

МОБУ "Хатасская СОШ имени П.Н. и Н.Е. Самсоновых" Го "город Якутск
Языковой лагерь "АБВГДЕЙКА"



Книга рецептов лекарственных растений

2017 год

Береза плосколистная

Применение и лечебные свойства

- **Отвар листьев** и почек применяют при заболеваниях почек (нефриты, мочекаменная болезнь), при трахеитах, бронхите, холецистите, артритах, невралгии, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, золотухе, водянке, кожных сыпях, ранах, ушибах, простудных заболеваниях, как отхаркивающее, спазмолитическое, противоревматическое средство; в Якутии – при венерических болезнях.
- **Березовый сок** оказывает общеукрепляющее действие, повышает сопротивляемость организма, обладает мочегонным действием, укрепляет почечные ткани. Березовый сок пьют по 1 стакану на голодный желудок 2-3 раза в день в течение 2-3 недель. При этом больным необходимо строго соблюдать молочно-растительную диету
- **Настой листьев** обладает выраженным желчегонным действием. Его эффективность выше других препаратов. Положительно влияет на больных, страдающих мочекишечным диатезом.
- **Спиртовая настойка** почек обладает противовоспалительным, дезинфицирующим свойством, применяется при плохо заживающих ранах и язвах и различных формах экзем.
- **Настойка сережек** с пыльцой усиливает потенцию.

Приготовление

Лист березы часто применяют с травой хвоща в равных соотношениях. Настой из смеси готовят следующим образом: 20 г измельченного сбора заливают 200 мл кипятка, настаивают на кипящей водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают, доводят до 200 мл. Принимают по 2 ст. ложки 2-3 раза в день после еды.

Боярышник

Применение и лечебные свойства

Применяется как седативное, понижающее возбудимость нервной системы и улучшающее сон средство. Снижает уровень холестерина в крови, поэтому назначается при атеросклерозе. Боярышник понижает артериальное давление и улучшает коронарное кровообращение, используется при гипертонической болезни, стенокардии, миокардитах, сердечно-сосудистой недостаточности I—II степени, в климактерическом периоде. Цветки и плоды растения понижают проницаемость сосудов и капилляров. Цветки действуют сильнее плодов. Плоды в свежем виде можно употреблять в пищу. Боярышник оказывает также слабое мочегонное действие.

Приготовление

В домашних условиях настой готовят из цветков или сушеных плодов (плоды предварительно растолочь).

Суточная доза — 1 столовая ложка цветков или 2 столовые ложки плодов настоять с 1,5 стакана кипятка, выпить за 3 раза за 30 минут до еды.

Брусника

Применение и лечебные свойства

- Ее применяют как тонизирующее, жаропонижающее, мочегонное, антисептическое, вяжущее, противочинготное, антигельминтное средство. Отвары и настои листьев и плодов применяют при дизентерии, гастритах, холецистите, опухолях желудка, при кровотечениях, туберкулезе легких, диабете, ревматизме, энтеритах как антибактериальное, при гипертонической болезни, отложении солей, кашле, радикулите, подагре, почечно-каменной болезни, маточных кровотечениях, диарее.
- В Сибири препараты брусники применяют при простудных заболеваниях, головной боли, катаре верхних дыхательных путей, как гемостатическое. Настои и отвары листьев брусники – антибактериальны для стафилококков, стрептококков и кишечной палочки.
- Свежие плоды брусники применяют в гомеопатии при авитаминозах, как слабительное, диуретическое, бактерицидное, антисептическое, антигельминтное, желчегонное.
- Свежий сок и экстракт брусники применяют как укрепляющее, тонизирующее, при воспалительных процессах мочевыводящих путей, при нарушении минерального и пуринового обмена, при лечении опухолей желудка и кожи, желтухе; диабете. Плоды назначают при гастритах со сниженной секреторной функцией желудка, атеросклерозе, как поливитаминный продукт. Настой цветков применяют при болезнях глаз, диатезах, как фитонцидное средство, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Приготовление

- Для **настоя** берут 20 г листьев, заливают 200 мл кипятка, настаивают на кипящей водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают. Принимают по 1/3 стакана 3 раза в день.
- Свежий **сок** употребляют по 1 ст. ложке 3-6 раз в день. Настой из цветков готовят так же, как из листьев.

