

❓ 1. Назовите перечень лекарственных препаратов и средств для домашней аптечки и дорожной аптечки водителя. 2. Какие признаки лекарственных препаратов могут указать на их непригодность? ❗ 3. Вместе со взрослыми проверьте условия хранения и содержимое домашней аптечки. Какие из лекарственных препаратов применяются для лечения заболеваний членов семьи?

## § 22. Лекарственные растения



Как вы можете объяснить народную мудрость «На всякую болезнь зелье вырастает»?

**Основные термины и понятия:** фитотерапия, лекарственное сырье.

**Фитотерапия** — использование лекарственных растений для лечения человека. Этот способ применялся с глубокой древности для борьбы с различными заболеваниями. Лекарственные травы имеют меньше противопоказаний и побочных воздействий на организм, чем фармацевтические препараты. Несмотря на это, лечение лекарственными растениями требует знаний и осторожности.



**Перед использованием лекарственного сырья необходимо проконсультироваться с врачом.**

В правильно собранном лекарственном сырье сохраняются целебные свойства. Действующие вещества в лекарственных растениях распределены неравномерно. Используются те части растения, где накапливается максимальное количество лекарственных веществ. Состав и количество действующих веществ в растениях зависит от их фенофазы, что связано со *сроками заготовки лекарственного сырья*. Кору собирают ранней весной, в период усиленного сокодвижения. Листья — во время цветения или незадолго до него. Цветки или соцветия — в начале цветения. Плоды и семена заготавливают в стадии полной зрелости. Корни и корневища собирают в конце лета, осенью или ранней весной до распускания почек. Наземные части и органы растений (кора, листья, цветки, плоды) рекомендуется собирать в ясную погоду.

Обязательно следует соблюдать технологию приготовления настоев, отваров, настоев. Обычно *отвары* готовят в соотношении 1:10, т. е. на 1 часть лекарственного сырья берут 10 частей воды. Полученную смесь нагревают на кипящей водяной бане в течение 15 минут, а затем настаивают при комнатной температуре 45 минут. После этого отвар фильтруют и отжимают остаток. Срок хранения отвара в прохладном месте не превышает 2 суток. При приготовлении *настоев* используют такие же пропорции воды и лекарственного сырья. Помещенное в термос сырье заливают кипятком и оставляют на 45 минут. Затем настоем фильтруют. При приготовлении настойки лекарственный сбор заливают спиртовым раствором и настаивают 7–21 день под плотной крышкой, в темноте.

В полевых условиях не всегда рядом могут оказаться фармацевтические препараты. В этом случае вам сможет помочь разнообразие *лекарственных растений*.

Таблица 11. Виды лекарственных растений Беларуси и их применение

Видовое название и его изображение	Лекарственные свойства
<p><b>Валериана лекарственная</b></p> 	<p>Настой корневища или корней — успокаивающее средство при бессоннице, нервном возбуждении, неврозах сердечно-сосудистой системы</p>
<p><b>Крапива двудомная</b></p> 	<p>Настой свежих листьев применяют как противовоспалительное, мочегонное, противолихорадочное средство. Может использоваться при пониженном содержании ионов железа в крови. Применяют для лечения нагноений и язв. Настойка свежих листьев — кровоостанавливающее средство</p>
<p><b>Липа мелколистная</b></p> 	<p>Настой (чай) соцветий применяют для лечения ангины, острых респираторных заболеваний, гриппа, воспаления легких. Используют его и для устранения головной боли и болезненных ощущений в брюшной полости, усиления секреции желудочного сока и желчи, уменьшения вязкости крови, снижения температуры тела</p>

Продолжение таблицы 11

Видовое название и его изображение	Лекарственные свойства
<p><b>Малина обыкновенная</b></p> 	<p>Настой из листьев (чай) и плодов стимулирует потоотделение, что приводит к понижению температуры тела; снимает воспаление, кашель и другие простудные симптомы. Понижает артериальное давление, успокаивает нервную систему, оказывает обезболивающее действие, улучшает сон. Плоды обладают мочегонным действием. Отвары и настои из листьев растения используют для остановки внешних и внутренних кровотечений при обильных кровотечениях во время менструаций. Отвары листьев применяют для лечения диареи</p>
<p><b>Мята перечная</b></p> 	<p>Отвары, настои из листьев обладают антисептическими свойствами; оказывают желчегонный и противомикробный эффект; используются для снятия боли в брюшной полости, сердце, зубной боли; при лечении мигрени, заболеваний желудка, печени, других органов пищеварительной системы</p>
<p><b>Подорожник большой</b></p> 	<p>Сок свежих листьев применяют для заживления ран; при хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Настой листьев используется как отхаркивающее средство</p>

Окончание таблицы 11

Видовое название и его изображение	Лекарственные свойства
<p><b>Ромашка аптечная</b></p> 	<p>Настой (чай) из соцветий обладает вяжущим, потогонным, антисептическим и противовоспалительным действием. Применяют при кишечных заболеваниях, спазмах желудка, повышенном газообразовании, задержке менструации, неврозах, простудах. Наружно используют для полосканий и промываний</p>
<p><b>Черника обыкновенная</b></p> 	<p>Отвар и настой из свежих или сушеных ягод — вяжущее средство при диарее. Настой листьев эффективен при легких формах сахарного диабета, используется при циститах, моче- и желчекаменной болезнях, желудочных коликах и энтероколитах. Клизмы из настоя показаны при геморрое, а спринцевания — при влагалищных инфекциях</p>
<p><b>Шиповник коричный</b></p> 	<p>Плоды используются как поливитаминное средство при авитаминозах (особенно при авитаминозе С). Чай и настой из плодов обладают тонизирующим, противовоспалительным, общеукрепляющим действием; снижают содержание сахара и холестерина в крови, скорость оседания эритроцитов</p>

### Правила безопасного обращения с лекарственными растениями

Перед заготовкой лекарственного растительного сырья изучите ядовитые, охраняемые, редкие и лекарственные растения.

1. С целью безопасности позаботьтесь об обуви, перчатках и головном уборе.
2. Учитывайте сроки заготовки лекарственного сырья. Сбор лекарственных растений не проводите вблизи автомобильных трасс, производственных предприятий, в черте города. Собирайте сырье в солнечную погоду, с 12.00 до 16.00.
3. Для заготовки сырья используйте лопатку, секатор, корзинку или бумажный пакет.
4. Не притрагивайтесь к растениям, свойств которых вы не знаете. Не пробуйте на вкус незнакомые растения. После заготовки растительного сырья обязательно вымойте руки с мылом.
5. Для сушки поместите растительное сырье в хорошо проветриваемое, притененное помещение.

### Подведем итоги

Фитотерапия — использование лекарственных растений для лечения. Для приготовления настоев, отваров используются части растения, где накапливается большое количество лекарственных веществ.

- ❓ 1. Какими полезными свойствами обладают растения? Какие растения вы можете использовать для лечения в домашних условиях? 2. Какие лекарственные растения вы знаете? Какие части (органы) растений для лечения использует человек? ❗ 3. Предложите, какие лекарственные растения вы будете использовать в походе в следующих ситуациях: а) обувь натерло ногу; б) раздражение кожи при укусах насекомых; в) простуда (болевым симптом в гортани, жар, кашель); г) вечером долго не можете уснуть; д) болевой симптом в брюшной полости, диарея.



Тест по теме: «Лекарственные препараты и растения».