

Лекарственные травы Ярославской области

Лекарственные растения - группа растений, части которых являются сырьём для получения средств, используемых в народной, медицинской практике с лечебными или профилактическими целями.

Наиболее широко лекарственные растения представлены в народной медицине.

В качестве лекарственных растений в начале XXI века широко используются зверобой, календула, ромашка, тысячелистник, мать-и-мачеха, шиповник, облепиха, солодка, подорожник, мята, шалфей, девясил, клюква, брусника, малина, укроп, петрушка, сабельник, аир обыкновенный и многие другие.

Известно почти 500 000 видов растений, из них лишь небольшая часть активно используется в современной медицине.

Каждое лекарственное растение содержит одно или более веществ, которые могут при соответствующих условиях оказывать целебные свойства. Распределение этих веществ по лекарственному растению зачастую не равномерно. Поэтому при сборе лекарственных трав надо знать где сосредоточены полезные элементы и когда их концентрация максимальна в растении.

Лекарственные средства, изготовленные из растений и трав, несмотря на относительно слабо выраженную на первый взгляд фармакологическую активность, в некоторых случаях могут оказаться значительно более эффективными, чем их синтетические или химические аналоги.

Но не стоит забывать, что только врач и специалист может точно диагностировать болезнь, оценить развитие и течение ее, назначить необходимые лекарства.

Поэтому и лекарственные растения нужно применять лишь после консультации с лечащим врачом или по его совету.

Аир

Аир — род многолетних вечнозелёных травянистых растений. Род состоит из двух видов, произрастающих в сырых местах или на мелководьях — по берегам ручьёв, рек и озёр, на окраинах болот.

Народные и диалектные варианты: «явер», «яер», «ирный корень», «ир», «лепешник», «татарское зелье», «татарский сабельник».

Высота взрослых растений — от 10 см у некоторых культиваров аира злакового до 120 см у аира обыкновенного.

Корневище толстое, ползучее, горизонтальное, бурого цвета, толщиной до 3 см, внутри бело-розового цвета, съедобное, с приятным ароматом, напоминающим запах корицы или мандарина. Стебель прямостоячий, трёхгранный, с острыми рёбрами.



Листья длинные, линейно-мечевидные, ярко-зелёные. Располагаются на корневище подобно вееру — как у ирисов. Листья сростаются друг с другом, окружая главный стебель, так что соцветие как бы выходит из середины листа. Цветки мелкие, зеленовато-жёлтые, с околоцветником из двух узких чешуйчатых листочков.

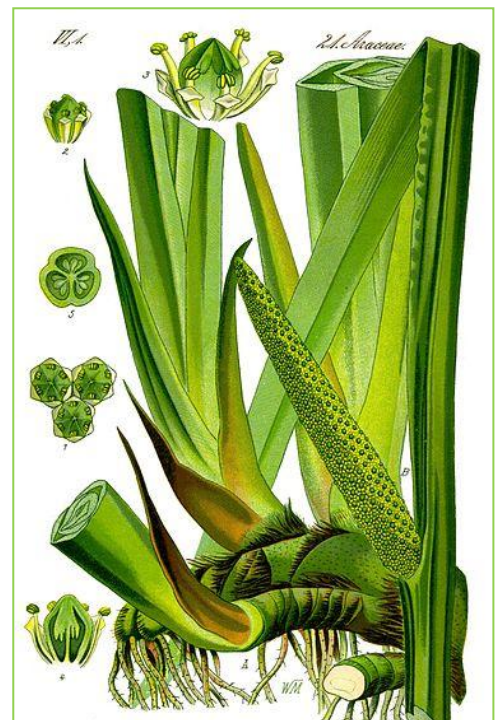
Плоды — многосемянные сухие (суховатые) продолговатые ягоды красного или зеленоватого цвета.

Установлено, что препараты из аира обыкновенного обладают, сосудорасширяющим, противомикробным, обезболивающим вяжущим, обволакивающим, кровоостанавливающим, и тонизирующим свойствами.

В научной медицине, парфюмерии и пищевой промышленности используется аирное масло, извлекаемое из корневищ.

Корневища аира обыкновенного в высушенном и засахаренном виде ещё в XIX веке считались лакомством.