Вероника седая

Применение и лечебные свойства

- В народной медицине в виде настоев и отваров надземной части веронику применяют при острых респираторных инфекциях, головной боли, туберкулезе легких, бронхиальной астме, что подтверждено клиническими испытаниями, болезнях глаз, почек, мочевого пузыря, печени, желчных путей, при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, диарее, рахите, ревматизме, подагре, бронхите, гипертонической болезни, ангине, кожных болезнях (экземе, диатезе, чесотке, фурункулезе), как болеутоляющее и антибактериальное средство.
- В практической медицине вероника используется при заболеваниях дыхательных путей, гастритах, энтероколитах; в стоматологии при пародонтозе и стоматите.
- В эксперименте препараты вероники оказывают бронхолитическое действие, расслабляют гладкую мускулатуру кишечника, стимулируют работу сердца, увеличивают мочеотделение, обладают антибактериальными и антифунгальными свойствами.
- В тибетской медицине корни вероники длиннолистной и даурской используют при гепатите, гастроэнтерите, эндометрите, сердечно-сосудистых заболеваниях; в китайской – вероника даурская применяется как гемостатическое, жаропонижающее, ранозаживляющее средство; в монгольской – отвар надземной части пьют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, гипергидрозе стоп.

Приготовление

- Для **отвара** берут 15 г корней, заливают 200 мл кипятка, настаивают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают. Принимают по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.
- Для **настоя** 20 г листьев и цветков заливают 200 мл кипятка, настаивают 15 мин на водяной бане, охлаждают 45 мин, процеживают. Принимают по 2 ст. ложки 3 раза в день.

Герань луговая

Применение и лечебные свойства

Препараты герани применяют в **народной медицине** как вяжущее, при женских болезнях, дизентерии, желудочно-кишечных заболеваниях, при лечении злокачественных опухолей, респираторных инфекциях, волчанке, болезни бери-бери, ревматизме, бессоннице, эпилепсии. В Средней Азии отвар корней применяют при кровохарканьи, как вяжущее, гемостатическое, запирающее. В тибетской медицине герань Власова используется при пневмонии, при лечении глазных болезней, экземе. Свежий сок растения – при болезнях ушей. Можно свернуть листочек в виде турундочки и заложить в ухо на ночь. Очень эффективен настой герани при отложении солей любой локализации (остеохондрозе, мочекаменной болезни).

В эксперименте препараты листьев герани оказывают ингибирующее действие на опухоли.

Приготовление

- Для **настоя** берут 20 г листьев и цветков, заливают кипятком, настаивают на водяной кипящей бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают, доводят до 200 мл. Принимают по 2 ст. ложки 2-4 раза в день.
- Для **отвара** 15 г корней заливают 180 мл кипятка, настаивают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают, доводят до 180 мл. Принимать следует по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды.
- Свежий **сок** цветков и листьев герани в замороженном виде применяют для массажа лица, особенно для женщин от 50 лет и дальше. Разглаживаются морщинки и улучшается цвет кожи.

Земляника

Применение и лечебные свойства

Земляника, наряду со зверобоем, березой, девясилом, ромашкой и подорожником – одно из самых применяемых лекарственных растений народной медицины.

В народной медицине настои и отвары, соки свежих ягод применяют в качестве потогонного и мочегонного средства, для улучшения пищеварения. Отвар листьев – при болезнях сердечно-сосудистой системы, как общеукрепляющее. Отвары надземной части и корней применяют при туберкулезе легких, бронхиальной астме, мочекаменной болезни, подагре, при геморрое, фиброме матки, бессоннице, диарее, сахарном диабете, для профилактики и лечения атеросклероза, при авитаминозах, кожных болезнях, сопровождающихся сыпью, как диуретическое, вяжущее.

