

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ХУТОРСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
(МКОУ « Хуторская ООШ»)**

---

457010, Челябинская область, Увельский район, село Хуторка, ул. Лесная, д.1-А,  
тел 8(351)66-65-1-55, E-mail [hut\\_74332@mail.ru](mailto:hut_74332@mail.ru) ОГРН 1027401924714,  
ИНН/КПП 7440006380/ 742401001

**ПРОЕКТ**

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Хуторская  
основная общеобразовательная школа»**

---

(полное наименование образовательной организации – участника стажировки в соответствии с уставом)

**по теме: «Лекарственные растения села Хуторка»**

Выполнили: Соловьева Анастасия,  
Честякова Светлана, обучающиеся  
6 класса.

Марченкова Екатерина Васильевна,  
учитель информатики

**Управление образования Краснокутской районной Администрации  
Краснокутского муниципального района**

---

Хуторка, 2020

**Содержание.**

1.	Введение.....	2–3
2.	<b>Теоретическая часть:</b>	
2.1.	Из чего состоят лекарственные травы?.....	4
2.2.	Лекарственные растения нашей местности.....	4
2.3.	Использование лекарственных растений при лечении различных заболеваний жителями .....	7
2.4.	Выводы по теоретической части.....	9
3.	<b>Практическая часть:</b>	
3.1.	Составление сборника «Лекарственная кладовая нашего села».....	8
3.2.	Рекомендация по заготовке лекарственных растений.....	9
4.	Заключение.....	10
5.	Литература.....	11

### **1. Введение.**

Здесь, в зарослях лесных, где все для сердца мило,  
Где чистым воздухом так сладостно дышать,  
Есть в травах и цветах целительная сила  
Для всех умеющих их тайну разгадать.

Много трав растет полезных, в крае, на земле родной  
Могут справиться с болезнью, мята, пижма, зверобой...

Уже много веков человечество применяет растения и травы в кулинарии, косметических средств и для лечения различных болезней. Чаще всего лечение травами не требует больших затрат и очень эффективно для лечения. Человечество всегда стремилось укреплять свое здоровье и физическое состояние. Здоровый человек полон сил, молодости и радости жизни. Наши далекие предки всегда жили в ладу с природой. В последние годы во всем мире наблюдается устойчивая тенденция роста интереса населения, медицинских и фармацевтических фирм к использованию лекарственных средств дикорастущего происхождения. Каждый год растет объемы заготовок лекарственного растительного сырья в мире. Большое количество лекарственных растений, входящих в рецепты врачей, используют в домашнем обиходе: например, шалфей для полоскания горла, липовый чай при простуде, ромашку при коликах, валериану при испуге, бессоннице, нервном возбуждении. Однако наиболее широко растения применяются в народной медицине.

**Актуальность темы:** в окрестностях нашего села Хуторка растут разнообразные растения, многие из них являются лекарственными, это дает возможность местным жителям лечить некоторые заболевания травами, известными человеку с давних пор.

**Цель нашей работы:** Познакомить и расширить наши знания о многообразии лекарственных растений нашего села. Изучить лекарственные растения и их свойства, растущие в нашей местности, и их использование при лечении различных заболеваний. Систематизировать лекарственные растения родного края в сборник «Лекарственная кладовая нашего села».

**Задачи работы:**

- Выяснить, какие растения произрастают в нашем крае.
- Изучить научно-популярную литературу по данной теме;
- Определить места произрастания лекарственных растений;
- Провести опрос жителей села Хуторка для того, чтобы выявить, место произрастания лекарственных растений. Узнать, как производится сбор и хранение лекарственных растений.
- Внести свой вклад в составление справочника лекарственных растений «Лекарственная кладовая нашего села».
- Воспитывать любовь к природе, стремление заботиться о ней, формировать у детей убеждение, что красота и польза природы бесценны, поэтому ее надо охранять.

**Управление образования Краснокутской районной Администрации  
Краснокутского муниципального района**

---

В работе используется: самостоятельный поиск информации; индивидуальная работа по проведению анкетирования обучающихся и их родителей, жителей села Хуторка, обсуждение полученной информации на уроке биологии.

**Практическая значимость работы** в том, что изучение лекарственных растений поможет обеспечить профилактику различных заболеваний обучающихся, обогатить домашнюю свою аптеку. Поможет обучающимся, нашей школы расширить кругозор на знание лекарственных растений своего родного села Хуторка.

**Объект исследования** – лекарственные растения, произрастающие в окрестностях села Хуторка.

**Предмет исследования** – лечебные свойства лекарственных растений произрастающих на территории села Хуторка.

**Гипотеза:** знания о применении лекарственных растений помогут профилактике и излечению многих болезней без больших финансовых затрат.

**Вид проекта:** информационно – исследовательский.

### **Обзор литературы**

В ходе нашей работы мы изучили литературу о лекарственных растениях и их использовании для профилактики и лечения различных заболеваний. В школьной и сельской библиотеке по данной теме мы обнаружили много литературных источников.

**Участники проекта:** обучающиеся 6 класса

**Сроки реализации проекта:** 01.09.2020 – 01.05.2022г.

### **Содержание проекта:**

**I.Подготовительный этап.** Вводная беседа о значении лекарственных растений в жизни человека, о целях, задачах, сроках и формах реализации проекта, посильном участии каждого в проектной деятельности. Повторение правил поведения в природе, правил по технике безопасности. (срок реализации – 01.09.2020-30.09.2020)

**II. Основной этап.** (срок реализации – 10.09.2020-31.05.2021)

- 1.Актуальность изучения темы.
2. Знакомство с правилами сбора, охраны и применения лекарственных растений.
3. Анкетирование учащихся и их родителей.
4. Экскурсия по территории Хуторского сельского поселения. Изучение видового разнообразия лекарственных растений, произрастающих в окрестностях села Хуторка.
5. Сбор лекарственных растений ,описание их лечебных свойств.
6. Создания сборника «Лекарственная кладовая нашего села».
- 7.Работа с литературой, интернет ресурсами .
- 8.Составление и защита презентации.
9. Размещение проекта на школьном виртуальном сайте.

**III.Подведение итогов.** (срок реализации – 01.05.2021-01.05.2022)

1. Оформление отчета о исследовательской работе.
2. Оформление выставки «Растения – лекари вокруг нас», защита исследовательской работы.
3. Создание электронного сборника «Лекарственная кладовая нашего села».

## **II. Теоретическая часть.**

### **2.1. Из чего состоят лекарственные травы?**

Изучив научно-популярную литературу, мы узнали, что **лекарственными** называются такие растения, которые, действуя на организм больного человека или животного, останавливают развитие болезни, влияют на причины ее возникновения и приводят в норму работу отдельных органов, систем или организма в целом. Такое положительное действие обуславливается содержанием в них различных биологически активных веществ. Эти вещества в растениях содержатся в очень небольших количествах. Поэтому их целебный эффект наблюдается только при строго определенных, обычно очень малых дозах, если препарат применять в больших дозах, то он становится ядом, вызывающим тяжелые отравления.

### **2.2. Лекарственные растения нашей местности**

Совершив летом экскурсию по окрестностям, мы узнали, что многие лекарственные растения являются сорняками, которые растут везде: у дорог, во дворах домов, вдоль реки, на открытой местности, т. е. прямо «под ногами». Природные растительные ресурсы нашей территории очень богаты и разнообразны. Мы выяснили, что на нашей территории произрастает около 250 видов лекарственных растений. Среди них особое место занимают лекарственные растения, целебные свойства, которых обусловлены действующими фармакологически активными веществами. Именно они наиболее ценны, хотя и содержатся в растениях в минимальных количествах. Нужно только знать, каким образом они могут помочь нам, и уметь правильно собрать и заготовить их. В своём проекте мы представим некоторые виды лекарственных растений и их действие на организм человека в сборнике ««Лекарственная кладовая нашего села»».

**Двудомная крапива** - один из самых распространённых сорняков. Она встречается на сухих и на влажных местах, около домов, по обочинам дорог. Стебель и листья растения усажены жгучими волосками, которые ранят кожу. Заготавливают только листья крапивы без цветков и стеблей. Листья крапивы богаты витаминами С и К и каротином. Используют в виде настоев как кровоостанавливающее средство при внутренних кровотечениях. В европейской медицине препараты из крапивы применяют при анемии, атеросклерозе, болезнях печени, почек, мочевого пузыря, кожных болезнях.

**Ромашка аптечная** - не только один из любимых полевых цветов, символ России, это ещё и лекарственное растение. Она растёт по лугам, сорным местам, пустырям. У ромашки собирают корзиночки цветков до того, как они начинают осыпаться. Народные лекари говорят: «У кого в горле болит, возьми стакан молока, стакан воды, щепотку ромашки и ложечку липового мёда, смешай всё, вскипяти, процеди, остуди и пей вместо чая». Ромашку используют при флюсах, зубной боли, для промывания гнойных ран,

нарывов, как примочку для глаз. Делают ванны при ревматических болях и от золотухи. Ею моют волосы, чтобы был красивый золотистый цвет, и используют в косметологии.

**Одуванчик** - старое лекарственное средство. В народной медицине его считали «жизненным эликсиром», кровоочищающим средством, которое хорошо влияет на пищеварение, помогает от бессонницы и от желтухи. Для лекарственных целей заготавливают его корни, а листья одуванчика полезно класть в первые летние салаты, т. к. они содержат много витаминов..

- многолетнее травянистое растение. Народные названия «попутник», «порезник», «чирьевая трава» указывают на его применение. Свежие листья подорожника используют как ранозаживляющее средство при порезах, укусах насекомых, ушибах, а высушенные – в составе сбора при язвенной болезни. В народной медицине настой из листьев подорожника издавна применяется в качестве отхаркивающего средства при болезнях лёгких и бронхов. В последнее время начали применять и семена подорожника как лёгкое слабительное средство (по 1-2 столовые ложки) и при хронических поносах и дизентерии (1г. 4 раза в день).

**Пижма обыкновенная** или «дикая рябинка» - растение с сильным характерным запахом. Ещё в старые времена использовалось как противоглистное средство. Кроме того, оказывает благоприятное действие при лечении печени, желчного пузыря и при острых кишечных заболеваниях. Собирают и сушат цветки пижмы.

**Тысячелистник** - растение богато витамином К и обладает кровоостанавливающим действием. Заготавливают траву во время цветения. В народной медицине настой тысячелистника пьют при женских болезнях, для остановки кровотечения при порезах, при зубной болезни и для увеличения молока у кормящих матерей. Также его настой применяют при желудочно-кишечных болезнях и гастритах. Для приготовления настоя 15г. травы измельчают и заливают 200мл воды, кипятят 15 мин, настаивают 45 мин и пьют по 1 ст. ложке 3-4 раза в день.

**Чистотел** - наши бабушки хорошо знают это растение как средство от бородавок и мозолей. Само название как бы говорит, что если вы будете пользоваться этим растением, у вас будет «чистое тело». Эта трава обладает болеутоляющим действием и даже излечивает от чешуйчатого лишая, рака и туберкулёза кожи. Иногда чистотел рекомендуют при астме. Настой чистотела назначают при заболеваниях печени и желчного пузыря.