В 2011 году Роспотребнадзор включил аир злаковый и аир болотный в список растений, содержащих сильнодействующие, наркотические или ядовитые вещества.



Багульник болотный

Багульник болотный - растение ядовитое. Это низкорослый вечнозеленый кустарник высотой до 1 м с белыми мелкими цветками, сильно ветвистый и с резким запахом.



Растет он на болотах, в заболоченных хвойных лесах, на торфяниках. Много его в Восточной Сибири.

Сырье заготавливают в период полного цветения. Сушат под навесом, расстилая тонким слоем, или подвешенными в пучках. Растение обладает бактерицидным, противовоспалительным, отхаркивающим действиями. Багульник применяют в виде настоев, отваров, мазей.

Отвары, настойки, мази, масляные вытяжки применяют наружно при радикулитах, ушибах как обезболивающее средство. Отвар и настой используют в виде примочек как ранозаживляющее, кровоостанавливающее средство при обморожениях, внутрь и наружно при диатезах, золотухе, как снотворное.

Настой травы багульника рекомендуют как потогонное при простуде, бронхите, бронхиальной астме, кашле, туберкулезе легких. Прием настоя внутрь способствует расширению венозных сосудов. Снижению кровяного давления.

При эпидемиях багульник используют как антисептическое средство в виде отвара внутрь, сухое растение нюхают и рассыпают в жилом помещении, производят окуривание. Стебли багульника, растертые в порошок и смешанные с березовым дегтем, наносят на пораженные места при экземе. Эфирное масло травы багульника применяют в качестве обезболивающего средства при радикулитных, невралгических болях в виде втираний.

Эфирное масло багульника в больших дозах обладает способностью парализовать центральную нервную систему, вызывая паралич рук, ног. Передозировка препаратами может вызвать отравление, паралич мышц сердца и дыхательных путей.



Василек синий



Другие названия: *волошка, блават, лоскутница, лоскутница, синюшник.* *синецветка, ржаная синьки,*

Это одно-двулетнее травянистое растение семейства сложноцветных. Растет как сорняк в посевах зерновых культур, многолетних трав, в придорожных насаждениях, около дорог и лесополос.

С лечебной целью используют краевые цветки. Их

заготавливают во время цветения. Сушат под навесом, расстилая тонким слоем на бумаге. Хранят в холщовых мешках, бумажных пакетах, ящиках.

Растение обладает мочегонным, противовоспалительным, потогонным, жаропонижающим, бактерицидным действиями. Настой краевых долек растения применяется при воспалительных процессах, хронических заболеваниях почек, мочевого пузыря, мочевыводящих путей, при задержке мочеиспускания, при отеках и водянке. Растение также применяют как жаропонижающее, потогонное, мочегонное средство при простуде, лихорадке, при заболеваниях верхних дыхательных путей, туберкулезе легких.

Настой краевых цветков — хорошее желчегонное средство. Его пьют при заболеваниях печени, желчных путей, при желтухе. Он повышает аппетит, улучшает пищеварение, цветы входят в состав желудочных сборов, их рекомендуют при заболеваниях кишечника, маточных кровотечениях.

Настой василька синего - хорошее бактерицидное средство. В виде примочек его применяют при глазных заболеваниях - конъюнктивитах, ячмене. Он хорошо действует на сердечнососудистую систему, снимает сердцебиение, головную боль, успокаивает нервную систему.



Горец птичий



Горец птичий - это однолетнее неприхотливое травянистое растение. Растет повсюду: во дворах, на сельских улицах, в садах, парках, на площадках, по обочинам дорог, в молодых посадках, по берегам рек. В народе еще его называют травой-муравой.

Действует как мочегонное, противовоспалительное, потогонное, кровоочистительное, тонизирующее, болеутоляющее, жаропонижающее, ранозаживляющее средство.