Установлен терапевтический эффект препаратов и свежих плодов земляники при некоторых заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при гипертонической болезни, заболеваниях желудочно-кишечного тракта, гастритах, язвенной болезни, геморрое, запорах, желтухе. Настой листьев земляники замедляет ритм и усиливает амплитуду сердечных сокращений, расширяет кровеносные сосуды. Его применяют как обезболивающее, спазмолитическое при невралгии, лейкозах, энурезе, карциномах гортани.

Отвар цветков и настойка применяются при нарушении обмена веществ, заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Высушенные и свежие плоды широко используют в тибетской медицине, свежие – в гомеопатии при различных болезнях, главным образом, для возбуждения аппетита у ослабленных после болезни людей. Свежий сок плодов и листьев обладает антибактериальными свойствами. Применяется в косметике для удаления угрей, пигментных пятен, как антисептическое средство

Приготовление

- Для **настоя** берут 20 г листьев и цветков, заливают 200 мл кипятка, настаивают на бане 15 мин, охлаждают 45 мин, процеживают. Принимают по 1/3 стакана 3 раза в день после еды.
- Для **отвара** 15 г корней и надземной части заливают 200 мл кипятка, настаивают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают. Принимают по 1/3 стакана 2-3 раза в день после еды.

Кровохлебка лекарственная

Применение и лечебные свойства

Отвар корней кровохлебки применяется как внутрь, так и наружно. Принятый внутрь отвар обладает бактерицидным свойством в отношении кишечной палочки, микробов дизентерийной и паратифозной групп и протистоцидным действием. В народной медицине кровохлебку используют в качестве сильного вяжущего, болеутоляющего, противовоспалительного и кровоостанавливающего средства.

Применяется при желудочно-кишечных заболеваниях: поносах различной этиологии, язвенном неспецифическом колите, при хроническом энтероколите, как кровоостанавливающее средство при легочных, желудочных, кишечных, геморроидальных, почечных и маточных кровотечениях и при обильных менструациях.

Как наружное средство кровохлебку используют для лечения плохо заживающих язв и ран, при ожогах, стоматитах, ангинах, при варикозе нижних конечностей.

Приготовление

Отвар кровохлебки готовят из расчета 2 чайных ложек корней на 1 стакан воды. Кипятят на медленном огне в течение 15 минут, доливают до исходного объема. Принимают по 1–2 столовые ложки 3–6 раз в день за 30 минут до еды.

Одуванчик

Применение и лечебные свойства

Трава обладает универсальным действием, широко применяется в народной медицине. Одуванчик действует общеукрепляюще при малокровии и астении, тонизирует и в то же время успокаивает нервную систему, снижает уровень холестерина в крови. Рекомендуются при неврозах, бессоннице, малокровии и атеросклерозе.

Одуванчик улучшает аппетит, нормализует пищеварение, применяется при хронических заболеваниях желудка и кишечника, особенно сопровождающихся запорами, так как обладает слабительным действием.

Корень и трава одуванчика действуют желчегонно, противовоспалительно, мочегонно, нормализуют обмен веществ.

Приготовление

Настой корней одуванчика лекарственного: 1 ст. л. сухого измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 30 мин. Процеживают и принимают по трети стакана 3 раза в день как аппетитный или желчегонный чай, как тонизирующее средство.

Настой травы одуванчика лекарственного: 1 ст. л. сухого сырья заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 2 ч. Процеживают, добавляют еще стакан кипятка и пьют по 0,5 стакана 4 раза в день с медом до еды при аллергических состояниях, радиационных поражениях, сахарном диабете, зобе.

Порошок из корня одуванчика лекарственного: Корни одуванчика выкапывают весной или осенью, промывают в проточной воде, высушивают. Размалывают в порошок. Принимают по 1 ч. л. (без верха) 2-3 раза в день при гипертонии, атеросклерозе, высоком уровне холестерина.

Отвар корней одуванчика лекарственного: 1 ст. л. сухого измельченного сырья заливают 1 стаканом воды и кипятят 1 мин. Настаивают 1 ч, процеживают и пьют по 0,5 стакана утром и вечером после еды при сахарном диабете, раке, отравлениях.