**Полынь** - считается самым горьким растением; её горечь даже вошла в поговорку «горька, как полынь». Полыни приписывают самое разнообразное действие. На Руси в 17 веке полынь использовали как ранозаживляющее и очищающее гноящиеся раны средство. Соком растения пропитывали платки и прикладывали их к гноящимся ранам. В народной медицине употребляют полынь при лихорадке и против глистов. Корни растения помогают при эпилепсии и колитах. При кожных заболеваниях принимают ванны с полынью.

**Тимьян ползучий** – в народе его ещё называют чабрецом и издавна используют для лечения кашля, болях в желудке и кишечнике, при заболеваниях печени, расстройстве нервной системы. В древние времена этому растению даже приписывались волшебные свойства. Траву сжигали, а благоуханным дымом окуривали коров, кринки с молоком,

**Управление образования Краснокутской районной Администрации  
Краснокутского муниципального района**

---

чтобы снималось больше сливок и сметана, охотничьи и рыболовные снасти для счастливого лова. Растение содержит эфирные масла и смолы и применяется как отхаркивающее средство. Применяют горячий настой из 5-ти ч. ложек измельченной травы на стакан кипятка (суточная доза), настой пить холодным. Также траву применяют наружно для ванн при нервных заболеваниях и кожных сыпях.

**2.3. Использование лекарственных растений при лечении различных заболеваний жителями**

В ходе работы по данной теме мы узнали, что в нашем селе Хуторка многие жители используют лекарственные растения для лечения различных заболеваний. Мне было интересно узнать мнение по данному вопросу и специалистов - медиков, и простых жителей, не имеющих медицинского образования. Поэтому я обратилась к работникам ФАПа и к жителям с. Хуторка, которые используют лекарственные травы при лечении простудных заболеваний.

С сентябрь по ноябрь 2020г. было пролечено 35 детей школьного возраста, которым был поставлен диагноз ОРВИ. Наряду с синтетическими медицинскими препаратами применялись народные средства, в виде сборов лекарственных трав. В состав сборов входили травы: мать-и-мачеха, чабрец, липовый цвет, душица и др. В ходе лечения состояние больных улучшалось. Лечение лекарственными травами применяется не только в острый период, но и в период восстановления, что улучшает защитные силы организма и повышает иммунитет.

«В своей повседневной жизни очень часто пользуюсь лекарственными травами, которые растут вблизи деревни. Особенно часто стала их использовать после выхода на пенсию. Лекарства дорогие, пенсия маленькая, вот и вспомнила бабушкино средство от разных недугов. А еще я люблю выпить чай с мятой, душицей и другими травами после баньки, силы прибавляются, чувствую себя намного лучше» такими словами описала свое отношение, жительница села Хуторка, Лычагина Вера Николаевна(72 года).

«При помощи лекарственных трав лечу разнообразные простудные заболевания. Собираю травы сама. Своими рецептами и запасами трав делюсь с другими людьми.

Изучение лекарственных трав – это занятие очень интересное, особенно если человек любит природу и хочет приносить пользу другим людям. С нетерпением жду наступления лета, чтобы вновь пополнить запасы трав», слова почетного жителя Петровой Валентины Федоровны (74 года).

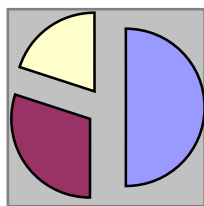
Результаты опроса, проведенного среди жителей село Хуторка, показало, что многие люди знают о лечебных свойствах растений, но очень мало при этом используют их для лечения и профилактики своего здоровья. Из 45 опрошенных только 20 человек применяют лекарственные травы регулярно, 15 человек применяют их изредка, в основном, для лечения простуды, остальные 10 вообще не пользуются травами. Из 45 человек только 15 знают, как собирать и заготавливать травы, другие покупают их в аптеках.

**1. Используете ли вы лекарственные травы?**

Да, постоянно	Изредка	Нет, никогда
---------------	---------	--------------

**Управление образования Краснокутской районной Администрации  
Краснокутского муниципального района**

20	15	10
----	----	----



<input type="checkbox"/> Да, постоянно
<input type="checkbox"/> Изредка
<input type="checkbox"/> Нет, никогда

**2. Вы собираете и заготавливаете травы сами или покупаете в аптеке?**

Самостоятельно	Когда как	Покупаю в аптеке
15	8	22

Таким образом, лечение лекарственными травами сегодня менее популярно, чем раньше. Это объясняется тем, что новое поколение не знает конкретные лечебные свойства растений и не умеют пользоваться ими. Поэтому, следует снова знакомить людей с традициями народной медицины, делиться простыми рецептами от распространённых заболеваний и учить заботиться о своём здоровье при помощи природы.

И самое главное, следует помнить, что предупредить болезнь легче, чем вылечить. И ещё, при неумелом лечении лекарственные травы могут вызвать тяжёлые последствия. «Если вы больны – обратитесь к врачу» - это лозунг не только врачей, но и пациентов. Известно предание, повествующее о том, как древнеиндийского врача Чараки учитель послал в лес принести несколько совершенно бесполезных растений. «Учитель, - сказал, вернувшись из лесу, Чараки, - я три дня ходил по лесу и не нашёл ни одного бесполезного растения».

**2.4. Вывод по теоретической части.**

В результате проведённых исследований, мы выяснили, что в окрестностях села Хуторка произрастает очень много лекарственных растений. В своей работе мы остановились конкретно только на нескольких видах лекарственных растений. Из книг и из бесед с жителями я познакомилась с правилами заготовки лекарственного сырья и приготовления настоев. Из беседы с фельдшерами ФАПа мы выделили, что в современной медицине широко используются и рецепты народной медицины. Как утверждают медицинские работники, применение народных средств очень эффективно, хотя требуется более длительный срок лечения и профилактики заболеваний. Применение лекарственных трав улучшает защитные силы организма и повышает общий иммунитет. В ходе работы над проектом мы научились различать, узнавать растения по внешним признакам, познакомились с их лекарственным значением, правилами сбора и хранения; оформили сборник «Лекарственная кладовая нашего села».

**3. Практическая часть**

**3.1. Составление сборника «Лекарственная кладовая нашего села»**

Проанализировав изученную литературу, а также собранного материала на экскурсиях, нами был разработан сборник «Лекарственная кладовая нашего села» (далее сборник). Сборник мы разработали в течение сентября 2020 года.

В сборнике мы создали главы:

1. Составление календаря сбора лекарственных растений наиболее часто используемых в нашей местности;
2. Правила сбора, сушки и хранения лекарственных растений;
3. Систематизация основных лекарственных растений произрастающих на территории села Хуторка;
4. Рекомендация по заготовке лекарственных растений;

Сборник может служить учебным пособием для проведения уроков биологии, экологии, внеурочной деятельности, внеклассных мероприятий. Проект и сборник размещен на школьном сайте, а также на сайте виртуального музея.

### **3.2. Рекомендации по заготовке лекарственных растений.**

В последнее время очень много издано популярных книг и пособий по лекарственным растениям. Огромная масса людей вышла в леса и на поля для сбора для себя, для аптек и на продажу. Это привело к тому, что исчезают очень ценные лекарственные растения. Поэтому самое главное при сборе лекарственных растений помнить следующее:

- бери только те растения, которые ты твердо знаешь;
- бери только те части растений, которые необходимы для лечения;
- сроки, в которые можно собирать те или иные части растений;
- обязательно оставляй хорошие растения на участке для будущего размножения, чтобы не допустить исчезновения растений;
- помни об эстетическом значении природы для человека;
- помни о будущем поколении, которое придет на природу после тебя;
- помни, что природа - живая среда;
- помни о правильной сушке тех или иных частей растений;
- никогда не собирай растения, цветы, корни в черте города или промышленного района, около дорог.

### **Заключение**

Мы выяснили, что лекарственные растения – народное достояние и богатство. Лекарственные растения растут всюду. Правда, не везде одинаково и в одинаковом количестве. Нужно хорошо знать какие растения встречаются в нашей местности и сколько их. Каждый должен научиться искать, собирать и охранять дары природы. Перед сбором растений необходимо изучать их биологические особенности, способ сбора, сушки и хранения. Это позволит рационально использовать сырьё с лечебной целью. Лекарственные растения могут заменить не одну горсть таблеток. Но нужно помнить, что любая, даже безвредная трава имеет не только обширные и хорошие показания при лечении болезней, но и противопоказания. Поэтому, обязательно при лечении надо узнать от врача диагноз своего заболевания и только после этого и по совету врача приступать к лечению растениями.

Своей работой мы призываем всех учеников бережно относиться к природе. Формировать свою экологическую культуру, культуру здоровья. Ведь многое зависит от нас с вами от того как мы обращаемся с природой. Лекарственные растения – это сокровища, которыми природа щедро делится с нами. И мы должны её беречь.

#### Список использованной литературы

1. Богоявленский Н. А., Древнерусское врачевание в XI—XVII вв., М., 1980;
2. Лекарственные растения НСО
3. Лихарев В.С. Удивительное на грядке, Саратов, 1992.
4. Н.Ш.Карипбаева, В.В.Полевик, Б.М.Силыбаева, Школьный иллюстрированный определитель цветковых растений, Семей 2008 г.
5. И.Куреннов, Энциклопедия лекарственных растений, М.: Мартин, 2012 г.
6. Н.Ш.Карипбаева, В.В.Полевик, Б.М.Силыбаева, Методическое пособие для учебно-полевой практики по ботанике, Семипалатинск 2005 г.
7. К.У.Ушбаева., И.И.Курамысова, В.Ф.Аксенова, Целебные травы, Кайнар, 1978 г.

**Приложение  
Информационная карта проекта**

<b>№ п/п</b>	<b>Название проекта</b>	<b>«Лекарственные растения села Хуторка»</b>
<b>1.</b>	<b>Специализация проекта</b>	Эколого-информационное. Проект носит информационно-исследовательский и практико-ориентированный характер, направлен на развитие творческой инициативы и деятельности детей, родителей и педагогов по изучению растительного мира родного села, организацию содержательного досуга детей, воспитание экологических ценностей на формирование ценностных духовно-нравственных установок.
<b>2.</b>	<b>Цель проекта</b>	Познакомить и расширить наши знания о многообразии лекарственных растений нашего села. Изучить лекарственные растения и их свойства, растущие в нашей местности, и их использование при лечении различных заболеваний. Систематизировать лекарственные растения родного края в сборник «Лекарственная кладовая нашего села».

