

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Образовательный центр «Траектория»
Технопарк «Полигон будущего»

**Лекарственные растения
луга пруда Полтинник
Верхнехавского района
Воронежской области**

Автор ученица 10 класса,
обучающаяся технопарка «Полигон будущего»
Бочарова Дарья Сергеевна

Руководитель педагог дополнительного образования
Технопарк «Полигон будущего»
Шацких Марина Алексеевна

Воронеж, 2025

Оглавление

1. Введение. Цели и задачи.....	3
2. Основная часть.....	5
3. Методика исследования.....	7
4. Результаты исследования и их обсуждение.....	9
5. Заключение. Выводы и предложения.....	13
6. Литература.....	14
7. Приложение	

1. Введение. Цели и задачи.

В последнее время заметно возрос интерес к лекарственным средствам из растений. Около 80 % мирового населения применяет растительные препараты. Из 250000-500000 видов высших сосудистых растений планеты около 80000 имеют лекарственное значение. В настоящее время более 40% лекарственных препаратов, действующих на фармацевтическом рынке Российской Федерации производится из растительного сырья. Несмотря на растущий спрос, использование лекарственных растений в будущем может быть существенно ограничено в связи с проблемой снижения биоразнообразия. По данным Международного союза охраны природы (МСОП) прогнозируется увеличение числа видов растений, находящихся под угрозой исчезновения. [1,4]

Актуальность.

Богат и разнообразен мир растений в нашей стране. Значение растений в жизни людей очень велико: одни люди и животные употребляют в пищу и делают продукты питания, из других ткнут ткани, другие используются в строительстве и промышленности, третьи – имеют эстетическое значение в жизни человека. Также растения являются источником кислорода и очистителями воздуха.

Среди растений есть особая группа растений – это лекарственные растения, которые люди с древних времен применяют для лечения болезней.

Лекарственные растения – это группа растений, которая используется для приготовления лекарственного сырья для традиционной и народной медицины.

Еще древний ученый Авиценна сказал: «Нет растения, чтобы не было лекарственным. Нет болезни, чтобы не вылечили растения».

На протяжении веков люди использовали лекарственные растения для лечения болезней, недугов, а также для профилактики болезней.

Место исследования луг пруда Полтинник Верхнехавского района Воронежской области.

Сроки исследования: июнь-июль 2025 года.

Гипотеза исследования. Произрастают ли на территории луга пруда Полтинник Воронежской области лекарственные растения.

Цель нашей работы изучение лекарственных растений луга пруда Полтинник.

Для достижения поставленной цели определили несколько **задач**:

1. Исследовать флористический состав лекарственных растений луга пруда Полтинник.
2. Провести классификацию лекарственных растений.
3. Определить жизненность тимьяна ползучего, произрастающих в разных участках луга.

Объекты исследования – лекарственные растения луга пруда Полтинник.

Предмет исследования – оценка фармакологических свойств и жизненности травянистых растений.

Новизна работы состоит в том, ранее на данной территории не проводилось исследование лекарственных растений.

2. Основная часть. Обзор литературных источников.

История изучения лекарственных растений в России уходит корнями вглубь веков. Восточные славяне издавна использовали травы в лечебных целях. В раннее средневековье (V-IX вв.) этим занимались волхвы, ведуны и знахари. Создание мощной восточнославянской державы – Киевской Руси и принятие славянами христианства в X в. усилило византийско-греческое влияние. Упоминание о первой лечебнице на Руси относится к X в., когда дочь князя Рюрика Ольга организовала лечебницу, где лечили и ухаживали за больными. Общественная система благотворительности или призрения, как ее называли раньше, стала развиваться на Руси с появлением первых монастырей (в XI в. их число достигло 8, к середине XIV в.). К тому же, первые иноки, пришедшие на русскую землю из Греции, принесли с собой не только врачебные знания, но и представления о врачевании как о подвижническом долге монахов. В истории остались имена греческих монахов Антония, Алимпия, Демьяна Целебника и Агапита. Агапит – «врач безмездный», лечивший в Киеве в XII в., излечил киевского князя Владимира и отлично знал, «каким зельем лечится какой недуг». В летописях упоминаются Ефрем Переяславский, открывший в XII в. лечебницу в Переяславле, Григорий Премудрый, Ипат Целебник и др. Врачи-монахи не уступали иноземным врачам, служившим при киевском дворе. В большинстве своем они были выходцами из Византии, Грузии, Сирии. [1,3,4]

