

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МОН и МП Краснодарского края**

**Муниципальное образование Мостовский район**

**МБОУ СОШ №16 имени Ф.И. Кравченко села Унароково**

**Конкурс «Моя малая Родина»**

**Номинация: «Экотрадиции»**

**Тема: «Рецепты лечения народными средствами»**

Автор работы : Щербаков Дмитрий, 8 класс

Айрапетова Ариана, 8 класс

Руководитель: Брехова Инна Викторовна, учитель химии

с. Унароково 2023г.

## Введение

Видовое разнообразие растительности нашего края очень велико. Нас окружает множество растений. Среди них есть лекарственные, которые лечат различные заболевания. Многие современные люди не знают о их свойствах и даже не догадываются на сколько полезны эти растения, и, конечно же, не применяют их в своей жизни. Использование лекарственных растений в комплексе с традиционным лечением приносит очень хорошие результаты. В своем проекте мы собрали информацию о некоторых растениях, произрастающих в нашей зоне.

### Биологические особенности растений и их лекарственные свойства

#### Шиповник (*Rosa Eglantheria*)

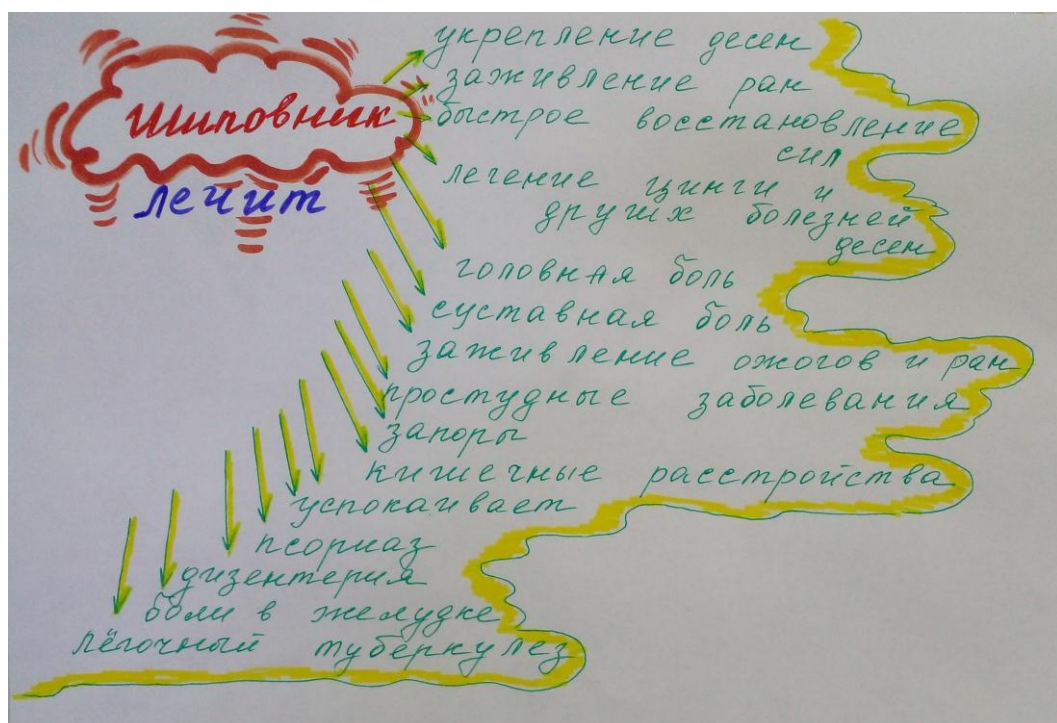


Шиповник широко распространен в нашей местности. Он растет у нас за селом на холме, много его и на улицах нашего села. Весной он красиво цветет яркими ароматными цветами. Затем на кустах вырастают ягоды, которые спеют в сентябре и становятся ярко красными. В зелени его веточек любят прятаться воробьи от хищных птиц. Сидя на ветках шиповника, воробьи чувствуют себя в безопасности и весело чирикают. Настой из

шиповника удивительно вкусный и полезный. Он является известным вспомогательным средством для лечения простудных заболеваний. Шиповник обладает кроветворным действием, повышает сопротивляемость организма к вредным воздействиям окружающей среды, ускоряет заживление ран и срастание костей, нормализует работу желчного пузыря и печени, прекрасно борется с весенним авитаминозом и истощением.

О лекарственных свойствах *Rosa Eglanteria* было известно еще с незапамятных времен. Древнегреческий ученый, философ, естествоиспытатель IV века до нашей эры Теофраст подробно описал это растение в своей книге «Естественная история». О применении порошка шиповника для укрепления десен упоминается в травнике 1563 года. Масло дикой розы использовали для заживления ран в эпоху, когда антисептики и методы стерилизации еще не были открыты.