**Управление образования Краснокутской районной Администрации  
Краснокутского муниципального района**

3.	<b><u>Задачи проекта:</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Выяснить, какие растения произрастают в нашем крае.</li> <li>– Изучить научно-популярную литературу по данной теме;</li> <li>– Определить места произрастания лекарственных растений;</li> <li>– Провести опрос жителей села Хуторка для того, чтобы выявить, место произрастания лекарственных растений. Узнать, как производится сбор и хранение лекарственных растений.</li> <li>– Внести свой вклад в составление справочника лекарственных растений «<b>Лекарственная кладовая нашего села</b>».</li> <li>– Воспитывать любовь к природе, стремление заботиться о ней, формировать у детей убеждение, что красота и польза природы бесценны, поэтому ее надо охранять.</li> </ul>
4.	<b>Актуальность</b>	В окрестностях нашего села Хуторка растут разнообразные растения, многие из них являются лекарственными, это дает возможность местным жителям лечить некоторые заболеваний травами, известными человеку с давних пор.
5.	<b>Краткое содержание проекта</b>	<p><b>Практическая значимость работы</b> в том, что изучение лекарственных растений поможет обеспечить профилактику различных заболеваний обучающихся, обогатить домашнюю свою аптеку. Поможет обучающимся, нашей школы расширить кругозор на знание лекарственных растений своего родного села Хуторка.</p> <p><b>Объект исследования</b> – лекарственные растения, произрастающие в окрестностях села Хуторка.</p> <p><b>Предмет исследования</b> – лечебные свойства лекарственных растений произрастающих на территории села Хуторка.</p>
6.	<b>Разработчики:</b>	Соловьева Анастасия, Чистякова Светлана
	<b>Автор проекта: ФИО должность адрес школьного виртуального музе:</b>	Марченкова Екатерина Васильевна Учитель информатики  <a href="https://u3615.74332-s-018.edusite.ru/">https://u3615.74332-s-018.edusite.ru/</a>
7.	<b>Сроки реализации проекта</b>	Сентябрь 2020 года – май 2022 года.
8.	<b>Тип проекта:</b>	по виду деятельности - творческий; по количеству участников - коллективный, разновозрастной; по продолжительности проведения - долгосрочный.
9.	<b>Исполнители проекта</b>	Обучающиеся школы, родители, педагоги, администрация школы, жители села Хуторка.

**Управление образования Краснокутской районной Администрации  
Краснокутского муниципального района**

---

<b>10.</b>	<b>Ожидаемые результаты реализации проекта</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Развернут поисково-исследовательская деятельность обучающихся МКОУ «Хуторская ООШ», а также жителей села Хуторка и педагогов школы.</li><li>• Повышение интереса обучающихся к изучению природы Родного села, района, области, страны, через систему творческого участия в деятельности школы.</li><li>• Совершенствование формы проектной, внеклассной учебной деятельности, интерактивных уроков и классных часов, а также воспитательной работы.</li><li>• Создан банк материалов, который можно использовать для проведения различных мероприятий и уроков биологии, географии.</li><li>• Привлечение обучающихся школы, жителей села Хуторка, родителей, педагогов школы, общественности к совместной деятельности по экологическому воспитанию.</li></ul>
<b>11.</b>	<b>Формы реализации проекта:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Беседы.</li><li>2. Экскурсии</li><li>3. Работа с литературой, интернет ресурсами.</li><li>4. Знакомство с правилами сбора лекарственных растений, их сбор.</li><li>5. Создание сборника «Лекарственная кладовая нашего села»</li><li>6. Анкетирование;</li><li>7. Изучение влияния лекарственных растений на здоровье человека.</li></ol>

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ХУТОРСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
(МКОУ «Хуторская ООШ»)

---

457010, Челябинская область, Увельский район, село Хуторка, ул. Лесная, д.1-А,  
тел 8(351)66-65-1-55, E-mail [hut\\_74332@mail.ru](mailto:hut_74332@mail.ru) ОГРН 1027401924714,  
ИНН/КПП 7440006380/ 742401001

***СБОРНИК***  
***«ЛЕКАРСТВЕННАЯ КЛАДОВАЯ***  
***НАШЕГО СЕЛА»***



Выполнили: Соловьева  
Анастасия,  
Чистякова Светлана  
Обучающиеся: 6класса  
Руководитель: Марченкова Е.В.

***Оглавление:***

- 1. Введение.....1**
- 2. Составление календаря сбора лекарственных растений наиболее часто используемых в нашей местности.....2-4**
- 3. Правила сбора, сушки и хранения лекарственных растений.....5**
- 4. Систематизация основных лекарственных растений произрастающих на территории села Хуторка.....6-29**
- 5. Рекомендации по заготовке лекарственных растений.....30**

### **ВВЕДЕНИЕ**

Родная природа – это могущественный источник, из которого человек черпает свои первые знания, впечатления. Она щедро дарит нам свои богатства. Нужно только научиться правильно ими пользоваться, и не ждать, пока болезнь начнет наступать, а заботиться о своем здоровье каждый день.

Лекарственные растения, которые мы изучили, встречаются в нашем крае повсюду и действительно используются человеком для лечения и восстановления своего здоровья. В каждой семье используются лекарственные растения и наиболее распространенными являются: ромашка, крапива, липовый цвет, мать-и-мачеха, клюква, тысячелистник, подорожник. В век электроники, мегаполисов, расширение промышленного производства наступление на дикую природу идет угрожающими темпами. Все меньше остается нетронутых уголков на Земле — не распаханых земель, на больших площадях сведены леса. Золотой фонд дикорастущих лекарственных растений, увы, исчерпаем, их ресурсы постоянно сокращаются. Многие виды целебных растений занесены в Красные книги. Для того чтобы сохранить возможность получения ценных лекарств на основе растений, предпринимают различные шаги: организуют заповедники, заказники, устанавливают запреты на сбор отдельных видов, но самое главное — создают плантации лекарственных растений — их вводят в культуру.

Мы надеемся, что наш сборник будет полезен людям и принесет им хорошее самочувствие. Но помните, что перед употреблением лекарственных растений необходимо обратиться за консультацией к врачу.

**2. Составление календаря сбора лекарственных растений наиболее часто используемых в нашей местности;**

<b>Наименование лекарственных растений</b>	<b>Вид сырья</b>	<b>Календарь сбора, мес.</b>	<b>Максимальный срок хранения, год</b>
Береза повислая и белая	почки	январь, февраль, март	2
Боярышник	цветы	май	3
	плоды	сентябрь, октябрь	8
Валериана лекарственная	корни	апрель, сентябрь, октябрь	3
Василек синий	цветы	июнь, июль	2
Донник лекарственный	трава	июнь, июль, август	2
Девясил высокий	корневища	сентябрь, октябрь	3
Душица обыкновенная	трава	июль, август	3
Зверобой продырявленный	трава	июль, август	3
Земляника лесная	листья	май, июнь, июль	2
Иван-чай	Листья, цветы	май, июнь, июль	2
Крапива двудомная	листья	июнь, июль	2
Клевер луговой	цветы	июнь, июль	2
Мать-и-мачеха	листья	май, июнь	3
Одуванчик лекарственный	корни	сентябрь, октябрь	5
Пастушья сумка	трава	май, июнь, июль, август, сентябрь	3
Пижма обыкновенная	соцветия	август, сентябрь	3
Подорожник большой	листья	май, июнь, июль, август	3
Полынь обыкновенная	трава	июнь, июль, август, сентябрь	3

**Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района**

Ромашка лекарственная	соцветия	май, июнь, июль, август	2
Тысячелистник обыкновенный	трава	июнь, июль, август, сентябрь	2
Тимьян ползучий	трава	июнь, июль, август	2
Черёда трехраздельная	трава	июнь, июль, август	2
Чистотел большой	трава	май, июнь, июль	2
Шиповник	плоды	сентябрь, октябрь	2

### **3. Правила сбора, сушки и хранения лекарственных растений.**

Лекарственных растений существует огромное количество в природе. Но у разных растений лекарственными являются разные части, у одних цветы такие, как ромашка и ноготки, у других листья например, как у крапивы или череды, а у третьих корни, как у солодки и женьшеня.

Почему так происходит? Из книг мы узнали, что именно в этих местах накапливаются биологически активные вещества, а еще они накапливаются в разные периоды развития растения. Это и определяется срок его заготовки. Заготовка лекарственного сырья дело ответственное и требующее знаний и навыков.

#### **Нужно соблюдать правило сбора:**

1. Придерживаться оптимальных сроков заготовки свежего сырья.
2. Приводить сбор только в сухую погоду после просыхания росы.
3. Не собирать в одну тару разные виды сырья.
4. Оставлять на месте не менее 20% не убранных растений для возобновления
5. Собирать на одном месте не чаще, чем один раз в 2 года, а многолетнее 1 раз в 5-7 лет.
6. Не хранить свежесобранное растение больше 1-2 часа

Листья и траву собирают в период бутонизации. Цветки и соцветия в фазе начало цветения и суша не медленно или цветки почернеют. Плоды и семена заготавливают при полном созревании. Семена сушат в воздушных сушилках, а плоды на огневых сушилках.

Корни корневища собирают осенью или весной до начала вегетации растений. Их выкапывают, освобождают от надземной части, моют в проточной воде, крупные из них разрезают вдоль и отправляют на сушку в огневые сушилki.

Сушить следует так чтобы прямые солнечные лучи, дождь или роса, не попадали на сырье иначе оно потеряет свои свойства.

В огневых сушилках соблюдают режим.

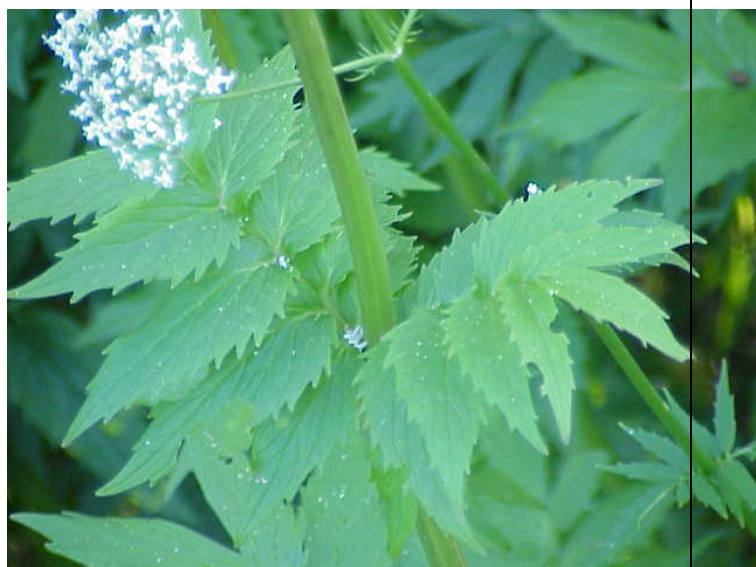
Хранить высушенное сырьё нужно в сухих, чистых помещениях защищённых, от прямых солнечных лучей и не заражённых вредителями.

Необходимо запомнить одно очень важное правило: нельзя вести заготовку трав, листьев, цветов и корневищ вблизи предприятий, шоссе и железнодородных дорог, где много вредных выбросов. Ведь растениям свойственно их поглощать и накапливать, а, попадая в организм человека, они способны нанести ему только вред.

#### ***4. Систематизация основных лекарственных растений произрастающих на территории села Хуторка.***

**Валериана лекарственная, или Кошачья трава** (лат. *Valeriana officinalis*) — вид растений рода Валериана (*Valeriana*) подсемейства Валериановые. В медицинских целях используют корневище и корни растения. Применяется в качестве седативного лекарственного средства и как спазмолитик (в отношении гладкой мускулатуры органов желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) и мочевыделительной системы). Обладает также желчегонным действием, увеличивает секрецию ЖКТ, расширяет коронарные сосуды.