По приказу Ивана Грозного в Москву прибывают аптекари и лекари. Для обслуживания царского двора из Англии приглашают аптекаря Д. Френча, который открывает в Москве в 1581 г. первую аптеку, устроенную по европейскому образцу. Травы закупаются в Европе или заготавливаются для нужд аптеки обученными специалистами – «помясами». По инициативе Ивана Грозного одновременно с открытием аптеки была учреждена Аптекарская изба, в задачи которой входила организация заготовок лекарственных растений по всей Руси. Это было начало медицинского управления в России.

В конце XVI в. появились переводные рукописные травники «Вертограды» (в переводе означает сад или цветник). [1,3]

Большой вклад в развитие фармакогнозии советского периода внесли такие ученые как А.Ф. Гаммерман, Д.М. Щербачев, А.Я. Томингас, Ф.В. Иванов, Д.А. Муравьева, Р.Л. Хазанович. Организацию и планирование заготовок лекарственного сырья в советский период осуществляли «Центросоюз», «Леспроект», «Главохота», «Лекраспром». Координировал изучение и внедрение новых лекарственных средств Фармкомитет при Министерстве Здравоохранения. До 1991 года заготовкой растений в СССР занимались Центросоюз, Главное аптечное управление, «Союзлекраспром», «Роспотребсоюз», Гослесхоз и Главохота РФ. У каждой из этих организаций была своя система заготовки (наиболее мощная – у Центросоюза). [6]

В настоящее время заготовкой лекарственного сырья занимаются частные лица и специализированные хозяйства (по сравнению с советским периодом их число сократилось в 3 раза). Оптовая торговля лекарственного сырья в России характеризуется достаточно высокой рентабельностью, в связи с чем, скупкой лекарственного сырья занимается большое количество частных оптовых фармкомпаний. [6]

Ресурсоведение лекарственных растений представляет собой самостоятельный раздел научно-практической деятельности различных специалистов.

Основными задачами ресурсоведения являются: выявление среди дикорастущей флоры видов, препараты которых обладают выраженным фармакологическим действием и отбор наиболее перспективных из них для введения в медицинскую практику; анализ динамики накопления биологически активных веществ и их зависимости от факторов среды; исследование видов на специфическую активность, токсичность, тератогенность, канцерогенность. При количественной оценке ресурсов лекарственного растительного сырья принципиально возможны два основных подхода: единовременное изучение ресурсного состояния территории или

конкретных видов растений и многолетние стационарные наблюдения, направленные на организацию мониторинга среды и главнейших промысловых массивов. Одновременно с проведением ресурсоведческих исследований целесообразно оценивать биологические, эколого-ценотические и популяционные особенности лекарственных растений, а также выделять факторы, влияющие на качество лекарственного сырья и продуктивность заготовок. [5,7]

3.Методика исследования.

Оценка обилия травянистых растений.

Наиболее широкое применение для оценки обилия травянистых растений получила шкала Друде в интерпретации А. А. Уранова. (таблица 1)

Таблица 1.

