

Муниципальное казенное учреждение культуры
«Шабельская сельская библиотека»
Шабельского сельского поселения
Щербиновского района

Экологический час «ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА»



Я люблю побродить
По зеленой стране.
Здесь друзей заводите
Очень нравится мне.
На сюрпризы горазд
Молчаливый народ
И за то, что отдаст,
Ничего не берет.
В той стране благодать,
Удивительный свет.
Вот бы нам разгадать:
В чем тут главный секрет?
Загляни-ка со мной
В эту славную жизнь
И с зеленой страной
Навсегда подружись.





Ребята, а что вы знаете о лекарственных растениях?

Давайте посетим зелёную аптеку!



Зелёная аптека



Ромашка



Ромашка давно зарекомендовала себя как хорошее вяжущее, противовоспалительное, антимикробное, болеутоляющее, регенерирующее средство.

Она обладает спазмолитическим, антиаллергическим, потогонным свойствами. Оказывает обезболивающее, антисептическое, заживляющее и восстанавливающее действие. Улучшает процесс пищеварения, а иногда помогает при аллергических заболеваниях. Ванны из ромашки аптечной полезны грудным детям. Настой полезно пить пожилым людям. Она показана при печеночной недостаточности и некоторых женских болезнях.

Применяют ее, в первую очередь при простудах, а также при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при болях и спазмах в желудке. Если регулярно пить настои из ромашки, можно вылечить весь желудочно-кишечный тракт.