Валериана лекарственная — многолетнее травянистое растение, достигает в высоту 1,5 (1,2—1,8) м. Корневище — короткое, толстое (длиной до 4 см, толщиной до 3 см), с рыхлой сердцевинкой, часто полая, с поперечными перегородками. От корневища отходят со всех сторон многочисленные тонкие



придаточные корни, иногда подземные побеги — столоны. Корни часто отделены от корневища, гладкие, ломкие, толщиной до 3 см, длиной до 10—12 см. Цвет корневища и корней снаружи — желтовато-коричневый, на изломе — от желтоватого до коричневого. Запах сильный, ароматный. Вкус водного извлечения пряный, сладковато-горьковатый.

Стебель — прямостоячий, дудчатый, бороздчатый, ближе к соцветию разветвляется. На одном кусту развивается несколько стеблей.

Листья: нижние и средние — длинночерешковые, верхние — сидячие, супротивные, иногда очерёдные или собранные по три—четыре в мутовки, перисторассечённые.

Цветки — душистые, мелкие, до 4 мм в диаметре, обоеполые, с двойным околоцветником, белые, бледно-фиолетовые или розоватые, собраны в крупные верхушечные и пазушные щитковидные или метельчатые ветвистые соцветия. Венчик воронковидный, с пятилопастным изгибом. Тычинок три. Цветёт со второго года жизни почти всё лето.

**Василёк синий, или Василёк посевной** (лат. *Centaurea cyánus*) — однолетнее, двулетнее травянистое луговое растение; вид рода Василёк семейства Астровые, или Сложноцветные (*Asteraceae*).

## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

Встречается по опушкам лесов, полянам, обочинам дорог как сорное растение на огородах и полях злаковых культур.

Стебель шершавый прямой ребристый, высотой 15—100 см.

Листья ланцетные, выемчато-надрезанные, стеблевые сидячие, все листья опушены тонким войлочком.

Цветки отличаются по окраске от синего до лилово-пурпурного.

Цветочные корзинки одиночные, крупные, наружные обёртки корзинок яйцевидные с

буроватым плёнчатом бахромчатым краем. Внутренние обёртки линейно-ланцетные, на концах желтоватые, с перепончатым целым или зубчатым придатком; краевые цветки в корзинках ярко-синие, косоворонковидные, бесплодные, внутренние — сине-фиолетовые, трубчатые, обоеполые; редко все цветки белые.

Плоды — семянки с почти равным им по длине рыжеватым хохолком<sup>[2]</sup>.

Корень тонкий, стержневой.

Цветёт в июне—сентябре

В качестве лекарственного сырья используют краевые воронковидные цветки василька синего — лат. *Flores Centaureae cyani*. При заготовке срезают цветущие корзинки, из которых выщипывают краевые и отчасти трубчатые цветки, сушат быстро и обязательно в тени. Хранят в сухом месте.

**Донник лекарственный** (лат. *Melilotus officinalis*) — двулетнее травянистое растение, вид рода Донник семейства Бобовые подсемейства Мотыльковые.

Народные названия: буркун, греча дикая, донник жёлтый, донник женский, жёлтый буркун, итальянская трава, луговой буркун, буркунец, донная трава.

Развивает прямостоячий ветвистый стебель высотой 1—1,5 м (в культуре 1,5—2 м).

Корень стержневой.



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

Листья с тремя листочками. Листочки ланцетные, зубчатые по краю. У основания черешка — прилистники (значительно мельче листочков), цельные или зубчатые. Средний листочек на более длинном черешке, чем боковые.

Цветки в длинных и узких пазушных и вершинных рыхлых кистях, мелкие, поникающие, жёлтые. Чашечка пятизубчатая. Венчик мотылькового типа. В цветке 10 тычинок, из них 9 срослись нитями на  $\frac{2}{3}$ , одна — свободная. Цветение — июнь—сентябрь. Зацветает на несколько дней раньше донника белого. Цветение продолжается более месяца.

Цвет пыльцы жёлтый. С сильным кумариновым запахом.

В качестве лекарственного сырья используется трава донника. Она содержит 0,4—0,9 % кумарина, кумаровую кислоту, дикумарол, мелилотин, эфирное масло, слизь. Препараты из донника лекарственного применяются в качестве наружного отвлекающего и раздражающего средства при ревматизме. Донник входит в состав сборов, используемых наружно как смягчительное при нарывах. Кумарин угнетает центральную нервную систему, обладает противосудорожным и наркотическим действием, поэтому препараты донника используют при судорогах, стенокардии и тромбозе коронарных сосудов. Кумарин способствует увеличению количества лейкоцитов у больных лейкопенией на почве лучевой терапии.

При больших дозах донник может привести к повреждению печени и кровоизлияниям. Противопоказан тем, у кого низкая сворачиваемость крови.

Девясил **высокий** (лат. *Inula helénium*) - вид многолетних растений рода Девясил (*Inula*) семейства Астровые (*Asteraceae*), произрастает в Европе, Азии и Африке.

Народные названия, по «Ботаническому словарю» Н. И. Анненкова: оман, девятисил, девясил, дикий подсолнечник, дивосил.

Многолетнее травянистое растение.

Корневище толстое, короткое, мясистое, с отходящими от него немногочисленными толстыми корнями. Корневища и корни снаружи бурые, внутри желтоватые.

Стебель прямостоячий, бороздчатый, опушённый короткими густыми белыми волосками, высотой 100—175 см.



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

Листья очерёдные, крупные, неравнозубчатые, снизу бархатисто-серовойлочные; прикорневые листья черешковые, эллиптические или удлинённо-яйцевидные.

Соцветия — корзинки, 6—7 см в диаметре, расположенные одиночно на концах стеблей и ветвей, в совокупности образующие неправильный щиток или кисть. Листочки обёртки расположены черепитчато; внутренние — плёнчатые, линейные, гладкие, средние на конце расширенные; наружные — яйцевидные, серовато-войлочные, напоминающие мелкие листья. Цветки жёлтые, с грязно-белым хохолком волосков вместо чашечки; краевые — пестичные, язычковые, с линейным отгибом венчика, срединные — обополые, трубчатые, с пятью зубчиками. Тычинок пять, с пыльниками, сросшимися в трубку, окружающую столбик. Пестик с нижней одногнёздной завязью, длинным тонким столбиком и двумя прямыми рыльцами.

Плод — продолговатая, четырёхгранная бурая или коричневая семянка с хохолком, вдвое превышающим её длину.

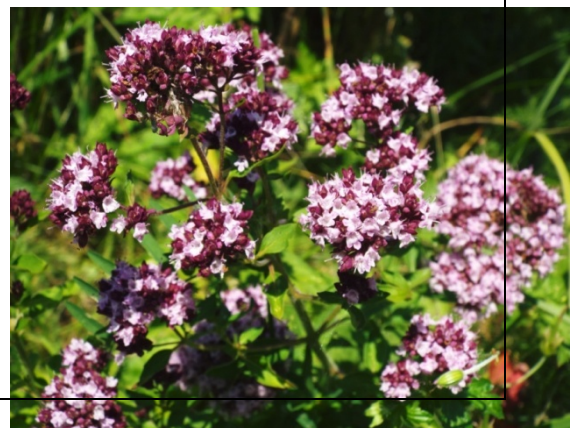
Цветёт в июле—сентябре. Плоды созревают в августе—октябре.

В лекарственных целях используют корни и корневища (лат. *Rhizoma et radix Inulae*) второго года жизни. Собирают сырьё в августе — сентябре после созревания плодов, до заморозков, или ранней весной, после появления первых листьев. Выкопанные корни отряхивают от земли, промывают в воде, отрезают стебли и небольшие корни, после чего разрезают на куски длиной 10—15 см и толщиной 1—2 см. Препараты из корневищ девясила высокого обладают отхаркивающим и противовоспалительным действием,

улучшают аппетит, уменьшают перистальтику кишечника, снижают секрецию желудочного сока. Считается, что основным биологически активным веществом девясила является алантолактон и сопутствующие терпеноиды.

Душица обыкновенная, или Орегано (лат. *Origanum vulgare*) — вид многолетних травянистых растений из рода Душица семейства Яснотковые (*Lamiaceae*).

Вид распространён в Европе и Средиземноморье. В России растёт повсеместно (за исключением Крайнего Севера): на полянах, опушках, среди кустарников, на сухих открытых травянистых местах, по склонам холмов.



Другие русские названия — материнка, ладанка, мацердушка, душница, зеновка, матрешка.

Высота растений достигает 50—70 см.

Корневище ветвистое, часто ползучее.

Стебель четырёхгранный, прямостоячий, мягкоопушённый, в верхней части ветвистый.

Листья супротивные черешковые, продолговато-яйцевидные, цельнокрайные, на верхушке заострённые, сверху тёмно, снизу серовато-зелёные, длиной 1—4 см.

Цветки мелкие, многочисленные, собраны в щитковидно-метельчатые соцветия. Венчик двугубый из пяти лепестков, которые, срастаясь, образуют трубку венчика и двугубый отгиб. Верхняя губа сростается из двух лепестков, нижняя — из трёх<sup>[4]</sup>. Цветёт в июне — июле, начиная со второго года жизни.

Масса 1000 семян около 0,1 г. Семена созревают в августе.

Биологические особенности. Растения нетребовательны к почве, однако на тяжёлых глинистых и кислых почвах растут плохо. Предпочитает открытые участки. Хорошо зимует и в конце февраля — начале марта начинает вегетацию.

Душица содержит дубильные вещества и аскорбиновую кислоту (мг%): цветки — 166, листья — 565 и стебли — 58. Сырьё содержит 0,3—1,2 % эфирного масла. Эфирное масло, получаемое из растения, — бесцветное или желтоватое. Хорошо передаёт запах сырья, обладает острым вкусом. Основные компоненты масла (%): тимол — 50 (по другим данным, до 44), карвакрол, би- и трициклические сесквитерпены — 12,5, геранилацетат — 2,6—5. Эфирные масла с высоким содержанием карвакрола превосходят по своим бактерицидным свойствам многие существующие антибиотики, а по противоаллергическим — антигистаминные препараты.

**Зверобой продырявленный, или Зверобой обыкновенный** (лат. *Hypericum perforatum*) —

многолетнее травянистое растение; вид рода Зверобой (*Hypericum*) семейства Зверобойные (*Hypericaceae*), типовой вид этого рода. Ранее род Зверобой обычно рассматривали в составе семейства Клузиевые (*Clusiaceae*). Одно из наиболее используемых лекарственных растений; используется также в пищевой промышленности.

## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

Народные названия растения — заячья кровь, зверобой дырявый, зверобой жёлтый, зверобойник, красная травица, кровавец, кровца, хворобой, зелье светоянское.

Растение с тонким, сильным корневищем, от которого ежегодно вырастает несколько гладких двугранных ветвистых стеблей высотой до 40—80 см.

Стебель — прямостоячий, зелёного цвета, затем становится красновато-бурого цвета; на гладкой поверхности



выделяются две продольные линии. Характерны секреторные вместилища с тёмным содержимым.