Лекарственные свойства шиповника ценили на территории Древней Руси. В старинных травниках знахарей имеются описания полезных свойств растения и болезней, от которых он помогает. Славяне называли его свороборенником и применяли розовую воду для заживления ран, пока не научились делать более ценное масло.



Чтобы приготовить отвар, нужно поместить сушеные ягоды в термос и залить кипятком, затем настаивать несколько часов. На 1 литр кипятка берут 100г шиповника. По желанию, в такой настой можно добавить мед.

Можно приготовить отвар и на водяной бане: 5 столовых ложек ягод залить 1 литром кипятка и настаивать на водяной бане в течение 15 минут. Затем снять с огня и оставить отвар на ночь, процедить. Принимать по 100 мл в течение дня.



Полезный отвар можно готовить из свежих плодов, для этого нужно: свежие плоды очистить от волосков и семян, промыть, поместить в эмалированную посуду. Закрывать крышкой, залить водой, довести до кипения и кипятить 2 минуты. Затем отвар настаивают 3 часа, процеживают через 2-3 слоя марли и пьют. Дозировка: на 2 столовые ложки ягод берут 2 стакана воды.

Сколько в день нужно пить настой шиповника?

Настой из шиповника можно пить: ежедневно не более двух месяцев, затем перерыв одну-две недели; в сутки не больше 200мл (можно в два-три приема); во время простуды не более трех раз в течение дня.

В какое время суток лучше пить шиповник?

Лучше делать это перед сном, чтобы напиток успел отстояться. А утром останется только процедить. Пить чай советуется после еды.

Сколько раз можно использовать шиповник?

Смело приступайте к завариванию шиповника не более двух раз. За это время ягоды отдадут свои полезные вещества.

Сколько времени можно хранить отвар шиповника в термосе?

Готовый настой хранится не более двух суток.

