



МБУ «НОВОЛЕУШКОВСКАЯ СЕЛЬСКАЯ БИБЛИОТЕКА ИМЕНИ И. И. НИКОНОВА»

«Травинка - витаминка»

(Ко дню окружающей среды)

ПОДГОТОВИЛА :
ЗАВЕДУЮЩАЯ СЕКТОРОМ
ПО РАБОТЕ С ДЕТЬМИ
СИЯНОК Е. Г.

Всемирный день окружающей среды и День эколога в России отмечается ежегодно 5 июня.

Конференция ООН по проблемам окружающей среды, прошедшая в Стокгольме в 1972 году и положившая начало празднику, приняла декларацию, которая провозглашала охрану природы первостепенной задачей человечества и содержала 26 принципов охранной деятельности, а также рационального использования природных ресурсов.

В 2019 году тема Дня — загрязнение воздуха. Из-за этого ежегодно умирают 7 млн человек, 600 тыс. из них — дети, отметил генеральный секретарь ООН Антониу Гуттериш. Специальный докладчик ООН Дэвид Бойд назвал загрязнение воздуха «невидимым убийцей», который каждый час уносит жизни 800 человек.

Шиповник коричный

Народные названия: шиповник майский, роза коричная, шипняк, шипшина, петушьи ягоды, свороборина.

У многих народов шиповник — любимое бытовое, ритуальное и священное растение: из его цветков плели гирлянды для невест; женщины и девушки украшали себя бусами из ярких плодов.

У славянских народов шиповник — символ красоты, молодости, любви. Одновременно он символизирует и крепкую мужскую статью.



Применение в медицине



Корни. Отвар — вяжущее и антисептическое; при диарее, диспепсии, циститах, гипертонической болезни, болезнях сердца; наружно (ванны) — при ревматизме и параличах.

Цветки. Настой (примочки) — при конъюнктивитах; как противовоспалительное и успокаивающее.

Отвар лепестков — при гиповитаминозах, простудных заболеваниях, общей слабости; с медом — при рожистых воспалениях.

Чистотел



Это растение называют еще «бородавочник», что связано с использованием его сока в народной медицине при кожных заболеваниях: им выводят бородавки. Млечный сок у чистотела желтого цвета, отсюда и еще одно название — «желтомолочник».

Трава чистотел – целая аптека!

И если «лук от семи недуг», а «девясил дает девять сил», зверобой — бальзам от 99 хворей, то чистотел — русский женьшень и лечит более 250 болезней.



Зверобой



**«Клевер, вербена, укроп,
зверобой власть переселят
ведьмы любой»**

В народной медицине многих стран зверобой — это лекарство от 100 болезней.

Зверобой издревле считали счастливой, магической травой почти везде, где он произрастает. Знающие говорили, что магические свойства зверобоя наиболее сильны в Иванов день. Если его соберет ранним утром молодая девушка, она может быть уверена, что в этом году выйдет замуж, а если при этом положит его на ночь под подушку, то увидит во сне своего суженого. Его использовали в любовной ворожбе, как средство против черной печали и происков ведьм.

«Как нельзя без муки испечь хлеба, так без ЗВЕРОБОЯ нельзя лечить болезни»

■ У зверобоя сложный целебный состав, содержит много витаминов: А, С, РР, витамин Р (бибфлавоноиды), витамин Е (токоферол), кахетины, дубильные вещества, смолы, рутин (гликозид), флавоноиды (кверцетин), сапонины, кумарины, холин, эфирные масла, фитонциды.

■ Зверобой обладает вяжущим, кровоостанавливающим, регенерирующим, успокаивающим, ранозаживляющим, противовоспалительным, мочегонным, желчегонным действием. Одно из немногих высших растений для производства эффективных антибиотиков.

■ Зверобой возбуждает аппетит, останавливает кровотечения, применяется как обезболивающее и успокаивающее при нервных расстройствах.

Облепиха – северный ананас!



Облепиха – скромный на вид кустарник, но удостоен громкой славы!

Это колючий кустарник с очень ломкими ветвями из семейства лоховых. Цветет в мае. Плоды – оранжевые костянки, шаровидно-овальные, до 8 – 10 мм длиной, созревают в августе – сентябре.