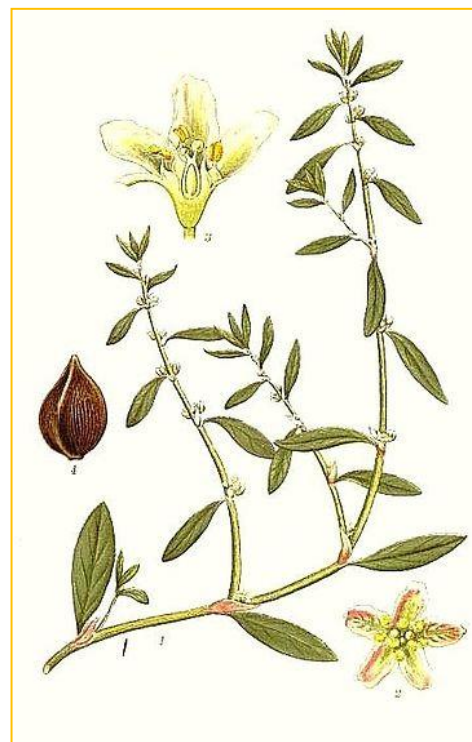
Препараты спорыша растворяют и выводят камни из почек и желчного пузыря, гонят песок, улучшают обменные процессы в организме. Горец птичий принимают внутрь при заболеваниях почек, мочевого пузыря, отеках почечного происхождения. При отеках ног из отвара или из свежей измельченной травы делают компрессы на ночь.

Настой растения принимают при нарушении солевого обмена, подагре, полиартрите, ожирении, а также как жаропонижающее при воспалении легких, бронхитах, бронхиальной астме, кашле, туберкулезе легких, коклюше.

Спорыш издавна зарекомендовал себя как хорошее кровоостанавливающее средство.

Растение тонизирующе действует на нервную систему, поэтому его применяют при нервном истощении, как укрепляющее средство после тяжелой болезни, при слабости, упадке сил, в старческом возрасте, для снижения кровяного давления.

Отваром травы моют голову при перхоти, он укрепляет волосы. По народному поверью, спорыш имеет в себе большую силу и отдает ее людям. Поэтому издавна рекомендуется летним утром бегать босиком по росистой траве-мураве.



Девясил



Девясил, или Жёлтый цвет — род многолетних растений семейства Астровые, произрастает в Европе, Азии и Африке.

Многолетние, реже однолетние растения с цельными листьями и жёлтыми крупными соцветиями. Цветки жёлтые или оранжевые, одиночные или собраны в кистевидные или щитковидные общие соцветия.

Девясил обладает противовоспалительным, желчегонным, отхаркивающим действием. В консервной и рыбной промышленности корни и корневища девясила используют как пряность и в качестве заменителя имбиря.

Из корней и корневищ можно получить синюю краску, если смешать настой с карбонатом калия или калиевой щёлочью.

Применяют девясил при заболеваниях дыхательных путей и бронхитах с повышенной секрецией густой вязкой мокроты, при кашле, гастритах, заболеваниях печени и жёлчного пузыря. Он обладает антимикробным и противоглистным свойствами, особенно при аскаридозе. Его используют при геморрое, нерегулярных менструациях, ревматизме и сахарном диабете. Отвар корня пьют при заболеваниях почек, мочевого пузыря, мочекаменной болезни, водянке. Он регулирует обмен веществ в организме. Он действует болеутоляюще при заболеваниях суставов — ревматизме, подагре, артритах, воспалении седалищного нерва, люмбаго.

Растение обладает тонизирующими свойствами, улучшающими состояние организма, его применяют при головных болях, головокружении, болях в сердце, при гипертонии, эпилепсии, спазмах сосудов головного мозга.

В болгарской народной медицине настойку корня применяют при сердцебиениях, головных болях, эпилепсии, коклюше и как средство, предупреждающее преждевременные роды. При лечении ревматизма корень девясила используют в смеси с корнем лопуха.



Зверобой



Другие названия - зверобой *продырявленный, зверобой исколотый, пронзённый, зверобой обыкновенный и т.д.*

Зверобой - это широко известное в народе растение с ярко-жёлтыми цветками и специфическим, слегка терпковатым запахом.

Трава зверобой издавна в народе считался одной из главных лечебных трав, излечивающей 99 болезней. Она входит в состав очень многих сборов.

Зверобой, для людей, является слаботоксичным растением, тогда как у животных он может вызывать серьёзное отравление. Отсюда и пошло название - зверобой.