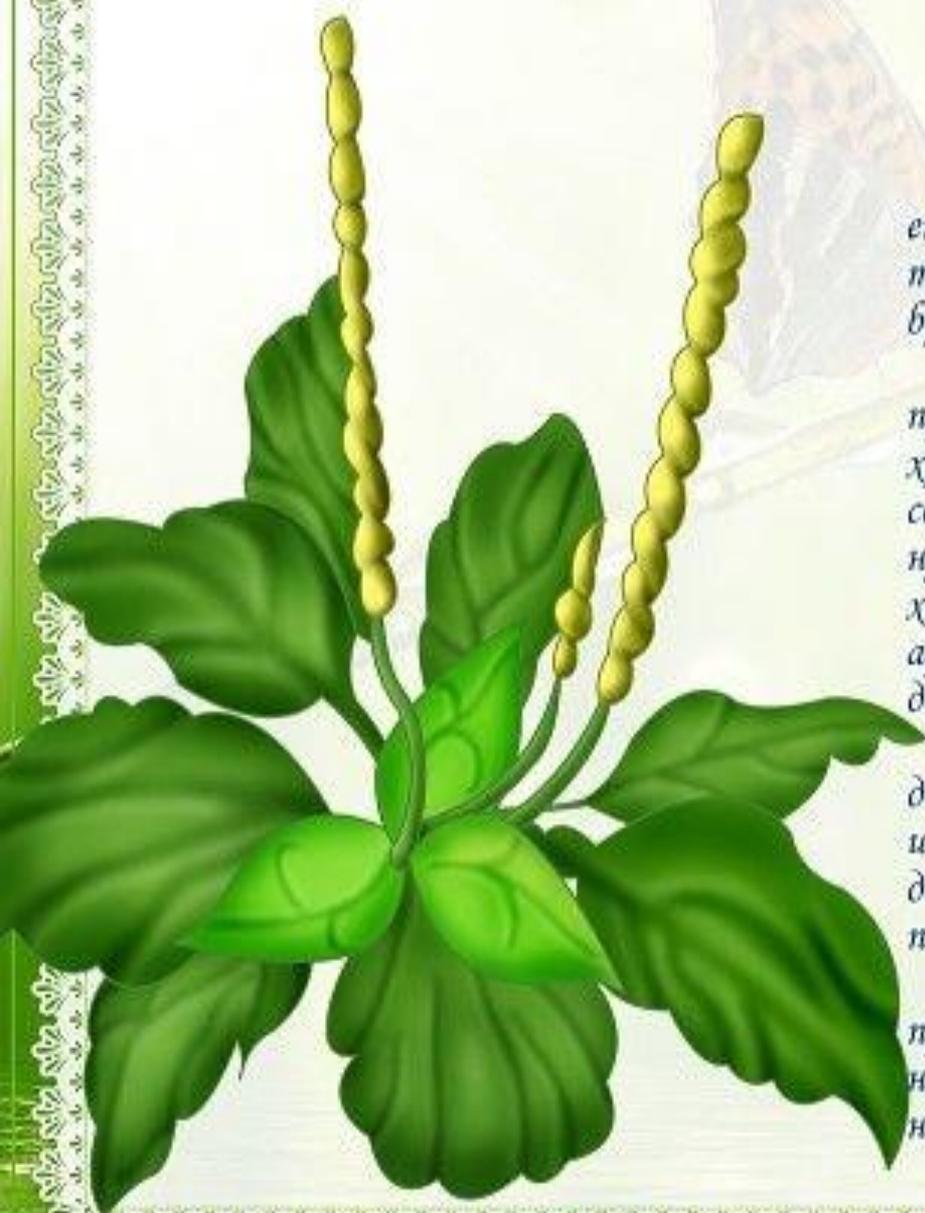
Подорожник

Настой и отвар листьев подорожника применяется как отхаркивающее средство при лечении туберкулеза, коклюша, бронхиальной астмы и бронхитов.

Соk из свежих листьев растения эффективен при язвенной болезни 12-перстной кишки и желудка, хронических гастритах. Соk растения повышает содержание гемоглобина в крови, усиливает секреторную деятельность желудка, снижает содержание холестерина. Экстракт подорожника понижает артериальное давление и оказывает успокаивающее действие.

Наружно листья растения прикладывают к фурункулам, ранам, язвам и порезам. Кашицу из листьев прикладывают к отекам после укусов ос и пчел, мозолям, ушибам.

Отваром листьев растения промывают глаза при их воспалениях и полощут полость рта при зубной боли и воспалении десен.



Берёза

дерево высотой 30-45 м, с обхватом ствола до 120-150 см.

Чай из березовых листьев - лучшее средство для выведения воды из организма. Он не раздражает почек, но усиливает образование мочи. Поэтому его используют для промывания мочевыводящих путей, при бактериальных воспалительных заболеваниях, связанных со спастическими явлениями, и вообще прописывают при заболевании почек.

Березовый сок известен в качестве лосьона для волос. Считается, что он препятствует выпадению волос и образованию перхоти. В российской научной и народной медицине наибольшее употребление имеют почки березы. Из них готовят лекарства потогонного, мочегонного и желудочного действия.