Листья супротивные, сидячие, продолговато-яйцевидные или эллиптические, длиной до 3 см, шириной до 1,5 см, цельнокрайные с многочисленными светлыми и тёмными желёзками (отсюда и название — продырявленный).

Соцветие — верхушечный кистевидно-щитковидный тирс. Цветки правильные, до 2 см в диаметре, с двойным пятичленным околоцветником. Чашечка глубоко-раздельная, остаётся при плоде, свободные части ланцетные с редкими чёрными желёзками. Лепестки свободные, золотисто-жёлтые, продолговато-эллиптические, на верхушке косо срезанные, с желёзками, которые по краю листа тёмные, а на остальной поверхности — светлые.

Многочисленные тычинки срослись в три пучка. Гинецей ценокарпный, столбики отогнутые, рыльца с красными сосочками, завязь трёхгнездная, у её основания — железистые стаминодии. Цветёт зверобой с июня по август в течение 25—30 дней.

Цвет пыльцы тёмно-жёлтый.

Плод — трёхгранная многосемянная коробочка с сетчатой поверхностью, открывается створками.

Зверобой как лекарственное растение известен с давних пор.

В качестве лекарственного сырья используют траву зверобоя (лат. *Herba Hyperici*) — собранные в фазе цветения побеги дикорастущего или культивируемого зверобоя продырявленного<sup>[10]</sup>. Траву зверобоя содержит дубильные вещества, эфирное масло, β-ситостерин, тритерпеновые сапонины, витамины

С, Е, флавоноиды (гиперозид, рутин), антрахиноны,

макро -

## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

и микроэлементы и другие биологически активные вещества, красящее вещество гиперицин.

Отвар, настой, настойка зверобоя используются как вяжущее и антисептическое средство при желудочно-кишечных заболеваниях (гастриты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, энтероколиты, поносы, язвенный колит, геморрой), печени и жёлчного пузыря (дискинезия жёлчного пузыря, холецистит, жёлчнокаменная болезнь, острый и хронический гепатит), для полоскания при воспалительных заболеваниях слизистой оболочки рта и зева (острые тонзиллиты (ангины) и хронические тонзиллиты, гингивиты, стоматиты). Применяется при астенических состояниях, неврозах и неврастениях, судорогах, головных болях, бессоннице, миокардитах и эндокардитах, гломерулонефритах, пиелонефритах, циститах и воспалениях предстательной железы, артритах, радикулитах. Им лечат также многие женские заболевания (воспаления придатков, аменореи, обильные менструации, бели), а также аллергический диатез у детей. Настойка и отвар зверобоя оказывают положительное действие при туберкулёзе лёгких.

Земляника лесная, или Земляника обыкновенная (при переводе иногда: Дикая земляника, Европейская земляника; культурные сорта: Земляника альпийская) (лат. *Fragaria vesca*) — вид растений рода Земляника семейства Розовые.

Русское название «Земляника» происходит от старорусского слова «Земляница», а назвали её так, потому что зрелые плоды её висят близко к земле.

Земляника лесная (*Fragaria vesca* Linnaeus) на английском — «Wild strawberry» или «Alpine strawberry», на французском — «Fraise des bois».

Земляника лесная — многолетнее, поликарпическое, наземно-столонообразующее, короткокорневищное растение, высотой 5-30 см. Модель побегообразования — симподиально полурозеточная. Имеет вертикальное косое или горизонтально направленное апикально нарастающее эпигеогенное корневище, втягивающееся в почву за



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

счет контрактильной деятельности придаточных корней, которые образуются в течение всего лета. Эпигеогенное корневище покрыто остатками засохших прилистников.

Многолетнее травянистое растение со стелющимся толстым корневищем, покрытым бурыми прилистниками. От корневища отходят тонкие мочковатые придаточные корни и длинные нитевидные побеги, так называемые «усы», которые укореняются в узлах. В местах укоренения усов развиваются розетки длинночерешковых прикорневых листьев и выходят цветоносные стебли.

Прикорневые листья тройчатосложные длинночерешковые, листочки сидячие с крупными острыми зубцами. Листья сверху почти голые, снизу покрыты шелковистыми волосками.

Цветки пятичленные обоеполые белые, собранные в малоцветковые рыхлые зонтиковидные или щитковидные соцветия, выходящие из пазух простых, иногда двойных, крупнозубчатых яйцевидных листьев. Чашечки остаются при плодах.

Плод — многоорешек, образующийся из разрастающегося, сросшегося с чашечкой цветоложа, в мякоть которого погружены мелкие орешки. Такой плод часто называют «земляничной».

**Крапива двудомная** (лат. *Urtica dióica*) — многолетнее травянистое растение, вид рода Крапива (*Urtica*).

Латинское видовое название *dioicus* произошло от др.-греч. δι- — приставка со значением «дважды» и οἶκος — «дом, жилище».

Другие названия:	русские
<i>жегала,</i>	<i>жигалка,</i>
<i>стракива,</i>	<i>стрекава,</i>
<i>стрекучка, жигачка,</i>	<i>жгучка,</i>
<i>стрекалка.</i>	

Крапива двудомная — многолетнее травянистое растение с мощным корнем и длинным горизонтальным ветвистым корневищем.

Достигает в высоту 60—200 см (при идеальных климатических условиях и при высокой плотности размещения растений на месте произрастания). Всё растение густо покрыто жгучими волосками.



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

---

Побег удлинённый. Стебель полый, по консистенции травянистый, по положению в пространстве прямой или восходящий. Поверхность покрыта простыми и жгучими волосками. Поперечное сечение ребристое (четырёхгранное). Листорасположение накрест супротивное. В начале вегетации стебель простой, а во второй половине лета обычно развиваются пазушные побеги.

Листья супротивные, равносторонние, длинночерешковые, простые, цельные, тёмно-зелёного цвета. Форма листовой пластинки продолговатая яйцевидно-сердцевидная или яйцевидно-ланцетная, реже эллиптическая — длина листа превышает ширину не более чем в два раза: в длину 8—17 см, в ширину 2—8 см.

Лекарственным сырьём является лист крапивы (лат. *Folium Urticae*), который собирают в мае — июле. Растения срезают или скашивают, провяливают 2—3 часа, затем листья обрывают. Сушат в сушилках при температуре 40—50 °С или в хорошо проветриваемых помещениях, разложив слоем 3—5 см на ткани или бумаге. Срок хранения сырья два года.

Клевер луговой — двулетнее, но чаще многолетнее травянистое растение, достигает в высоту 15—55 см.

Клевер луговой, или клевер красный (лат. *Trifolium pratense*) — растение из рода Клевер (*Trifolium*), семейства Бобовые (*Fabaceae*), подсемейства Мотыльковые (*Faboideae*).

Ветвистые стебли приподнимающиеся.

Листья тройчатые, с широкояйцевидными мелкозубчатыми долями, листочки по краям цельные, с нежными ресничками по краям.

Соцветия головки рыхлые, шаровидные, сидят часто попарно и нередко прикрыты двумя верхними листьями. Венчик красный, изредка белый или неоднотонный; чашечка с десятью жилками.

Плод — яйцевидный, односемянный боб; семена то округлые, то угловатые, то желтовато-красные, то фиолетовые.

Цветёт в июне-сентябре. Плоды созревают в августе-октябре.

Размножается как семенами, так и вегетативно.

Растёт на среднеувлажнённых лугах, лесных полянах, вдоль полей и дорог.

Из листьев получают витаминные концентраты. Эфирное масло применяют в ароматических композициях.

Из листьев готовят салаты, ими заправляют зелёные щи, ботвинью.

Сухие растёртые листья в прошлом добавляли к муке при выпечке ржаного хлеба, а также использовали для приготовления соусов и при

производстве сыров. На Кавказе молодые нераспустившиеся цветочные головки квасят как капусту и добавляют в зелёные салаты.

**Мать-и-мачеха обыкновенная** (лат. *Tussilago fárfara*)- многолетнее травянистое растение, широко распространённое в Евразии, Африке, а также, как заносное в других частях света. Особенностью мать-и-мачехи является то, что оно цветёт ранней весной, до распускания листьев. С древних времён растение используется как лекарственное.

Корневище длинное, ветвистое, ползучее. Из почек на корневище развиваются побеги двух типов: цветonoсные и вегетативные.

Ранней весной начинают развиваться прямостоячие невысокие цветonoсные побеги, покрытые яйцевидно-ланцетными, часто буроватыми, чешуевидными листьями. На каждом из побегов развивается одиночная, до цветения и после цветения поникающая головка, состоящая из цилиндрического однорядного покрывала, голого плоского цветоложа и ярко-жёлтых цветков двух типов. Многочисленные наружные (краевые) цветки — женские, язычковые (ясно выраженная язычковость краевых цветков является диагностическим признаком, по которому мать-и-мачеха отличается от растений рода Белокопытник, у которых эта язычковость выражена неясно, венчики почти нитевидны, а число краевых цветков относительно невелико), плодущие. Цветки, которые находятся в середине соцветия — обоеполые, трубчатые, бесплодные.



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

Плод — цилиндрическая семянка, с паппусом (хохолком) из мягких волосков. После созревания плодов цветоносные побеги отмирают.

Через некоторое время после начала цветения начинают развиваться вегетативные побеги, которые несут несколько относительно крупных округло-сердцевидных, немного угловатых (угловато-неравномерно-зубчатых), снизу беловойлочных, сверху голых листьев с длинными черешками.

В качестве лекарственного сырья используют лист мать-и-мачехи (лат. *Folium Farfarae*), который заготавливают весной, сушат на воздухе или в сушилках при температуре 40—50 °С.

Листья мать-и-мачехи, содержащие слизь, которая обуславливает мягчительное, обволакивающее и отхаркивающее действие, горький гликозид туссилягин, сапонины, аскорбиновую кислоту, танин, дубильные вещества, каротиноиды и стерины, входят в состав грудного сбора; в народной медицине это растение употребляется от очень многих болезней.

Биологически активные вещества оказывают комплексное воздействие на воспалительные процессы. Мать-и-мачеха — традиционное средство от кашля, особенно при коклюше, а также от слизистой мокроты. Чаем из неё можно облегчить откашливание, сделать более жидкой вязкую бронхиальную слизь. Используется при хроническом бронхите, ларингитах, бронхопневмонии, бронхоэктазах и бронхиальной астме.

Из-за наличия в растении пирролизидиновых алкалоидов, токсичность которых изучена слабо, не рекомендуется применять цветки мать-и-мачехи более 4—6 недель подряд.

**Одуванчик лекарственный, или Одуванчик полевой, или Одуванчик аптечный, или Одуванчик обыкновенный** (лат. *Taraxacum officinale*) — наиболее известный вид рода Одуванчик семейства Астровые (*Asteraceae*).

Одуванчик лекарственный — одно из самых распространённых растений, особенно в лесостепной зоне. Растёт на лугах, полянах, около дорог, на выгонах и у жилья, часто как сорняк в полях, садах, огородах и парках в европейской части России, на Украине, в Белоруссии, на Кавказе,



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

в Молдавии, Приднестровье в Средней Азии, Сибири, на Дальнем Востоке, на Сахалине, Камчатке.