Оценка обилия травянистых растений

Обозначения обилия по Друде	Характеристика обилия	Среднее наименьшее расстояние между особями в см	Проективное покрытие в %	Цифровая шкала
Cop 3 (copiosae 3)	очень обильно	не более 20	90-70	5
Cop 2 (copiosae 2)	очень обильно	20-40	70-50	4
Cop 1 (copiosae 1)	довольно обильно	40-100	50-30	3
Sp (sparsae)	рассеяно	100-150	30-10	2
Sol (solitariae)	единично	Не более 150	Менее 10	1

Для определения жизненности травянистых растений используется шкала, предложенная А.Г. Вороновым [2]. Ее применяли для дикорастущих растений, так как эта шкала оценивает степень развитости вида в фитоценозе.

Таблица 2

Балльная шкала оценки жизненности растений

Балл	Категория жизненности	Характеристика признаков
1	Нормальная	Растения находятся в хорошем состоянии, имеют нормальное развитие для данного возраста. В течение вегетационного периода могут отмечаться изменения сроков прохождения фенологических фаз.
2	Пониженная	Отмечается ухудшение в жизненном состоянии и сбой онтогенетического развития некоторых особей. Наблюдается изменение морфометрических показателей вегетативных органов растений. В целом существует большая вероятность для дальнейшего роста и развития.
3	Низкая	Растение находится в сильно угнетенном состоянии и имеется большая вероятность гибели. Снятие стрессовой ситуации может повысить жизненные показатели особи.

4. Результаты исследования.

1. Исследование флористического состава лекарственных растений луга пруда Полтинник.

На лугу произрастает множество растений, относящихся к различным семействам: крестоцветные, сложноцветные, бобовые, розоцветные, злаковые и другие.

Таблица 3.

Описание видов лекарственных растений

Семейство	Название растения	Обилие по Друде	Жизненная форма по Серебрякову
Розоцветные	Земляника лесная <i>Fragaria vesca</i>	Cop3	Наземные поликарпики
Крапивные	Крапива двудомная <i>Urtica dioica</i>	Sp	Наземные поликарпики
Бобовые	Клевер луговой <i>Trifolium pratense</i>	Cop1	Наземные поликарпики
Сложноцветные	Тысячелистник обыкновенный <i>Achillea millefolium</i>	Sol	Наземные поликарпики
Хвоцовые	Хвощ полевой <i>Equisetum arvense</i>	Cop2	Наземные поликарпики
Сложноцветные	Цикорий обыкновенный <i>Cichorium intybus</i>	Cop2	Наземные поликарпики
Гречишные	Щавель конский <i>Rumex Willd</i>	Sp	Наземные поликарпики
Норичниковые	Льнянка обыкновенная - <i>Linaria vulgaris</i>	Sol	Наземные поликарпики
Вьюнковые	Вьюнок полевой <i>Convolvulus arvensis</i>	Sp	Наземные поликарпики
Бобовые	Донник лекарственный <i>Melilotus officinalis</i>	Sol	Наземные поликарпики
Яснотковые	Тимьян ползучий <i>Thymus serpyllum</i>	Cop2	полукустарничек

На данном лугу мы нашли 11 видов лекарственных растений, которые относятся к 9 семействам и 2 отделам: Хвоцевидные и Цветковые (Покрытосеменные). Семейства Сложноцветные и Бобовые представлено 2

видами. Наибольшее обилие характерно для земляники лесной, тимьяна ползучего, цикория обыкновенного и хвоща полевого. Остальные представители встречаются рассеяно или единично.

2. Классификация лекарственных растений луга пруда Полтинник.

Мы систематизировали представителей лекарственных растений по двум признакам: по виду лекарственного сырья и по фармакологическому действию. Данные внесли в таблицы 4 и 5.

Лекарственное растительное сырьё - это целые лекарственные растения или их части, которые используют в высушенном и реже в свежем виде как лекарственные средства для приготовления лекарственных средств.

При классификации лекарственного растительного сырья сырьё группируется по используемым частям растений.

Таблица 4.

Классификация по видам лекарственного сырья.