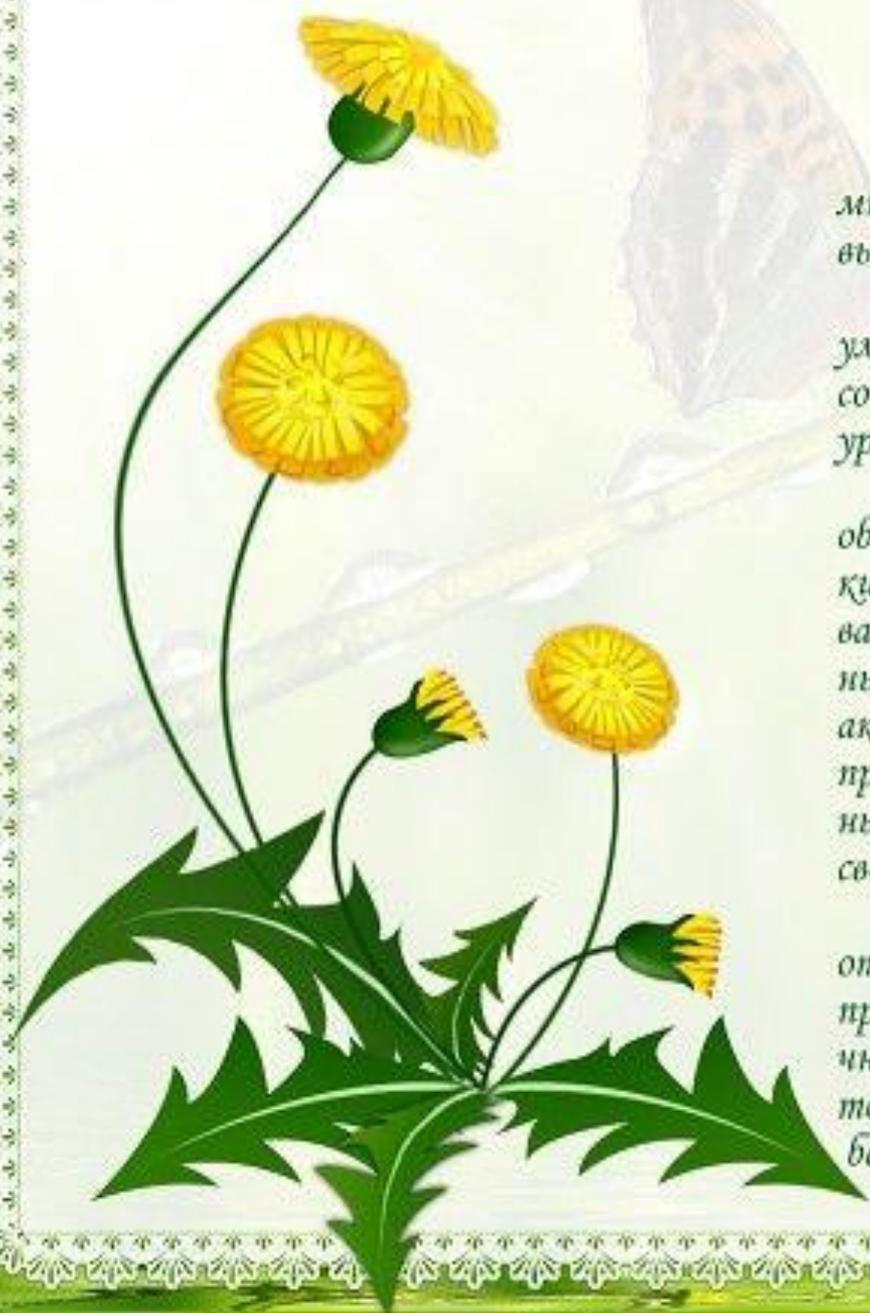
Одуванчик

многолетнее травянистое растение до 50 см высоты.

Применяют его для возбуждения аппетита и улучшения пищеварения. Он также улучшает общее состояние, нормализует обмен веществ, снижает уровень холестерина в крови, улучшает состав крови.

Биологически активные вещества одуванчика обладают также желчегонными, спазмолитическими, слабительными, отхаркивающими, успокаивающими, снотворными, мочегонными, потогонными свойствами. Кроме того, в процессе изучения активности одуванчика установлены также противовирусные, противотуберкулезные, фунгицидные, антигельминтные и антиканцерогенные свойства.

В народной медицине настой, отвар одуванчика применяют при заболеваниях печени, желчного пузыря, почек, гипертонической болезни, геморрое, бессоннице.



Календула -

однолетнее травянистое растение высотой до 60 см. В лечебных целях используются цветочные корзинки календулы.

Календула оказывает спазмолитическое, антибактериальное и противовоспалительное действие, способствует устранению инфекционного начала и воспалительного процесса.

В результате действия этого растения улучшается желчевыделительная функция.

Кроме того, настойки, мази, эмульсии, свежий сок растения используют наружно при мелких ранах, порезах, ушибах, ожогах, фурункулезе.

Календулу применяют внутрь при ряде заболеваний. Отмечено положительное действие препаратов календулы при сердечно-сосудистых заболеваниях, сопровождающихся сердцебиением, одышкой, отеками. Календула способствует нормализации сердечной деятельности и уменьшает отеки.



Голубика -

неввысокий, сильно ветвистый кустарник, высотой 20-25 см. Цветет с июня до середины июля. Плоды созревают в начале августа.

В народной медицине отвар сухих плодов используют как вяжущее и противовоспалительное средство при поносах, гастритах, артритах, как поливитаминное и общеукрепляющее средство при авитаминозах и нарушении обмена веществ, как противоглистное средство, а также при гипертонической болезни и других сердечно-сосудистых заболеваниях.

Со́к из свежих плодов голубики — приятный и освежающий напиток, утоляющий жажду у лихорадящих больных.



Малина -



ветвистый колючий полукустарник, цветет в июне - июле, созревают плоды в июле - августе.

Плоды малины обладают потогонным свойством. способствуют выведению из организма солей мочевой кислоты, стимулируют мочеотделение, улучшают пищеварение. Салициловая кислота, содержащаяся в плодах, оказывает антисептическое, жаропонижающее, потогонное и противовоспалительное действие.

Для листьев и цветков малины кроме того характерны кровоостанавливающие и антитоксические свойства.

Народная медицина рекомендует использовать отвары и настои листьев малины при болезнях органов дыхания, кашле, лихорадочных состояниях, поносах, геморрое, желудочных кровотечениях.

Для полоскания горла, полости рта, при ангинах, стоматитах, для умывания при конъюнктивитах и угрях.