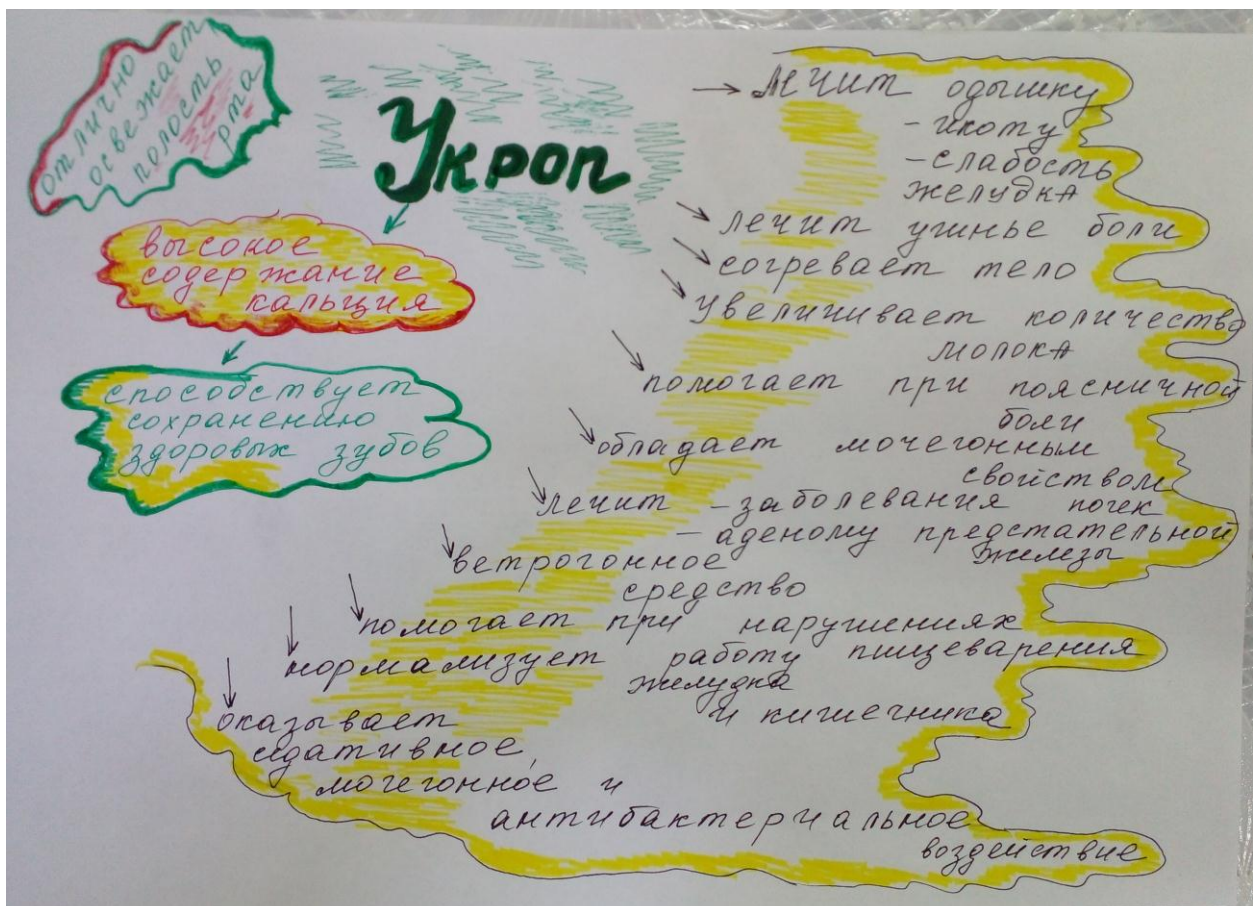
### **Укроп (*Anethum graveolens*)**



Укроп пахучий, или огородный – вид однолетних травянистых растений семейства Зонтичные. Это популярное огородное растение, выращиваемое как пряность. Может вырастать до 40-60 см в высоту. Имеет



тонкие стебли и чередующиеся мягкие тонкие листья длиной около 10-20 см. Листовые отделы шириной 1-2 мм, немного шире, чем у фенхеля, похожи на нитку, сложные по текстуре. Цветки укропа имеют цвет от белого до желтого. Укроп огородный очень распространен у нас на Кубани. Весной он обильно всходит на огородах как сорняк. Зелень укропа очень ароматная и полезная, содержит много витаминов и полезных веществ. Произрастая в большом количестве, укроп угнетает своих соседей по огороду. Его необходимо проредить, иначе он способен заглушить другие культурные растения. В июне укроп цветет крупными зонтиками. К концу лета созревают семена. Для лечения используют как свежую зелень, так и его семена, заваривая их кипятком и настаивая некоторое время. В древней медицине считали, что укроп, принятый в любом виде растворяет внутренние опухоли, открывает закупорки внутренних органов, помогает пищеварению, полезен при отравлениях, лечит болезни кишечника. Мы составили карту понятий «Укроп».



О побочных действиях укропа информации практически нет.

Из свежей зелени укропа можно приготовить целебный отвар: 1 столовую ложку измельченной травы заливают 1,5 стакана кипятка и настаивают в течение часа. Приготовленный настой принимают 3 раза в день перед едой.

Из семян готовят настой следующим образом: 1 столовую ложку семян укропа заливают 1 стаканом кипятка и настаивают в теплом месте, лучше всего в термосе.





## Каштан конский (Aesculus L.)



Высота дерева может достигать 25 метров, а толщина - до 2 метров. На толстых стеблях конского каштана растут крупные сложные листья, которые по форме напоминают руку. В нашей зоне каштан цветет в апреле - именно тогда его покрывают белые цветы, собранные в плотные конусообразные соцветия. После этого плоды созревают, и где-то в сентябре на дереве появляются коричневые семена, заключенные в зеленую шиповатую оболочку.

Каштановые деревья в основном используются в городских районах, в которых растение выполняет декоративную функцию и обеспечивает тень.

Из каштановых семян в прошлом готовили клей и использовали в качестве корма для животных. В настоящее время, помимо декоративной функции растение ценится за его оздоровительные свойства. Кроме того, сырье используется в производстве косметики в натуральной медицине, фитотерапии и косметике используются практически все части каштана – не



только семена и плоды, но и цветы, листья и кора. Мы составили карту понятий «Каштан».



Настой из цветов конского каштана может быть приготовлен самостоятельно. Все, что нужно сделать, это залить столовую ложку высушенных цветков растения стаканом кипятка и настаивать, накрыв крышкой, в течение 20 минут.

Настой, или фактически отвар, можно приготовить и из коры конского каштана – для этого необходимо столовую ложку измельченной коры залить стаканом кипятка и варить эту смесь в течение 5 минут. После этого снять с огня, оставить на полчаса остывать и процедить.

Настойка из плодов конского каштана на водке: плоды разрезать на 4 части, положить их в стеклянную банку, залить 0,5л водки, поставить в темное прохладное место на 1 месяц, 1 раз в 2-3 дня встряхивать емкость.

Нельзя принимать препараты конского каштана людям, страдающим острой почечной недостаточностью. Принимающим различные

лекарственные препараты, также следует быть осторожными - экстракт конского каштана может ослаблять или усиливать действие некоторых лекарственных средств, а также оказывать токсическое действие в сочетании с другими препаратами. В связи с этим не следует сочетать конский каштан с антикоагулянтами или препаратами, содержащими цефалоспорины. Опасным может быть также прием конского каштана вместе с аминогликозидными антибиотиками.

## Заключение

В своем проекте мы изучили и приготовили множество рецептов лечения народными средствами. Работа оказалась очень интересной. Теперь мы знаем гораздо больше о шиповнике, укропе и конском каштане. Это чрезвычайно полезные растения. Полученные знания мы будем применять в своей жизни.