Одуванчик лекарственный — многолетнее травянистое растение высотой до 30 см, с маловетвистым стержневым корнем толщиной около 2 см и длиной около 60 см, в верхней части переходящим в короткое многоглавое корневище.

Листья одуванчика голые, перисто-надрезанные или цельные, ланцетные или продолговато-ланцетные, зубчатые, длиной 10—25 см, шириной 1,5—5 см, собранные в прикорневую розетку.

Цветоносная стрелка сочная, цилиндрическая, полая внутри, оканчивающаяся одиночной корзинкой язычковых обоеполых ярко-жёлтых цветков диаметром до 5 см. Цветоложе голое, плоское, ямчатое.

Плод — серовато-бурая веретенообразная семянка с хохолком, состоящим из белых неветвистых волосков. Семянки прикреплены к цветоложу непрочны и легко разносятся ветром.

Все части растения содержат густой белый млечный сок, горький на вкус.

Семянки одуванчика прорастают в первую же неделю. В первый год возникающее растение образует розетку листьев и стержневой корень. Цветение и плодоношение начинается со второго года жизни.

Цветёт одуванчик в мае—июне, иногда наблюдается осеннее цветение, плодоносит — с конца мая по июль.

**Пастушья сумка обыкновенная**, или **Сумочник пастуший** (лат. *Capsella bursa-pastoris*) — травянистое растение, вид рода Пастушья сумка (*Capsella*) из семейства Капустные (*Brassicaceae*).

В России встречается часто и повсюду, кроме арктических районов, включая всю территорию Сибири.

Растёт на насыпях, вдоль дорог и канав, на полях и огородах. Рудеральное растение. Однолетнее растение высотой 20—60 см с тонким веретеновидным корнем.

Всё растение зелёное, обыкновенно голое или немного волосистое, особенно в нижней части. Волоски простые и ветвистые.

Стебель одиночный, прямостоячий, простой или ветвистый.

Прикорневые листья на черешках, перистораздельные с острыми треугольными, цельнокрайними



или зубчатыми долями, струновидно-выемчатые или цельные, собраны в розетку. Стеблевые листья очерёдные, сидячие, продолговато-ланцетовидные, цельнокрайние или выемчато-зубчатые, с ушками; верхние листья почти линейные, со стреловидным основанием.

Цветки правильные, четырёхчленные, собраны в кисть, вначале зонтиковидную, потом удлиняющуюся. Чашелистики 0,25 см длиной, лепестки до 0,35 см длиной, обратнойцевидные, белые.

Плод — стручочек длиной и шириной 5—8 мм, сжатый с боков перпендикулярно перегородке, обратнотреугольно-сердцевидный, с верхушечной выемкой около 0,5 мм глубины, на верхушке с выдающимися углами<sup>9</sup> Семенная продуктивность высокая — одна особь может дать до 70 тысяч семян<sup>[2]</sup>, по другим данным, до 40 тысяч.

Цветёт в апреле — августе. Плоды созревают в мае — сентябре. Семена прорастают в разное время; различают озимую и яровую формы.

Как лекарственное растение пастушья сумка была известна ещё врачам Древней Греции и Рима, которые употребляли её семена. В Средние века во всей Европе растение применяли как кровоостанавливающее средство.

Пастушью сумку используют в гомеопатии. Наиболее эффективна свежая надземная часть растения. В народной медицине пастушью сумку использовали внутри при маточных кровотечениях, холецистите, мочекаменной болезни, ревматизме, гастрите, поносе и дизентерии, как вяжущее и ранозаживляющее средство. Имеются данные об использовании надземной части пастушьей сумки в народной медицине различных стран при болезнях сердца, малярии, некоторых венерических заболеваниях, язвенной болезни желудка, брюшном тифе, а также в ветеринарной практике при появлении кровянистых выделений в моче.

Лекарственным сырьём является трава пастушьей сумки (лат. *Herba Bursae pastoris*). Сбор травы проводят в июне — июле, в сухую погоду, срезая её ножом или секатором или выдёргивая с корнем; корни затем обрезают, оставляя прикорневую розетку. Недопустим сбор растений со зрелыми плодами. Сушат сырьё в сушилках при температуре не выше 45 °С или под навесами, на чердаках, в тени на открытом воздухе, разложив тонким слоем.

Пижма обыкновенная (лат. *Tanacétum vulgáre*) — многолетнее травянистое растение, типовой вид рода Пижма семейства Астровые.

## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

Наряду с пижмой бальзамической является самым распространённым и популярным растением рода Пижма.

Произрастает на всей территории Европы, в Турции, Казахстане, Киргизии, Монголии, Китае, Японии и Корее, Северной Америке

Растёт по дорогам, полям, межам, в кустарниках, на опушках, в луговых степях, берёзовых лесах, на суходольных лугах. Больших зарослей не образует, но встречается повсеместно. Растение лесной и лесостепной зоны. Засоряет многолетние травы длительного пользования, луга, пастбища, сады, огороды

Многолетнее дернистое растение высотой 50—150 см. Растению присущ характерный (камфорный) запах.



Корневище длинное, деревянистое, ползучее, ветвящееся.

Стебли многочисленные, прямые, гранёные, ветвистые в верхней части, слегка опушённые или голые.

Листья очерёдные, продолговато-яйцевидные, дваждыперисторассечённые, с 5—12 парами продолговато-ланцетных, заострённых, пильчатых листочков, реже почти цельнокрайных; с верхней стороны тёмно-зелёные, с нижней — желёзистые, с точками. Самые нижние листья черешковые, остальные — сидячие, жёсткие.

Цветки мелкие, обоеполые, правильные, жёлтые, трубчатые, собраны в корзинки, а те, в свою очередь, в густые верхушечные щитковидные соцветия. Обёртка многорядная, черепитчатая, полушаровидная, листочки обёртки зелёные, с сухоплёччатым краем; цветоложе голое, периферические цветки женские, иногда короткоязычковые; срединные цветки обоеполые. Опыляются комарами-пискунами.

Плод — продолговатая пятигранная семянкa с короткой, мелко зазубренной окраиной.

Цветёт в июле—сентябре. Плоды созревают в августе—сентябре.

*Препараты на основе пижмы нашли применение в современной медицине.*

Она включена в фармакопеи Бельгии, Финляндии, а также Португалии (отвар, настой) как антигельминтное. В научной медицине используют цветки пижмы (лат. Flores Tanaceti), собранные в начале

цветения и высушенные отдельные цветочные корзинки или щитки с цветоносом длиной не более 4 см (от верхних корзинок). Препараты из них применяют для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения, при болезнях печени и кишечника, при бронхиальной астме, ревматизме, как глистогонное средство при аскаридозе и острицах (настой) и средство, повышающее кислотность желудочного сока, при запорах.

Пижма обыкновенная входит в состав желчегонных сборов. Препараты пижмы обыкновенной, содержащие сумму флавоноидов и фенолкарбоновых кислот, разрешены в качестве желчегонных средств.

**Подорожник большой**, или **Подорожник большой** (лат. *Plantago major*) — травянистоерастение; вид рода Подорожник семейства Подорожниковые (*Plantaginaceae*). В России и сопредельных странах распространён повсеместно, кроме Крайнего Севера, как сорное растение; введён в культуру из-за лекарственных свойств.

Подорожник большой — многолетнее травянистое растение.

Растение имеет короткое корневище, усаженное тонкими нитевидными корнями.

Листья собраны в прикорневую розетку, черешковые, широкоовальной формы. Черешки равны по длине пластинке листа, длиннее её или редко короче.



Цветоносы прямостоячие, при основании восходящие, высотой 15—45 см, тонкобороздчатые, заканчивающиеся длинным цилиндрическим соцветием — колосом. Цветки мелкие четырёхчленные, чашелистики по краям плёнчатые, венчик светло-буроватый. Четыре тычинки вдвое длиннее трубки венчика, их нити белые, пыльники — тёмно-лиловые. Цветёт с мая — июня (на севере) до августа — сентября.

Плод — многосемянная коробочка. Анемофил.

В качестве лекарственного сырья используют лист подорожника большого (лат. *Folium Plantaginis majoris*) и траву подорожника большого свежую (*Herba Plantaginis majoris recens*).

Препараты из листьев подорожника большого обладают многосторонним целебным действием.

В народной медицине настой листьев рекомендован при сенной лихорадке (аллергии), горячке, поносе, геморрое, при воспалении мочевого

## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

пузыря, раке желудка и лёгких. Свежие листья прикладывают к ранам, ссадинам, порезам, язвам и фурункулам. Мазь с порошком сушёного подорожника — эффективное средство для лечения гнойничковых заболеваний кожи.

В научной медицине листья применяют как ранозаживляющее, противовоспалительное, кровоостанавливающее, отхаркивающее, снотворное, обезболивающее, бактерицидное и противоаллергическое средство.

Настой листьев применяют при бронхитах, туберкулёзе, коклюше, бронхиальной астме как отхаркивающее средство, в заболеваниях желудочно-кишечного тракта, в том числе при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при воспалении почек.

Сок из свежей травы эффективен при анацидных и хронических гастритах.

Спиртовой экстракт листьев понижает артериальное давление.

Отхаркивающее действие подорожника используют в грудных сборах.

Выпускают лекарственный препарат Подорожника сок (лат. *Plantaginis succus*), используемый при гастрите, диспепсии, анорексии.

**Полынь обыкновенная, чернобыльник, чернобыль** (лат. *Artemisia vulgaris*) — вид многолетних травянистых растений рода Полынь семейства Астровые (*Asteraceae*).

Название «чернобыльник» происходит от черноватого стебля (былинки).

Полынь обыкновенная распространена повсюду в Европе, в Передней и Центральной Азии, Северной Африке. Занесена и прижилась в Северной Америке.

В России растёт по всей территории (на Дальнем Востоке только в бассейне Амура).

Растёт по заброшенным полям, пастбищам и пустошам, вдоль дорог, по берегам водоёмов. Рудеральное растение. Трудновыводимый сорняк.

Многолетнее ветвистое растение, обычно конусообразной формы, высотой 0,5—2 м, реже 2,5 м. Стебель облиственный по всей высоте, прямостоячий, буроватый с фиолетовым оттенком, в сечении угловато ребристый.

Корневище многоглавое или коротко ползучее, в верхней части утолщённое.



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

Листья мягкие дважды или трижды перисторассечённые с широколанцетными или линейно-ланцетными сегментами, зелёного цвета, длиной 5—20 см, сверху светло- или тёмно-зелёные, голые или слабо опушённые, снизу густоопушённые до белёсости и даже серебристости (нижняя часть листьев по окраске резко отличается от верхней — в этом отличие от близкой полыни горькой). Верхние листья простые и более мелкие. Конечные сегменты листьев 2,5—9 мм шириной. Хорошо заметны несколько пар ушек (от 1 до 5) у основания черешка.

Цветки мелкие, многочисленные, жёлтые или коричневатые. Корзинки прямостоячие, собраны в рыхлое метёлковидное соцветие. Ножки корзинок 0,5—1 мм длиной. Цветёт с июля по сентябрь.

Плод — семянка. Плоды созревают в июле — октябре.