Лекарственное сырьё	Название растений
Листья	Земляника, крапива, щавель
Травы	Чабрец, донник, вьюнок, крапива, льнянка, хвощ
Цветки	Вьюнок, клевер, тысячелистник
Плоды	Земляника
Семена	Вьюнок, льнянка
Корни. корневища	Цикорий, щавель

У большинства лекарственных растений лекарственным сырьём является часть побега с листьями и цветами. У двух растений лекарственным сырьём являются семена, у цикория и щавеля используются подземные части растения, у клевера и тысячелистника применяют цветы, у земляники плоды и листья. У вьюнка полевого можно использовать все части растения.

Таблица 5.

Классификация по фармакологическому действию

Фармакологическое действие	Название растения
Растения, содержащие вещества, действующие на сердечно-сосудистую систему	Донник (сосудорасширяющий)
Растения, содержащие вещества, действующие в области чувствительных нервных окончаний	Тимьян, донник
Растения, содержащие вещества, обладающие кровоостанавливающими свойствами	Крапива двудомная, вьюнок полевой, клевер луговой
Растения, содержащие вещества, обладающие диуретическими свойствами и применяемы при мочекаменной болезни	Хвощ полевой, земляника лесная
Растения, содержащие вещества, влияющие на процессы обмена веществ	Крапива двудомная, тысячелистник обыкновенный, вьюнок полевой, льнянка обыкновенная
Растения, содержащие вещества, обладающие гипогликемическим действием	Цикорий обыкновенный
Лекарственные растения, содержащие вещества, обладающие противовоспалительными и общеукрепляющими свойствами	Клевер луговой, льнянка обыкновенная, земляника лесная
Лекарственные растения, обладающие желчегонными свойствами:	Клевер луговой, вьюнок полевой, льнянка обыкновенная
Лекарственные растения, применяемые при злокачественных новообразованиях	Клевер луговой

По фармакологическому действию лекарственные растения луга пруда Полтинник относятся к 9 группам. Среди них преобладают растения, влияющие на обменные процессы, обладающие кровоостанавливающими свойствами, противовоспалительными и общеукрепляющими свойствами, а также обладающие желчегонными свойствами.

3. Определение жизненности тимьяна ползучего в разных участках луга. Для определения жизненности тимьяна ползучего мы выбрали 4 участка с разной антропогенной нагрузкой. Данные внесли в таблицу.

Таблица 6.

Оценка жизненности тимьяна ползучего

Название участка	Характеристика	Жизненность в баллах
У пруда в понижении	Растения находятся в хорошем состоянии, имеют нормальное развитие	3
У тропинки	Отмечается ухудшение в жизненном состоянии, изменение морфометрических показателей вегетативных органов растений.	2
На высокой части луга	Растения находятся в хорошем состоянии, имеют нормальное развитие	3
Между колеями от колес автомобилей	Отмечается ухудшение в жизненном состоянии, изменение морфометрических показателей вегетативных органов растений.	2

Исходя из данных таблицы, видно, что антропогенная нагрузка приводит к ухудшению состояния растения и изменению его морфометрических показателей вегетативных органов. Растения, растущие в таких условиях, имеют меньшие размеры вегетативных органов.

Также была составлена таблица 7 «Общие сведения о лекарственных растениях» с фотографиями, которая находится в приложении.

5. Выводы. Рекомендации.

На основании проделанной работы можно сделать следующие выводы:

1. На данном лугу мы нашли 11 видов лекарственных растений, которые относятся к 9 семействам и 2 отделам: Хвощевидные и Цветковые (Покрытосеменные). Семейства Сложноцветные и Бобовые представлено 2 видами. Наибольшее обилие характерно для земляники лесной, тимьяна ползучего, цикория обыкновенного и хвоща полевого. Остальные представители встречаются рассеяно или единично.