Масло из корней одуванчика лекарственного: Измельченные корни одуванчика заливают горячим подсолнечным или оливковым маслом (при соотношении масс 1:4) и настаивают в темном месте при комнатной температуре 2 недели. Смазывают ожоговые, лучевые поражения кожи.

Пижма

Применение и лечебные свойства

Используется в народной медицине довольно широко: при нервных расстройствах, эпилепсии и мигренях, при фурункулезе и простудных заболеваниях, при туберкулезе легких; как желчегонное при гепатохолециститах и холангитах.

Пижма – хорошее глистогонное средство (против аскарид и остриц).

Трава применяется так же как инсектицид для борьбы с молью, блохами и мухами.

Приготовление

Настой: 1 столовую ложку травы заваривают в пол-литровом термосе – суточная доза.

Иван чай

Применение и лечебные свойства

Кипрей действует успокаивающе на нервную систему, по своим транквилизирующим свойствам немного уступает валериане.

Растение проявляет сильное обволакивающее и противовоспалительное действие; применяется при энтероколитах, сопровождающихся поносами, а также при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки и хронических гастритах.

Кипрей считается в народной медицине противоопухолевым средством.

Приготовление

2 столовые ложки травы настаивают с 2 стаканами кипятка (суточная доза).

Подорожник

Применение и лечебные свойства

В народной медицине подорожник употребляют как общеукрепляющее, противовоспалительное, смягчительное, успокаивающее, отхаркивающее, бактерицидное, сахароснижающее, ранозаживляющее, кровоостанавливающее средство, он оказывает противоаллергическое действие, эффективен при диатезе, экземе, псориазе, диабетическом зуде, при сочетании сахарного диабета с аллергическими состояниями. Препараты подорожника большого активизируют процессы пищеварения, повышают аппетит, полезны при вздутии живота, колите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, опухолях желудка и кишечника, заболеваниях желчного пузыря.

Приготовление

Настой листьев подорожника большого: 1 ст. л. измельченных свежих листьев заливают 1 стаканом кипятка и настаивают в теплом месте 30 мин. Процеживают и принимают по четверти стакана 3-4 раза в день до еды при токсикозе беременных, отравлениях солями тяжелых металлов, радионуклидами, при кровотечениях.

Сок из свежих листьев подорожника большого: Свежие листья тщательно промывают в проточной воде, а затем ополаскивают теплой кипяченой. Мелко нарезают и пропускают через мясорубку, миксер либо через соковыжималку. Используют сок для орошений раневых поверхностей, пролежней, полости рта при воспалительных процессах.

Отвар семян подорожника большого: 1 ст. л. сырья заливают 1 стаканом воды и кипятят 2 мин. Настаивают 30 мин, процеживают и принимают по 2 ст. л. в день до еды при бесплодии, импотенции, нарушениях менструального цикла.

Мазь из листьев подорожника: Берут 10 г порошка из сухих листьев и тщательно смешивают с 90 г вазелина. Используют как мазь при гнойничковых заболеваниях кожи.

Смородина черная

Применение и лечебные свойства

Смородину черную используют в народной и официальной медицине как тонизирующее, сосудорасширяющее, сахароснижающее, улучшающее обменные процессы, кровоочистительное, стимулирующее кроветворение, витаминное, аппетитное, мочегонное, потогонное, противоопухолевое и противорадиационное средство.

Настой листьев принимают при подагре, ревматизме, сахарном диабете, заболеваниях печени и почек, желчевыводящих путей, капилляропатии, в том числе и диабетической, послерадиационной.

Плоды, листья, почки смородины черной употребляют при мочекаменной болезни, воспалении мочевыводящих путей, аллергии, отеках, атеросклерозе, гипертонической болезни, радиационном воздействии, ангине, ларингите.

Из **сухих плодов** готовят отвар, который пьют как достаточно активное вяжущее средство. Свежий сок в сочетании с отваром почек растения оказывает легкое послабляющее действие. Отвар и настой листьев известны во Франции как противоревматическое и диуретическое средство. Настоем или отваром из ягод полощут рот при диабетическом пародонтозе.