Полынь обыкновенная — лекарственное растение. В качестве лекарственного сырья используют траву (лат. *Herba Artemisiae vulgaris*) — собранные во время цветения и высушенные цветоносные облиственные верхушки<sup>[5]</sup>, и корни, заготовленные осенью. Полынь улучшает аппетит и пищеварение, обладает тонизирующим, успокаивающим, кроветворным, ранозаживляющим, желчегонным и мягким слабительным действием; налаживает работу желудка и помогает при лихорадке. Отвар листьев полыни используется в качестве клизм для стимуляции печени, а также как глистогонное. Полынь используют при истощении, бессоннице, различных неврозах, простудных заболеваниях, малярии, гриппе и эпилепсии. В смеси с травой чабреца (тимьяна) полынь используют для лечения алкоголизма.

Полынь считается женским растением, так как стимулирует матку, регулирует менструальный цикл, а также помогает при различных гинекологических недомоганиях, истерии и эпилепсии.

Надземную часть и корни употребляют в народной медицине многих стран как вяжущее при гастрите, туберкулёзе, отёках, геморрое, гипертонической болезни, альгоменорее, аменорее, метеоризме, эпилепсии, неврастении, менингите, проказе.

Ромашка аптечная, или Ромашка лекарственная, или Ромашка ободранная (лат. *Matricaria chamomilla*) —



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

однолетнее травянистое растение; вид рода Ромашка (*Matricaria*) семейства Астровые (Сложноцветные), типовой вид этого рода. Растение широко распространено в Евразии и Северной Америке; активно культивируется; как заносное встречается почти во всех внетропических регионах обоих полушарий.

Ромашка аптечная — однолетнее травянистое растение с сильным специфическим запахом. Всё растение голое, без опушения.

Корень стержневой, слабо разветвлённый, светло-бурый.

Стебель прямостоячий, высотой от 15 до 60 см, обычно разветвлённый от основания, реже простой, ребристо-бороздчатый, внутри полый, до верхушки облиственный.

Листья очерёдные, сидячие, при основании несколько расширенные, в общем очертании широколанцетные или яйцевидные, длиной от 15 до 60

Соцветия — конические корзинки диаметром до 25 мм (на боковых побегах мельче); многочисленные, расположены на тонкорребристых длинных (до 8 см, обычно — от 3 до 5 см) цветоносах на верхушках стеблей и боковых побегов. Соцветия образуют в совокупности общее щитковидное соцветие.

Плоды — цилиндрические, притуплённые, слегка согнутые мелкие семянки (длиной от 1 до 2 мм, шириной от 0,2 до 0,3 мм), у основания суженные.

*Ромашка аптечная с античности используется в научной и народной медицине, до сих пор является одним из самых востребованных лекарственных растений.* Из растения извлекают эфирное масло (так называемое ромашковое масло), которое находит множество применений; наиболее ценным веществом в его составе является хамазулен (один из азуленов), обладающий противовоспалительным, седативным и местноанестезирующим свойствами. Экстракт ромашки аптечной используется в производстве косметики, входит в состав мыла, кремов и шампуней.

Сушат в воздушных сушилках при температуре не выше 40 °С, в тени под навесами или на чердаках с хорошей вентиляцией, осторожно перемешивая, чтобы не допустить осыпания цветков. Цветочные корзинки расстилают на стеллажах или рамах из расчёта 1 кг на 1 м<sup>2</sup> площади. При воздушной сушке полное высушивание корзинок происходит за 5—6 дней. В огневых сушилках корзинки можно сушить при температуре 40—50 °С. Сушку заканчивают, когда цветоложе, отделённое от цветков, при растирании между пальцами становится кожисто-сухим. Срок хранения сырья — 1 год. Из 1 кг сырых корзинок получается чуть более 200 г сырья.

Тысячелистник обыкновенный, или Порéзная трава́ (лат. *Achillea millefolium*) —

многолетнее травянистое растение; вид рода Тысячелистник (*Achillea*) семейства Астровые, или Сложноцветные (*Asteraceae*), типовой вид этого рода.

Используется как лекарственное, пряное, декоративное и медоносное растение. Корневище толстое, ползучее, разветвлённое, с многочисленными тонкими, мочковатыми корнями, подземными побегами.

Стебли немногочисленные или одиночные, прямостоячие или приподнимающиеся, прямые, реже извилистые, округлые, высотой 20—80 (до 120) см, угловато-бороздчатые, голые или слегка опушённые, ветвящиеся лишь в верхней части.

Пластинка листа длиной до 15 см, шириной 0,5—3 см с многочисленными масляными желёзками на нижней стороне. Листья очерёдные, в общем очертании ланцетовидные или линейно-ланцетовидные дважды или трижды не до самого основания перисто-рассечённые на тонкие сегменты, конечные дольки листьев ланцетно-яйцевидные, 0,3—2 мм шириной, быстро переходящие в шипик. Прикорневые листья развиваются от побегов на черешках, стеблевые — небольшие, опушённые, сидячие.

Соцветия тысячелистника обыкновенного (справа) и, для сравнения, соцветия тысячелистника птармики (слева)

Цветки мелкие белые или розовые, собраны в небольшие соцветия — корзинки, которые в свою очередь образуют общее щитковидное соцветие из многочисленных корзинок. В каждой корзинке краевые женские цветки язычковые, белые, реже розовые; обоеполые срединные — трубчатые, жёлтые.

Плод — плоская продолговатая серебристо-серая семянка без крыльев, длиной 1,5—2 мм.

Цветёт с июня до конца лета, семена созревают в июле — сентябре.

Растение широко используется в медицине различных стран как кровоостанавливающее (при носовых, маточных, лёгочных, геморроидальных и других кровотечениях), при колите, различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, язвенной болезни



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

желудка и двенадцатиперстной кишки, воспалительных заболеваниях мочевыводящих путей, как вяжущее при желудочно-кишечных расстройствах,

обладает противовоспалительными и бактерицидными свойствами<sup>[9]</sup>.

Применяется в виде настоев, отваров, экстрактов. Входит в состав желудочных и аппетитных сборов. Препараты тысячелистника с крапивой применяют как кровоостанавливающее и успокаивающее средство при внутренних и наружных кровотечениях. Растение обладает противоболевыми свойствами, которые усиливаются в сочетании с травой душицей<sup>[10]</sup>.

В народной медицине тысячелистник обыкновенный применяют при белях, малярии, бессоннице, мочекаменной болезни, некоторых заболеваниях печени, при недержании мочи, как ранозаживляющее и кровоостанавливающее при обильных менструациях.

**Чередá трёхраздéльная** (лат. *Bídens tripartíta*) — однолетнее травянистое растение; вид рода Череда (*Bidens*) семейства Астровые (*Asteraceae*), типовой вид этого рода.

Русские народные названия: *золотушная трава, череда, козы рожки, прицепя, болотная стрелка, двузубец, собачник, шабашник, репехи собачьи*.

Однолетнее растение. Корень стержневой, сильно разветвлённый, тонкий.

Стебель одиночный, прямостоячий, красноватый, вверху супротивно ветвящийся, высотой до 100 см.

Листья супротивные, с короткими крылатыми черешками, трёхраздельные, с ланцетовидными пильчато-зубчатыми долями (средняя доля крупнее), голые, тёмно-зелёные.

Листья простые с изрезанной листовой пластинкой: многократно перисторассечённые, супротивные, короткочерешковые или самые верхние простые с цельной листовой пластинкой: эллиптические или продолговатые, край цельный, основание округлое, верхушка острая, жилкование перистое.

Цветки грязновато-жёлтые, все трубчатые, обоеполые, собраны в крупные, плоские одиночные или по нескольку на концах ветвей корзинки на верхушке стебля и супротивных пазушных побегах, обёртка корзинки двухрядная.



Плод - обратнойцевидная, клиновидная, сплюснутая, с двумя зазубренными остями семянка. Благодаря этим остям плоды легко цепляются к шерсти животных, одежде человека и переносятся на большие расстояния. Цветёт с конца июня до сентября, плоды созревают в конце сентября — октябре.

Лекарственным сырьём являются облиственные верхушки стеблей и боковых ветвей длиной не более 15 см и крупные листья - трава череды (лат. *Herba Bidentis*), которую собирают в период бутонизации в первой половине июня<sup>[6]</sup>. Сырьё, заготовленное в период цветения, после сушки становится непригодным, так как при сушке в естественных условиях цветение продолжается и корзинки становятся колючими. В таких случаях срезают только боковые веточки без потемневших плодоносящих корзиночек. Сушку проводят в сушилках при температуре 40—45 °С или в тени под навесами, на чердаках с хорошей вентиляцией, раскладывая слоем 5—7 см.

**Не допускается сбор и применение в лечебных целях других видов череды, так как это может привести к отравлениям. Встречаются Черёда лучевая (*Bidens radiata* THUILL.) и Черёда поникшая (*Bidens cernua* L.) У первой более широкие и плоские корзинки, многочисленные листочки обёртки. Второй вид отличается поникающими корзинками, цельными пильчато-зубчатыми листьями**

Чистотёл большой (лат. *Chelidonium május*) — вид двудольных растений рода Чистотел (*Chelidonium*) семейства Маковые (*Papaveraceae*).

Растения чистотела большого имеют прямой, ветвистый стебель высотой 50—100 см, на изломе выделяющий капли густого млечного сока, который на воздухе немедленно окрашивается в оранжево-красный цвет.

Прикорневые листья черешковые, глубокоперистораздельные, имеют три—пять пар округлых или яйцевидных долей. Верхняя доля более крупная, обычно трёхлопастная; листья сверху зелёные, снизу сизоватые. Верхние листья сидячие.

Цветки правильные, золотисто-жёлтые, собраны в простой зонтик, каждый цветок состоит из четырёх лепестков длиной около 1 см. Чистотел не имеет нектарников, но привлекает к себе насекомых



обилием пыльцы. Цветёт с мая по август.

Плод — многосемянная стручковидная коробочка. Семена небольшие, чёрные, блестящие с белым гребневидным придатком, похожи на элайосомы, чем привлекают муравьёв, распространяющих эти семена (мирмекохория).

Чистотел считался лекарственным растением ещё у древних римлян. В качестве лекарственного сырья используется трава чистотела (лат. *Herba Chelidonii*), которую заготавливают в фазу цветения и быстро сушат при температуре 50—60 °С. Сырьё используют в виде 5%-го водного настоя как жёлчегонное и бактерицидное средство при заболеваниях печени и жёлчного пузыря.

Сок чистотела в народной медицине применяется для удаления бородавок, сухих мозолей, папиллом и некоторых других кожных образований. На основе сока делают лекарственные препараты с теми же свойствами.

**Шиповник дикий** (лат. *Rōsa*) — род растений семейства Розовые (*Rosaceae*) порядка Розоцветные (*Rosales*). По этому роду были названы и семейство, и порядок, к которым он относится.

Имеет множество культурных форм, разводимых под названием Роза. Розой в ботанической литературе часто называют и сам шиповник.

Насчитывается, по одним данным, до 400, по другим — от 300 до 500 видов; признаны 366 видов шиповника. Культурных сортов, по одним данным, насчитывается до 10 тысяч, по другим — до 25 тысяч даже до 50 тысяч. На территории



России в диком виде произрастает, по разным данным, 48-100 видов, многие из них эндемичны.