2. Проведена классификация лекарственных растений по виду лекарственного сырья и по фармакологическому действию. У большинства лекарственных растений лекарственным сырьём является часть побега с листьями и цветами. У вьюнка полевого можно использовать все части растения. По фармакологическому действию лекарственные растения луга пруда Полтинник относятся к 9 группам. Среди них преобладают растения, влияющие на обменные процессы, обладающие кровоостанавливающими свойствами, противовоспалительными и общеукрепляющими свойствами, а также обладающие желчегонными свойствами.

3. Антропогенная нагрузка приводит к ухудшению состояния растения и изменению его морфометрических показателей вегетативных органов, что отражается на жизненности растения. Растения, растущие в таких условиях, имеют меньшие размеры вегетативных органов.

Моя гипотеза оказалась верной. На территории луга пруда Полтинник Воронежской области произрастают значительное количество видов лекарственных растений, например: донник лекарственный, вьюнок полевой, тысячелистник, крапива двудомная, хвощ полевой и другие лекарственные растения. Результатом моей учебно-исследовательской работы стали собранные лекарственные растения, которые мы будем использовать в течении года при необходимости лечения.

Перспективы работы:

1. Наблюдение за лекарственными растениями в разные годы с разными погодными условиями.
2. Провести анализ лекарственных препаратов, в которых используются лекарственные растения данной территории.
3. Определить урожайность лекарственных растений луга.

Литература

1. Даников Н. И. Ваш травник. - М.: РИПОЛ, 1996.
2. Диагнозы и ключи возрастных состояний луговых растений. – М: Изд-во МГПИ, 1987. – 80 с
3. Журба О.В., Дмитриев М.Я. Лекарственные, ядовитые и вредные растения. –М.: Колос, 2006. – 511 с.
4. Карпович В. Н. Фармакогнозия. - М.: Медицина, 1997.
5. Методика определения запасов лекарственных растений.-М., 1986. – 50 с.
6. Турищев С.Н. Основы фитотерапии. – М.: изд-во «Русский врач», 1999. – 128 с.
7. Федоров Ал. А. Методика полевого исследования сырьевых растений / Ал. А. Федоров. – Л.: Изд-во Академия наук СССР, 1948. – 250 с.