- **Приготовление**

Настой листьев смородины черной: 1 ст. л. измельченных свежих или сухих листьев заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 30 мин, процеживают. Пьют по 0,5 стакана 4-6 раз в день при переутомлении, после радиационных поражений, при сахарном диабете, заболеваниях почек и печени, гиповитаминозах, малокровии.

Отвар ягод смородины черной: 2 ст. л. сушеных ягод заливают 2 стаканами воды и кипятят 5 мин на малом огне. Настаивают 1 ч, процеживают. Принимают по 0,5 стакана с ягодами 3-4 раза в день при малокровии, гиповитаминозах, после радиационных поражений, при сахарном диабете, ожирении.

Тысячелистник

Применение и лечебные свойства

Тысячелистник полезен при тошноте, головной боли, бессоннице, ночном недержании мочи, ночных поллюциях, белях, он регулирует менструальный цикл, стимулирует выделение молока у кормящих матерей.

Настойку тысячелистника пьют при желчнокаменной болезни, остром бронхите, геморрое, сахарном диабете, гипертонии, кашле, астме.

Настой и чай из цветков помогают при вздутии живота, плохом пищеварении, отрыжке.

Сок тысячелистника расширяет кровеносные сосуды и рекомендуется пожилым людям при атеросклерозе, заболеваниях почек, а наружно его используют при фурункулах, прыщах, ранах, язвах, пролежнях, трещинах кожи, аллергии, экземе, чесотке, гнойничковых поражениях кожи, диабетическом пародонтозе.

Приготовление

Отвар травы тысячелистника обыкновенного: 1 ст. л. сухого измельченного сырья заливают 1 стаканом воды и доводят до кипения. Кипятят 2 мин, настаивают 30 мин, процеживают. Принимают по 0,5 стакана 3 раза в день после еды при заболеваниях печени, ожирении, сахарном диабете, гипертонии, остром бронхите.

Настой травы тысячелистника обыкновенного: 1 ст. л. сухого измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 30 мин, процеживают. Принимают теплым по 0,5 стакана 3 раза в день до еды при головной боли, головокружении, бессоннице, истерии, недержании мочи, малой лактации.

Сок из листьев тысячелистника обыкновенного: Свежие листья тщательно промывают и дают воде стечь. Листья пропускают через мясорубку, отжимают сок. Принимают по 1 ч. л. 3 раза в день с медом или используют для примочек и орошений при поражениях кожи, для полосканий при пародонтозе.

Чабрец

Применение и лечебные свойства

Растение обладает иммуностимулирующим действием, обезболивающим и потогонным, мочегонным, депуративным, регулирующим обменные процессы эффектами, в результате чего широко применяется как самостоятельно употребляемое лечебное средство или в сочетании с другими растениями.

В народной медицине настой травы принимают при трахеите, бронхите, коклюше, при простудных и воспалительных заболеваниях желудка и кишечника, при поносах и коликах, вздутии живота, заболеваниях нервной системы, заболеваниях суставов.

Компрессы и припарки из травы делают при суставном ревматизме, травматическом и диабетическом полиневрите, параличах.

Эффективны препараты чабреца при ночном недержании мочи, бессоннице, переутомлении, недостатке витамина С, радикулите, полиневрите.

Настойку травы применяют при анемии, тахикардии гормонального происхождения, гипертонии, маточных кровотечениях, воспалительных процессах в органах половой сферы.

Отвар травы используют наружно при гнойничковых заболеваниях кожи, ожогах, экземе, грибковых поражениях, аллергии, фурункулах. Сухим порошком присыпают раны и мокнущие экземы.

Приготовление

Настой травы чабреца обыкновенного: 1 ст. л. сухого измельченного сырья заливают 1 стаканом кипятка и настаивают 30 мин, процеживают. Принимают по 2 ст. л. с 1 ч. л. меда при простуде 3 раза в день после еды.

Отвар тимьяна ползучего: 2 ст. л. измельченной сухой травы заливают 1 стаканом воды и кипятят 1 мин, а затем настаивают 1 ч в теплом месте, процеживают. Принимают по 0,5 стакана 3 раза в день после еды при сахарном диабете, аллергии, фурункулезе.

Применение и лечебные свойства