Облепиха – источник здоровья

- Еще в Древней Греции ее листьями и молодыми побегами кормили боевых лошадей. От этого они прибавляли в весе, шерсть их становилась шелковистой, красивой. Позже человек еще внимательнее присмотрелся к этому растению, в полной мере оценил его целебные свойства. И сегодня облепиха — одно из самых популярных растений в длинном перечне лекарственных даров леса.
- Есть у облепихи, помимо целебных, еще одно полезное свойство: она ценная порода для закрепления песков.
- В медицине применяется облепиховое масло, получаемое из плодов растения. Масло обладает противовоспалительным, болеутоляющим, хорошим ранозаживляющим действием. Применяется при лечении кожных болезней, при лучевой терапии и др.
- Из коры облепихи получен препарат, который совместно с рентгенотерапией рекомендуется при лечении рака. Плоды облепихи очень ценное поливитаминное средство. Их сок применяется при гиповитаминозах.

Пустырник

Другие названия – пустырник
пятилопастный, панцерия.
Лекарственные части –
верхушки растения.



Уже по названию растения можно
определить, где оно обитает. Конечно, это
житель пустырей.

Целебное действие и применение пустырника в медицине



Препараты пустырника по своему действию очень напоминают препараты валерианы и ландыша. Однако, пустырник значительно эффективнее, в особенности при лечении различных сердечных заболеваний, в частности при сердечно-сосудистых неврозах. Настойка пустырника способствует нормализации сердечного ритма, увеличению силы сердечных сокращений. Кроме того, настой и настойка из травы пустырника снижают артериальное давление.

Пустырник входит в состав успокоительных чаев, которые назначаются при бессоннице и нервных расстройствах. Препараты пустырника назначаются также и для наружного применения, к примеру, для заживления ран и для лечения ожогов, потому как пустырник оказывает сильное антибактериальное и противовоспалительное действие.

Лопух, репейник



Лопух – известный двулетник из семейства сложноцветных. Широко распространен как сорняк.

В пищу применяют молодые корневища растения первого года жизни, которые весьма популярны в качестве продукта питания во Франции и Бельгии, в США и Китае.



Применение лопуха при различных болезнях

- Лопух обладает противовоспалительным, ранозаживляющим, кровеочистительным, мочегонным, потогонным действиями, регулирует обмен веществ. Поэтому находит широкое применение при лечении различных заболеваний: желудочно-кишечных, печени, почек.
- Употребляется при ревматизме, золотухе, сахарном диабете.
- Моют голову в отваре лопуха для улучшения роста волос, избавления от перхоти.

Мать-и-мачеха



Уже само название говорит о том, что это растение может быть одновременно и теплым, ласковым, заботливым, и холодным, неприветливым, злым.

Верхняя поверхность листа - темно-зеленая, блестяще гладкая. При прикосновении к ней ощущаешь прохладу, холод. Ощущения эти зависят от внутреннего состояния человека. Если болит голова, есть жар, приложите лист мать-и-мачехи блестящей, холодной стороной, получите быстрое облегчение, пройдет жар и головная боль. Другая, нижняя поверхность, наоборот, пушистая и, как всякий пух, греет, приложенная к коже

Лечебные свойства

Мать-и-мачеха является старинным средством от кашля. Лечебное значение этого старинного средства подчеркивает и латинское название растения - "туссиляго", происходящее от слова "туссиб" - кашель.

Мать-и-мачеха действует как отхаркивающее средство.

Мать-и-мачеха обладает сильным противовоспалительным действием. Она быстро снимает аллергические реакции



www.stylend.ru

Подорожник

Подорожник большой –

многолетнее растение из семейства подорожниковых, встречающееся вблизи дорог, жилых мест.

Подорожник – безвредное растение, оказывает на организм оздоравливающее действие.



Применение в медицине

- Подорожник усиливает секреторную деятельность желудка, обладает противовоспалительным, ранозаживляющим действием, благотворно влияет на обмен веществ и состав крови.
- В медицине препараты из листьев подорожника применяются при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, воспалительных процессов в печени и желчном пузыре, а также как отхаркивающее средство при бронхитах, пневмонии и туберкулезе.
- Наружно применяется среди населения как ранозаживляющее средство при хронических язвах, ожогах, ушибах, порезах, укусах насекомых и при различных кожных болезнях.



Спасибо за внимание!