Фото 1. Луг пруда Полтинник

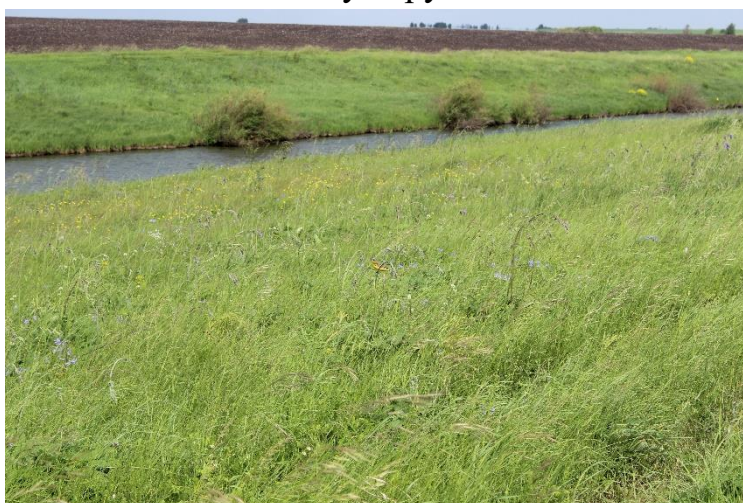


Фото 2. Луг пруда Полтинник

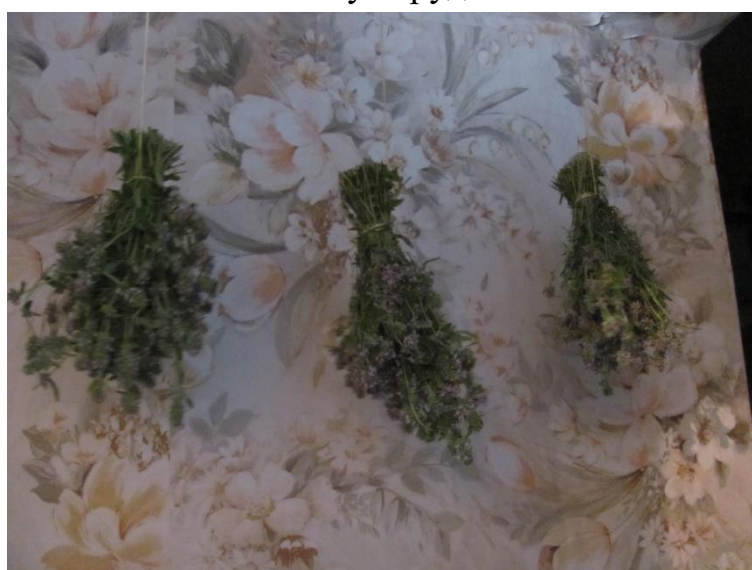





Фото 3. Тимьян ползучий



Общие сведения о лекарственных растениях


Название растения	Сроки заготовки	Химический состав	Лечебные свойства	Показания к применению
Земляника лесная <i>Fragaria vesca</i> 	Конец июня – начало июля	Плоды (ягоды) содержат лимонную, яблочную и хинную кислоты, эфирное масло, дубильные и пектиновые сахара, витамин С.	проявляет мочегонные, потогонные, желчегонные, противомикробные, противовоспалительные, кровоостанавливающие, ранозаживляющие, вяжущие, болеутоляющие, антитоксические, гипотензивные, противоопухолевые, противоатеросклеротические свойства.	Улучшение кратковременной памяти, снижение давления. Уменьшение проявлений ревматизма, подагры, артрита, атеросклероза. Устранение расстройств пищеварения,, устранение диареи. Регулирование образования желчи. Мочегонное действие. Ограничение образования почечных, желчных, мочевых камней. Дезинфекция ран, ссадин, лечение экземы, геморроя (компрессы). Лечение мигрени и головной боли другой этиологии. Лечение гинекологических заболеваний.
Крапива двудомная <i>Urtica dioica</i>	в течении всего летнего сезона	поливитаминный концентрат: витамины С, А, К, В; органические кислоты; фитонциды; гликозиды; хлорофилл; камедь; минеральные вещества (особенно много	Тонизирующее. Антисептическое. Кровоочистительное. Кровоостанавливающее. Сосудосуживающее. Мягкое слабительное. Поливитаминное.	применяют для остановки маточных кровотечений, при болезнях печени, желчного пузыря, поджелудочной железы, кишечника; при мочекаменной болезни; при простуде, бронхите и

		<p>железа, никеля, кремния, меди, марганца); дубильные вещества; клетчатка; крахмал; глюкокинины; гистамин (в жгучих волосках крапивы); жиры и белки; сахара.</p>	<p>Ранозаживляющее. Противосудорожное. Желчегонное. Отхаркивающее. Обезболивающее.</p>	<p>пневмонии; помогает при варикозе, укрепляет, сужает стенки сосудов, стимулирует мускулатуру сердца; применяют при подагре, радикулите, ревматизме, остеомиелите, артрите, сахарном диабете.</p>
<p>Клевер луговой <i>Trifolium pratense</i></p> 	<p>собирают во время цветения</p>	<p>В цветках и листьях содержатся гликозиды, эфирное масло, каротин, аскорбиновая кислота, витамины группы В, витамины Р, Е, К, пигменты, алкалоиды, смолы, биофлавоноиды, кумариновая и салициловая кислоты.</p>	<p>отхаркивающие, мочегонные, потогонные, желчегонные, противомикробные, противовоспалительные, кровоостанавливающие, ранозаживляющие, вяжущие, болеутоляющие, антитоксические, гипотензивные, противоопухолевые, противоатеросклеротические свойства.</p>	<p>применяют при простуде, при малокровии и малярии, при гипертонии и головных болях, также для лечения легочных, почечных заболеваний, бронхиальной астмы, злокачественных опухолей, атеросклероза, наружно в виде примочек — при ожогах, нарывах, ревматических болях, кожных и глазных заболеваниях.</p>
<p>Тысячелистник обыкновенный <i>Achillea millefolium</i></p> 	<p>С середины июня до осени</p>	<p>Трава и цветки содержат гликоалкалоид ахиллеин, алкалоид ахицеин, эфирное масло, дубильные вещества, витамин С, каротин, инулин, аспарагин, органические кислоты, смолы и другие вещества.</p>	<p>обладает противовоспалительным, бактерицидным, антиаллергическим, ранозаживляющим, кровоостанавливающим действием.</p>	<p>вы сможете отказаться от таких недугов, как бронхиальная астма, сильные головные боли, простудные и кожные заболевания, гастрит, болезни ЖКТ, геморрой.</p>