Зверобой *продырявленный* в традиционной медицине используют как вяжущее, противовоспалительное и тонизирующее средство при кашле, болезнях печени, для укрепления дёсен.

Зверобой обладает прекрасными полезными и лечебными свойствами, из него делают растительные антибиотики - иманин и новоиманин, представляющие собой эффективные антибактериальные препараты, применяемые при тяжёлых ожогах, гнойных ранах, острых катарах дыхательных путей.

Препараты из травы зверобоя применяют для лечения при язвах, ревматизме, подагре, различных нервных заболеваниях. Используется он также для лечения депрессивных психозов. Крепкий настой зверобоя применяют в стоматологической практике для укрепления десен, устранения неприятного запаха изо рта, а также используют в качестве противовоспалительного средства.



Клевер луговой



Однолетнее или многолетнее травянистое растение семейства бобовых. Растет по лугам, полям, в лесах, на полях, у дорог. Культивируется во всех областях республики как ценная кормовая культура.

С лечебной целью используют соцветия, которые собирают в период цветения.

Растение обладает противовоспалительным, витаминным, антисклеротическим, ранозаживляющим, смягчительным, болеутоляющим действиями. В

народной медицине используют отвары, настои, настойки.

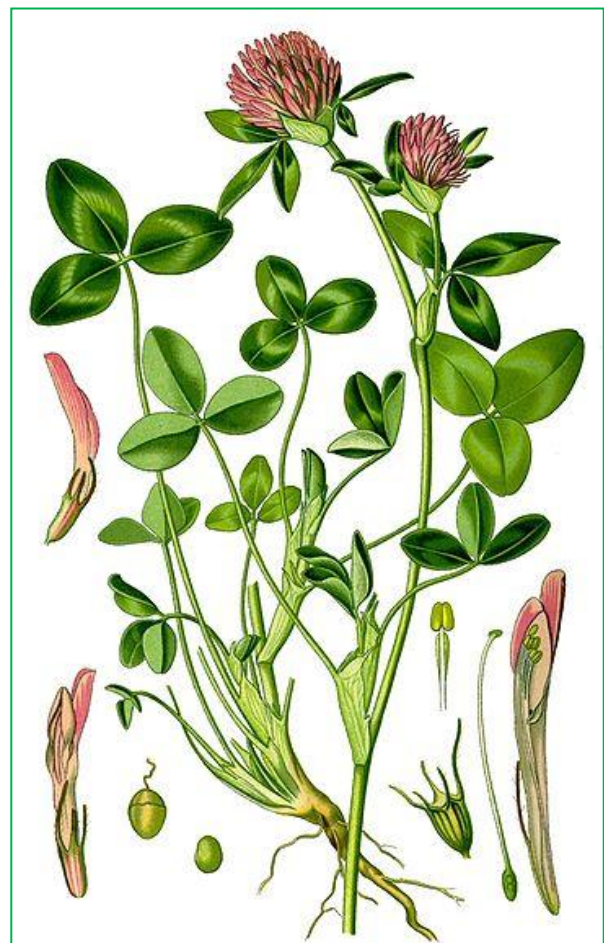
Отвары применяют как отхаркивающее, смягчительное, противовоспалительное средство при кашле, заболеваниях легких, бронхите, лихорадке, одышке.

При воспалении слизистой полости рта, ангине отвар используют для полосканий.

Его применяют при головных болях, головокружении, гипертонии, атеросклерозе, малокровии, шуме в ушах, злокачественных опухолях. Кроме отвара при этих заболеваниях рекомендуют водочную настойку.

Настой цветов пьют как мочегонное средство при заболеваниях почек, мочекаменной болезни, а также при общем недомогании, переутомлении, резкой потере веса, алкоголизме, при маточных заболеваниях, болезненных менструациях, белях.

Наружно в виде присыпок растение используют при неврологических и ревматических болях, фурункулах, нарывах. Примочки из отвара растения и сока кладут на ожоги, раны, язвы.



