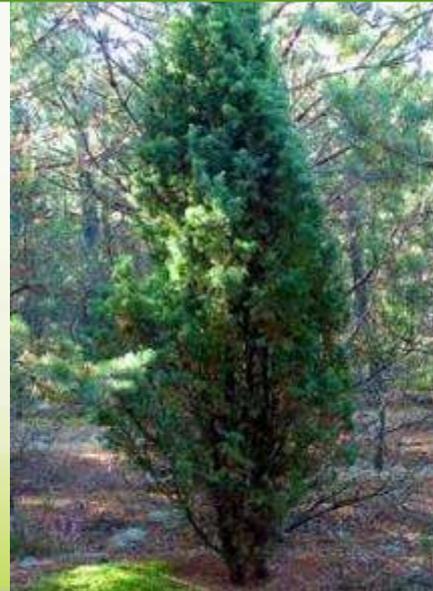
Используют при отеках, как мочегонное средство, и как дезинфицирующее средство при заболеваниях почек и мочевыводящих путей.

*На открытых местах, на песках и где ельник*

*Дикий полезный растет можжевельник.*

*Плоды - шишкягоды - легкий бальзам.*

*Можно в капусту их положить,  
Чтоб тонкий привкус его уловить  
В бане попарись им сердито  
Для исцеления радикулита..*





# БЕРЕЗА ПОВИСЛАЯ



Целительность березы – многогранна, она оказывает обезболивающее, ранозаживляющее, потогонное, мочегонное, противовоспалительное и другие действия на организм. Береза – энергетический донор, она отдает энергию человеку, снимает усталость, убирает последствия стрессов, повышает сосудистый тонус, лечит сердечнососудистые болезни.

*Не заботясь о погоде  
В сарафане белом ходит  
В один из теплых дней  
Май сережки дарит ей.*





# ДУБ ЧЕРЕШЧАТЫЙ



Исследованиями ученых было установлено, что активные вещества, содержащиеся в Дубе черешчатом, оказывают антиоксидантное, противовоспалительное, противовирусное и вяжущее действие на организм человека, подавляет эффективно кожный зуд при различных заболеваниях.

*Дуб дождя и ветра  
Вовсе не боится.  
Кто сказал, что дубу  
Страшно простудиться?  
Ведь до поздней осени  
Он стоит зелёный.  
Значит, дуб выносливый,  
Значит, закалённый.*





# МАТЬ - И - МАЧЕХА



Листья и цветки мать-и-мачехи обладают разжижающим мокроту, отхаркивающим и противовоспалительным действием. Благодаря этим лечебным свойствам отвары и настои мать-и-мачехи используют при лечении бронхита, ангины, фарингита, стоматита, воспалении и туберкулезе легких.

*Лишь головку к солнцу  
приподнял –  
Сам похож на  
солнышко он стал.  
Маленькие солнышки  
Земли  
Мать-и-мачехой в  
народе нарекли.*





# МЕДВЕЖЬЕ УШКО (ТОЛОКНЯНКА)



Медвежье ушко наделено множеством полезных свойств. В первую очередь оно является прекрасным диуретиком – эффективно выводит из организма излишки жидкости.

Кроме того, растение обладает вяжущими качествами, снимает напряжение мускулатуры, оказывает антимикробное, противовоспалительное, дезинфицирующее, болеутоляющее и обволакивающее действие.

*Живет зеленою полянкой  
В сосновых солнечных лесах  
Медвежье ушко-толокнянка,  
Вся в бело-розовых цветах.  
Листочки мелкие похожи  
На лист брусники, как они  
полезны. Их сорви, прохожий,  
и пусть твои продлятся дни!*





# БРУСНИКА ОБЫКНОВЕННАЯ



Брусника оказывает антисептическое и противовоспалительное действие. Растение применяется в качестве мочегонного средства. В бруснике содержатся дубильные вещества, благодаря которым она обладает вяжущим свойством, влияющим на желудочно-кишечный тракт. Бруснику рекомендуют применять в качестве бактерицидного средства. А также растение оказывает дезинфицирующее действие при циститах, пиелитах и уретритах.