<p>Хвощ полевой <i>Equisetum arvense</i></p> 	<p>Полезные вещества содержатся в молодых весенних побегах хвоща полевого, которые собирают в мае. Также можно заготавливать траву — с июля по август.</p>	<p>Кремниевая кислота и соли. Богатый состав органических кислот: яблочная, глицериновая, глюконовая, хинная, аконитовая, цикориевая, фумаровая, щавелевая. Глюкоза, арабиноза, галактоза, пектин, ксилоза и другие. Также выявлены: алкалоиды, флавоноиды, стероиды, гликозиды, белки, жирное масло, дубильные вещества, каротиноиды, витамин С, минеральные соли, горечи</p>	<p>обладает противовоспалительным, общеукрепляющим, мочегонным, вяжущим, кровоостанавливающим действием. Растение обладает способностью выводить из организма токсины и даже свинец</p>	<p>Он помогает при болезнях почек, сердца, плевритах, дизентерии, ревматизме, отеках, подагре, желтухе и атеросклерозе. Также хвощ эффективен при хроническом кашле, стригущем лишае, фурункулезе, стоматите и других заболеваниях полости рта.</p>
<p>Цикорий обыкновенный <i>Cichorium intybus</i></p> 	<p>раву заготавливают во время цветения, корни — ранней осенью.</p>	<p>В цветках содержится гликозид цикорий, в корнях — углевод инулин, белковые вещества, фруктоза, смола, органические кислоты, витамины группы В (В1, В2, В3), витамин С, минеральные вещества, в млечном соке — горечи. Инулин — вещество, которое способствует улучшению обмена веществ и нормализации</p>	<p>обладает противовоспалительным, бактерицидным, антиаллергическим, ранозаживляющим, желчегонным, кровоостанавливающим действием.</p>	<p>Цикорий обыкновенный — первое средство при лечении заболеваний печени, желчного пузыря, селезенки, желудочно-кишечного тракта и нарушений обмена веществ. Препараты используют для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения, при холецистите, почечных заболеваниях. Он снижает уровень сахара в крови, поэтому используется в диетическом питании больных сахарным диабетом,</p>

