

*Любимовская сельская библиотека
филиал муниципального казенного учреждения культуры
«Екатериновская сельская библиотека»
Екатериновского сельского поселения
Щербиновского района*

«Целебные растения вокруг нас»

час информации



*хутор Любимов
2021 год*

ШАЛФЕЙ

Шалфей может применяться как внутрь, так и наружно.

В зависимости от болезни его используют в виде отваров, настоев, ванн, компрессов, ингаляций.

Внутри шалфей принимают при желудочно-кишечных, респираторных и инфекционных заболеваниях. Из шалфея готовят настои, отвары, настойки.

При упадке сил, частых простудах, неврозах и депрессии так же шалфей можно добавлять в чай.

Шалфей в кулинарии используют в виде сухой приправы добавляют в блюда из риса, яиц, мяса, рыбы.

Шалфей используют в косметологии для лечения проблемной кожи, усиления роста и укрепления волос. Эфирное масло, изготавливаемое из шалфея лугового, применяется в ароматерапии и парфюмерной промышленности.



Мать - и - мачеха

Это растение всегда спасало от многих недугов. В древние времена знахари готовили целительный отвар, вылечивающий людей от удушливого кашля. Она и сейчас является очень популярной.

Помогает при простудных заболеваниях, бронхитах, бронхиальной астме. Капли из её отвара вылечат самый сильный насморк.

При раздражении желудка очень полезен тёплый, несладкий чай, заваренный из листьев мать - и - мачехи.

При заболеваниях кожи её прикладывают к фурункулам, нарывам и язвам.

При рожистом воспалении – порошком из толчёного сырья присыпают раны.



ШИПОВНИК

Его плоды - бесценный источник витаминов.

Избавит от авитаминоза, анемии и заболеваний печени.

Поможет при серьезной простуде, бронхите и воспалении легких.

Маслом шиповника можно вылечить серьезное заболевание кожи - псориаз, а женщинам, мечтающим о похудении, с помощью его отвара сделать это будет очень легко.



Мята перечная

Абсолютно все знают о том, что мята очень полезное растение. Но, к сожалению, далеко не каждый человек осведомлен о всех ее полезных свойствах.

Мята поможет при изжоге, всевозможных воспалениях, болях в сердце, при пищевых и алкогольных отравлениях.

Мятное масло устраняет мышечные боли, возникшие после тяжелой физической нагрузки, а так же используется для лечения позвоночника.

Ее отвар снимает зубную боль и зуд от укуса насекомых.

Мятные капли прекратят тошноту и головокружение.



Подорожник

Неприглядная на вид травка знакома всем с детства. Кто из нас не прикладывал его листик к разбитой коленке?

Это натуральное лекарство, благосклонно подаренное жителям земли природой.

Рекомендуется применять при язве желудка, болях в кишечнике.

Как отхаркивающее средство при бронхите и туберкулезе.

Как укрепляющее средство при дизентерии и поносе.

Наружно - при укусах пчел, фурункулах и открытых ранах.





Календула

Польза календулы настолько велика, что её успешно применяют при лечении злокачественных опухолей.

Календула известна своими отхаркивающими, мочегонными, потогонными действиями.

Лекарства из календулы применяют для полоскания горла при стоматите и ангине.

Календула – прекрасное средство при кашле.

Она хорошо помогает при одышке и отёках, при головных болях, а также восстанавливает память.

При сборе лекарственных растений нужно помнить о том, что:

- Нельзя собирать растения возле автомобильных и железных дорог.
- Нельзя собирать лекарственные растения в сырую, мокрую погоду, лучше это сделать днём, когда сухо и ясно.
- Нельзя пробовать растения на вкус.
- Нельзя рвать много растений.
- собирать лекарственные растения надо каждый вид отдельно.
- После сбора лекарственных растений надо тщательно вымыть руки.