Земляника

многолетнее травянистое растение высотой 5-20 см, цветки крупные, белые, плоды - ярко-красные, душистые ягоды, цветет в мае-июне, плоды созревают в июне-июле.

Свежие плоды земляники представляют ценное диетическое средство. Настой плодов и листьев ее эффективны как мочегонное средство при камнях в почках и желчных путях.

В народной медицине землянику кроме того, употребляют при ангине, желтухе, геморрое, общем упадке сил, а также при детских поносах. Земляника возбуждает аппетит, утоляет жажду, понижая поглощение йода из щитовидной железы.

Используют землянику также для снижения повышенного кровяного давления, улучшения работы сердца, при заболеваниях печени и почек. Особенно полезна земляника при простудных заболеваниях, протекающих с высокой температурой и кашлем.



Брусника -

это вечнозеленый кустарник, достигающий в высоту не более 25 см. Листья темно-зеленые, блестящие. В мае - июне распускаются розоватые или белые цветки. В августе - сентябре созревают плоды - темно-красные шаровидные блестящие ягоды.

Из ягод брусники готовят витаминные и освежающие напитки.

В народе ягоды брусники и получаемый из них сок применяют в качестве общеукрепляющего, мочегонного, антисептического и ранозаживляющего средства, при головной боли, цинге, сахарном диабете, туберкулезе легких, гипоацидном гастрите, поносах, острых респираторных заболеваниях и наружно при гнойничковых заболеваниях кожи, чесотке, дерматомикозах.



Это важно знать!

Лекарственные растения помогают людям победить разные болезни.

Из них готовят морсы, отвары, настойки, мази. Ими лечат простуду, головную и зубную боль, заживляют раны.

Целебными могут быть листья, цветки и корни растений.

Некоторые лекарственные растения ядовиты.

Применять их можно только по рекомендации врача.





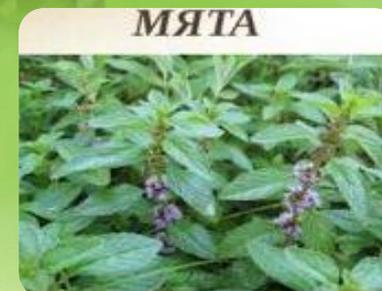
Загадки о лекарственных растениях
Ну-ка быстренько ребятки,
Отгадайте-ка загадки!



**Он красивой розе брат,
Если ты не виноват,
Все равно имей в виду,
Может уколоть в саду.**



**Вкусен чай и ароматен,
С ней он легок и приятен:
Листочки сорваны, помяты.
Что ты вдыхаешь? - Запах...**



**Жёлтый цветок, Зелёный листок.
Этот листик на подкладке
Из пушистой белой ватки.**



**Посмотри, какой цветок!
Как вплести его в венок?
В шапке беленькой стоит
А подуешь – улетит!**



**Во дворе оно растёт...
Добывают пчёлы мёд
Из цветочков золотых,
Что в ветвях цветут густых.
От простуды и от гриппа
Лечит лучший доктор ...**

липа



**Травка та растет на склонах
И на холмиках зеленых.
Запах крепок и душист,
А ее зеленый лист
Нам идет на чай.
Что за травка? Отгадай.**

чабрец



**Растёт зелёный кустик,
Дотронешься – укусит!**

Крапива



**Золотые огоньки,
Белые воротники.**

Ромашка



**Семена, как коготки,
Жёлто-красные цветки.
От горла помогают,
Кто же их не знает?**

Календула



**Никого не огорчает,
А всех плакать заставляет.**

лук



**Из кожурки тонкой, грубой,
Глядит ломтик белозубый,
Всех излечит, исцелит,
Как, приправа, удивит...**

чеснок



**Поранил ты в походе ногу,
Усталость не даёт идти
Нагнись: солдатик у дороги
Готов помочь тебе в пути.**

Подорожник



**Если травку ты сорвешь,
Руки, знай, не ототрешь.
Доктор всех аптечных дел,
Кто лечит ранки?**

Чистотел



**Бусы красные висят,
Из кустов на нас глядят.
Очень любят бусы эти Дети,
птицы и медведи?**

Малина



**Я на луг с утра пошёл,
Травку нужную нашёл:
Мелкий, жёлтенький цветок
Он не ярок, не высок,
Вылечит недуг любой. Что же это?**

ЗВЕРОБОЙ



Спасибо за внимание !