		работы пищеварительной системы.		применяется для профилактики и лечения диабета.
Щавель конский <i>Rumex Willd</i> 	Листья и стебли лучше собирать в начале лета – в июне, в июле – начинается сбор семян.	Листья и стебель богаты белками, содержат около 2 % липидов, флавоноиды (гиперозид, рутин), дубильные вещества, витамины С, В и К, каротин, соли железа, а также щавелевую кислоту. В корнях найдены производные антрахинона. Листья содержат много щавелевокислого кальция	обладает противовоспалительным, бактерицидным, антиаллергическим, ранозаживляющим, желчегонным, кровоостанавливающим действием.	болезни пищеварительной системы, печени, кожи, органов дыхания, в частности бронхиты; при атеросклерозе, гипертонии; при лечении поноса, колитов и энтероколитов. Используется растение и как желчегонное; при кишечных, легочных, желудочных и маточных кровотечениях, а также при геморрое; экзема, чесотка, раны, фурункулы
Льнянка обыкновенная <i>Linaria vulgaris</i> 	во время цветения в июле—августе	содержится алкалоид пеганин, несколько гликозидов, фитостерин, органические кислоты, витамин С, триакантан и другие	Обладает вяжущим, детоксикационным, потогонным, мочегонным, противовоспалительным, болеутоляющим, антисептическим, желчегонным, слабительным действиями, регулируют деятельность органов желудочно-кишечного тракта, полезны при нарушении обмена веществ.	Используется при запорах, желтухе, воспалении желчных путей, геморрое, воспалении мочевого пузыря, при ночном недержании мочи, метеоризме, задержке менструаций.
Вьюнок полевой <i>Convolvulus arvensis</i>		Все части вьюнка содержат такие вещества как флавоноиды, гликозид конвольвулин, витамины (особенно много А, С и Е),	Входящие в состав химические элементы и соединения обеспечивают растение следующими свойствами: слабительным;	Лекарственные средства из вьюнка полевого способствуют: улучшению работы кишечника и устранению запоров;

		<p>горечи, а также некоторые токсичные алкалоиды, такие как конвольвин или же конволамин, из-за содержания которых принимать препараты с этим растением надо осторожно, строго соблюдая указанную в рецепте дозировку. В листочках выюнка много аскорбиновой кислоты, а также есть каротин.</p>	<p>мочегонным; обезболивающим; желчегонным; седативным; детоксикационным; потогонным; ранозаживляющим; гипотензивным; противоопухолевым; общеукрепляющим, иммуномодулирующим</p>	<p>избавлению от бессонницы; заживлению ушибов, дерматитов, ожогов и ран; снижению кровяного давления при гипертонии; снятию спазмов и болевых ощущений; устранению процессов воспаления в легких и бронхах; предотвращению появления и развития опухолей.</p>
<p>Донник лекарственный <i>Melilotus officinalis</i></p> 	<p>с июля по август</p>	<p>много белка, жира, эфирные масла, флавоноиды, азотистые соединения, слизь, сахара, аскорбиновую кислоту. Важным компонентом донника является дикумарин, препятствующий свертыванию крови.</p>	<p>противовоспалительное, отхаркивающее средства для лечения заболеваний верхних дыхательных путей; смягчительное, антисептическое при нарывах; болеутоляющее, особенно при болезненных ощущениях в почках и мочевом пузыре; лечение геморроя, варикоза, метеоризм; при гинекологических женских заболеваниях, приливах в период менопаузы; эффективен при варикозном расширении вен.</p>	<p>геморрой; пневмония; ревматизм; метеоризм; бессонница; фурункулез; неврастения; атеросклероз; тромбоз; тромбозы; заболевания ЖКТ; суставный ревматизм; гипертоническая болезнь; головные и сердечные боли; гинекологические заболевания; эпидемический энцефалит (в составе сборов); заболевания бронхов, легких, верхних дыхательных путей.</p>

<p>Тимьян ползучий Thymus serpyllum</p> 	<p>Конец июня – начало июля</p>	<p>Эфирные масла; витамины группы В; витамин С; флавоноиды; сапонины; дубильные вещества, горечи, смолы; яблочная кислота; кофейная кислота; хлорогеновая кислота; урсоловая кислота; олеиновая кислота</p>	<p>антисептическое; спазмолитическое; муколитическое; болеутоляющее; седативное; мочегонное; противосудорожное; ранозаживляющее; слабое снотворное</p>	<p>острые и хронические заболевания дыхательных путей; бронхиальная астма; туберкулез; гастрит; склонность к запорам и метеоризму; невралгия; депрессия; бессонница; неврозы</p>
---	-------------------------------------	---	--	--