*Красненькие бусинки  
Качаются на кочках.  
Маленькие ягодки,  
Твердые листочки.  
Немножечко с горчинкою  
Брусничка, но вкусна.,  
И очень полезная она.*





# ДОННИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ



Растение обладает противовоспалительными, отхаркивающими, антикоагулирующими, гипотензивными, антисептическими, мягчительными, потогонными, успокаивающими, ранозаживляющими, противосудорожными, болеутоляющими свойствами.

Благодаря кумарину, донник лекарственный повышает артериальное давление, хорошо снимает судороги, увеличивает минутный объем сердца и количество лейкоцитов в крови, что может помочь больным лучевой болезнью. Улучшает кровообращение органов брюшной полости, а также мозговое кровоснабжение.

*Донник цветёт, донник!  
Июля большой поклонник  
Лимонным сочным цветом  
Раскрасилось наше лето!  
Его рецепты бесценны!  
Донник цветёт, донник!  
Жизни здоровой сторонник.*





# ДУШИЦА ОБЫКНОВЕННАЯ



Благодаря целебным свойствам душицу применяют в медицине для лечения различных заболеваний, используют как антимикробное, противовоспалительное и отхаркивающее средство при лечении простуды и заболеваний органов дыхания – при бронхитах, пневмонии. Настои из душицы помогают облегчить состояние при сильном кашле, коклюше, отделяют и выводят мокроту. Применяют настои и для полосканий при ангине и простудах.

*Хороша - трава душица,  
Чай зимою заварю!  
Лето в чашке отразится,  
В пику студню январю!*





# КРАПИВА ДВУДОМНАЯ



Настоящим лидером по количеству лекарственных свойств, которые имеют всеобщее признание - является крапива. Основными свойствами листьев крапивы являются их богатство витаминами и способность улучшать кровоснабжение. Содержание витаминов в этом растении очень велико. Присутствуют некоторые витамины группы В, Е. При аллергиях, астма, крапивнице и еще других аллергических дерматитах использовались листья этого растения, как лечебное и гомеопатическое средство для облегчений раздражений.

*Ей спасибо за здоровье  
Все в народе говорят.  
Нам вообразить порою  
Трудно, сколько в ней добра!  
О целебных свойствах листьев...  
Двести лет тому назад  
В Травнике, в том, в рукописном,  
О крапиве говорят.*



# ИВАН-ЧАЙ



В составе кипрея (иван-чая) узколистного много растительного белка, есть медь, магний, калий, железо, кальций, натрий, марганец и др. Кипрей узколистный полезно пить не только после бани или сауны, он в любое время отлично восстанавливает баланс сил и микроэлементов в крови и снимает накопившуюся усталость.

На полянке невзначай  
раскраснелся иван-чай:  
«Мой пурпурный цвет, друзья,  
обойти никак нельзя!..»  
Он раскланялся любезно:  
«Чай душистый пить полезно!»





# РОМАШКА АПТЕЧНАЯ



Препараты ромашки аптечной оказывают спазмолитическое, противовоспалительное, антисептическое, седативное и некоторое обезболивающее действие. Настой ромашки при приеме повышает секрецию пищеварительных желез, оказывает желчегонное действие, уменьшает процессы брожения, снимает спазмы кишечника.

*Разместились белые ромашки  
По лугам среди высоких трав,  
Словно кто-то разбросал бумажки,  
Солнышки на них нарисовав.*





# ВАСИЛЁК



Препараты, в которых задействован василёк, обладают потогонным, противобактериальным, жаропонижающим и мочегонным эффектом. Он способствует быстрому заживлению ран, купирует болевые ощущения при наружных повреждениях кожных покровов, приводит в норму пищеварение. Корни растения используются для приготовления слабительных лекарств. Специалисты медицинской сферы уже давно заметили его лечебное воздействие при болезнях глаз. Василек оказывает благотворное действие на организм человека при заражении глистами. Польза его неоспорима также при таких болезнях, как желтуха, подагра, колики.

*Синее небо упало на луг,  
Синим-пресиним всё стало вокруг,  
На лугу расцвели, у синей реки,  
Как синие небо, цветки – васильки.*



**Спасибо за внимание!  
Будьте здоровы!**



## Литература:

✓ Красная книга Республики Беларусь.  
Растения: редкие и находящиеся под угрозой  
исчезновения виды дикорастущих растений. –  
Мн.: БелЭн им. П. Бровки, 2005. – 456 с.

**Составитель:** Р. М. Ромашко