Шиповники — листопадные кустарники и кустарнички, иногда вечнозелёные, с прямостоящими, лазающими или стелющимися стеблями различной высоты или длины, от 15—25 см до 8—10 м. Высота одних и тех же видов иногда может изменяться в зависимости от условий произрастания.

Стебли бореальных роз-лиан не прямостоячие, но и не вьющиеся, как у истинных лиан, поэтому их правильнее назвать полулианами, или лиановидными.

Корневая система стержневая, проникает на глубину до 5 м.

## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

---

Кустовые формы шиповников имеют ветви двух видов: прямостоячие и дуговидные, изогнутые вниз.

Побеги ветвистые, зелёные, коричневые, тёмно-красные, тёмно-буроватые, иногда фиолетово-бурые, бурые, чёрно-бурые, коричнево-красные или серые с войлочным опушением; как правило, с прямыми, изогнутыми или крючковидными шипами, часто с примесью многочисленных щетинок и волосков, со стебельчатыми желёзками. Сердцевина круглая.

Шипы расположены попарно или рассеянно, на побегах текущего года более мягкие и тонкие, чем на двулетних или многолетних побегах. В то же время на одревесневших побегах шипов меньше.

Листья летнезелёные, полулистопадные или вечнозелёные, расположенные на побеге спирально, длинночерешковые, непарноперистые, с парными прилистниками, сросшимися с черешком или редко несросшимися.

Цветки обоеполые, 1,5—8 (10) см в диаметре, одиночные или собраны в щитковидные или метельчатые соцветия с двумя — тремя или многими цветками, с прицветниками или без них, с приятным ароматом.

Плодоносить начинает в трёхлетнем (иногда в двулетнем) возрасте. Обильные урожаи повторяются через три — пять лет, а наиболее обильный урожай — в возрасте четырёх — шести лет. Плоды созревают в августе — сентябре.

Плоды многих видов шиповника содержат большое количество витамина С, что делает их ценными для медицины и здорового питания.

В плодах шиповника аскорбиновой кислоты примерно в 10 раз больше, чем в ягодах чёрной смородины, и в 50 раз больше, чем в лимоне; в 60—70 раз больше, чем в хвое сосны, ели, пихты или можжевельника. Наиболее ценны в этом отношении белоцветковые и красноцветковые виды. В гипантиях розовоцветковых видов витамина С содержится значительно меньше, а в гипантиях жёлтоцветковых видов его совсем мало, зато много таннинов и таннидов. В зависимости от места произрастания химический состав плодов у разных видов шиповника меняется. В мякоти гипантия шиповника морщинистого, имеющего промышленное значение, содержится около 1 % (на сырой вес) витамина С. Свежие плоды шиповника иглистого в европейской части России содержат 1,5 % витамина С.

**Иван-чай узколистный, Иван-чай, Кипрэй узколистный, или Копорский чай** (лат. *Chamaenerion angustifolium*, или *Epilobium angustifolium*) —

многолетнее травянистое растение семейства Кипрейные (*Onagraceae*).

Типовой вид рода Иван-чай (*Chamaenerion*), во многих классификациях включаемого в состав широко принимаемого рода Кипрей (*Epilobium*).

Многолетнее травянистое растение высотой 50—150 (до 200) см.

Корневище толстое, ползучее; на вертикальных и

горизонтальных корнях развиваются

многочисленные дополнительные почки, которые способствуют быстрому вегетативному размножению.

Стебель прямостоячий, округлый, простой, голый, густо облиственный.

Листья очерёдные, сидячие, иногда с очень короткими черешками, простые, линейно-ланцетные, заострённые, к основанию клиновидно суженные, иногда почти округлые, 4—12 см длиной, 0,7—2 см шириной, по краю мелко железисто-зубчатые или цельные, сверху темно-зелёные, блестящие, снизу сизо-зелёные, пурпурно-красные, иногда бледно-розовые.

Цветки с двойным околоцветником, четырёхчленные, обоеполые, диаметром 2,5—3 см, собраны в редкую верхушечную кисть длиной 10—45 см, бледно-розовые, реже белые. Нектарное кольцо расположено вокруг столбика. Цветёт с начала второй половины лета в течение 30—35 дней.

Пыльцевые зёрна трёхпоровые, шаровидной формы. Диаметр 4,8—8,4 мкм. В очертании с полюса округло-треугольные, с ярко выраженными порами, с экватора — округлые. Поры округлые, внутриободковые, 17—20 мкм в диаметре. Мембрана пор бугорчатая. Ширина мезопориума 61,2—68,8 мкм. Экзина в центре мезопориума имеет толщину 1,6—1,8 мкм, около пор утолщена до 7 мкм. Скульптура тонкая, сглаженно-бугорчатая. Цвет пыльцы жёлто-зелёный.

Плод — пушистая, немного изогнутая коробочка, напоминающая стручок. Семена голые, продолговатые, наверху с длинными, тонкими, белыми волосками. Плоды созревают в августе-сентябре.

В народной медицине растение применяется при гонорее, сифилисе, листья и цветущую надземную часть — как ранозаживляющее средство,



## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

при отите, ангине, язве желудка, при мигрени и как седативное. Отвар листьев травники назначали при золотухе, желудочных заболеваниях и как снотворное. Знахари использовали иван-чай при лечении эпилепсии, алкогольных психозов, малокровии, как мягчительное и потогонное при простуде, а также при лечении различного вида злокачественных опухолей.

Действует успокаивающе на центральную нервную систему. По своим седативным свойствам он несколько уступает валериане лекарственной, но обладает другими свойствами, которых у валерианы нет. Иван-чай способен изменять условно-рефлекторную деятельность человека, и поэтому весьма эффективен при лечении неврозов. Наряду с этим отвары кипрея узколистного усиливают действие седативных, снотворных и наркотических лекарств, обладают противосудорожным эффектом. Механизм действия иван-чая сходен с таким сильнодействующим препаратом, как аминазин. У аминазина есть среди отрицательных свойств неприятная для пациента способность расслаблять скелетную мускулатуру, что делает передвижение больных, получающих аминазин, довольно трудной задачей. Препараты же иван-чая практически не обладают подобным эффектом. Иван-чай положительно действует на работу сердца, благодаря находящемуся в растительном сырье гиперозиду, который является стресс-протектором, умеренным седатиком, модулятором настроения, снижает агрессивность. Лист кипрея помогает врачу сделать больного более коммуникабельным, контактным, менее напряжённым. Фитопрепараты из кипрея узколистного оказывают благоприятное действие при бессоннице, головной боли.

Листья и цветки растения оказывают, помимо седативного, противовоспалительное, ранозаживляющее и обволакивающее слизистые оболочки действие. Считается, что эти свойства обусловлены наличием в растении большого количества танинов и слизи. Поэтому народные травники и современные фитотерапевты применяют иван-чай при лечении язвенной болезни и других болезней желудочно-кишечного тракта со склонностью к поносам. Препараты кипрея узколистного в виде настоя используются при лечении различного рода экзем, атопического дерматита, псориаза и других болезней кожи, особенно если они сопровождаются расстройствами желудочно-кишечного тракта и невротическими проявлениями.

Тимьян ползучий Тимьян ползучий, или Тимьян густоволосистый,  
или Чабрѐц ползучий, или Чабрѐц густоволосистый (лат. Thymus  
serpyllum) (от др.-греч. Θύμος ѓрτυλλος) -

## Управление образования Краснокутской районной Администрации Краснокутского муниципального района

вид многолетних полукустарников из семейства Яснотковые (*Lamiaceae*). Народное название растения - богорóдская (богорóдицкая) трава́ (иногда это название применяют и к другим видам тимьяна). Под словом «чабрец», если его используют в качестве названия вида, понимают именно тимьян ползучий.

Широко используется как лекарственное растение, а также как пряность в кулинарии. Обычно произрастает на песчаных почвах.

Многолетний полукустарник до 15 см высотой, заканчивающийся лежачим побегом; цветоносные стебли прямостоячие или приподнимающиеся. Образует дерновинки.

Листья эллиптические или продолговато-эллиптические, длиной 5—10 мм, шириной 1,5—3,5 мм, на коротком черешке, с железками, наполненными эфирными маслом. Края листьев, в отличие от тимьяна обыкновенного, не завёрнуты.

Соцветия головчатые, компактные. Чашечка узкоколокольчатая, длиной около

4 мм. Цветонос короче чашечки. Венчик и чашечка двугубые. Венчик розовато-лиловый, яркий, длиной 6—8 мм.

Плод — мелкий эллипсоидальный орешек, длиной около 0,6 мм.

Цветёт, в зависимости от среды обитания, с конца мая до конца августа.

Плоды созревают в июле — сентябре.

В научной медицине в качестве лекарственного сырья используется трава тимьяна ползучего (лат. *Herba Serpylli*), собранная в период цветения, обмолоченная и высушенная на открытом воздухе в тени или сушилках при температуре 35—40 °С. Срок хранения сырья 2 года. Применение такое же, как и травы тимьяна обыкновенного. Настои, отвары и экстракт чабреца назначают при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей, бронхиальной астме и туберкулёзе. Жидкий экстракт из листьев входит в состав препарата «Пертуссин», применяемого при бронхитах и коклюше. Тимьян ползучий обладает бактерицидным, успокоительным, болеутоляющим, ранозаживляющим и антигельминтным действием. Надземная часть растения входит в состав отхаркивающих сборов, вяжущего и жёлчегонного сборов и сбора для ванн при воспалении суставов.



В народной медицине чабрец применяют при невралгии, различных неврозах, как потогонное, мочегонное, противосудорожное, успокаивающее и противогипертоническое средство. Наружно используется в виде ванн, компрессов и примочек при болях в суставах и мышцах. В виде мазей и примочек тимьян использовали при ревматизме, как ранозаживляющее при кожных болезнях. Хакасы используют богородскую траву в обряде алас — окуривании помещений, домашнего скота и другого имущества дымом для дезинфекции и отпугивания дурных духов.

#### ***4. Рекомендации по заготовке лекарственных растений.***

*В последнее время очень много издано популярных книг и пособий по лекарственным растениям. Огромная масса людей вышла в леса и на поля для сбора для себя, для аптек и на продажу. Это привело к тому, что исчезают очень ценные лекарственные растения. Поэтому самое главное при сборе лекарственных растений помнить следующее:*

- бери только те растения, которые ты твердо знаешь;
- бери только те части растений, которые необходимы для лечения;
- сроки, в которые можно собирать те или иные части растений;
- обязательно оставляй хорошие растения на участке для будущего размножения, чтобы не допустить исчезновения растений;
- помни об эстетическом значении природы для человека;
- помни о будущем поколении, которое придет на природу после тебя;
- помни, что природа - живая среда;
- помни о правильной сушке тех или иных частей растений;
- никогда не собирай растения, цветы, корни в черте города или промышленного района, около дорог.

Карта произрастания лекарственных растений Хуторского сельского  
поселения

Управление образования Краснокутской районной Администрации  
Краснокутского муниципального района