Коровяк скипетровидный



Другие названия: *коровяк обыкновенный, коровяк густоцветковый, трава коровяк, царский скипетр, медвежье ухо, коровяк лекарственный, королевская свеча или просто СВЕЧА.*

Это мощное двулетнее травянистое растение высотой до 3-х метров с прямым стеблем. Растет чаще на песчаных почвах, обочинах дорог, в лесонасаждениях, дворах, парках, садах.

С лечебной целью используют венчики цветков (цветки), реже листья и еще реже корень коровяка, его применяют при мочекаменной болезни, а также семена коровяка.

Цветы бережно собирают в солнечную погоду, поздним утром, когда спадет роса, ежедневно, так как каждый цветет только один день.

Коровяк густоцветковый обладает смягчительным, отхаркивающим, кровоостанавливающим, противовоспалительным, обволакивающим, болеутоляющим, противосудорожным, вяжущим действиями (свойствами). Свежие листья коровяка прикладывают к ранам, язвам, к чирьям, а сухими листьями, измельченными в порошок, присыпают раны.

Настой растения (цветки, листья, стебли) пьют при заболеваниях верхних дыхательных путей, бронхите, бронхиальной астме, воспалении легких, простуде, кашле, охриплости, потере голоса, воспалении глотки, туберкулезе легких, коклюше, одышке, при воспалительных заболеваниях желудка и кишечника, болезнях печени, селезенки, при желтухе. При ангине делают полоскания теплым настоем растения.

Трещины между пальцами, язвы, гнойные раны присыпают порошком из цветов, прикладывают примочки из отвара. При ожогах раны присыпают порошком, смазывают их масляным настоем, прикладывают примочки из отвара листьев на молоке. Настой листьев и цветов применяют при заболеваниях кожи, экземе, диатезах, лишаях, нарывах, фурункулах, моют голову для укрепления волос.



Крапива двудомная



Крапива двудомная (лекарственная) - это многолетнее травянистое растение 60-150 см высотой. Стебель и листья покрыты жгучими волосками. Оба вида цветков собраны в серёжки. Растёт на влажных, болотистых почвах, повсюду.

Это растение широко используется в научной и народной медицине. Весной крапива одно из самых полезных растений и на нашем

столе, она желанный и необходимый источник витаминов. В случае недомогания рекомендуют попить сок из свежих листьев крапивы. Крапива содержит аскорбиновую кислоту, витамины, соли железа, кальция.

В народной медицине она используется как ранозаживляющее, мочегонное, общеукрепляющее, слабительное, витаминное, противосудорожное, отхаркивающее средство, а также как средство благоприятно действующее на обмен веществ. Листья крапивы при наружном применении способствуют более быстрому заживлению ран. Наружно применяются в виде настоя для компрессов и при ожогах первой степени, а также при выпадении волос.

Крапива эффективно лечит заболевания кожи головы

При различных внутренних кровотечениях крапива оказывает кровоостанавливающее действие. Употреблять сок крапивы полезно парализованным людям. Как средство, благоприятно воздействующее на основной обмен веществ, крапива очень полезна пожилым людям. Кстати, она предупреждает появление ранней седины. При больших потерях крови также полезна крапива, так как она содействует увеличению эритроцитов в крови. Она также способствует снижению количества сахара в крови. Крапиву успешно применяют в натуральной косметике. Из нее делают кремы, лосьоны, маски для лица.

Листья крапивы — источник хлорофила, в них содержится его до 5 %.



Ландыш майский



Ландыш майский - это многолетнее травянистое неприхотливое растение с сильным ароматом, его еще называют конвалией. Растение ядовитое.

Растет в лиственных, смешанных лесах, на опушках, полянах, в лесных оврагах, образуя целые заросли. В последнее время им декорируют сады и парки. С лечебной целью используют наземную часть растения.

Собирают ландыш в период цветения. Траву срезают ножом — срывать запрещается, так как нарушается корневая система. Сушат под навесом

Ландыш майский - сильнодействующее лекарственное растение. Перед его применением надо посоветоваться с врачом.

Ландыш нормализует сердечную деятельность, является общеукрепляющим, улучшающим кровоснабжение, мочегонным, успокаивающим средством.

Растение используют при острой и хронической сердечной недостаточности, пороках сердца, неврозах, гипертонии как сосудорасширяющее, улучшающее кровообращение всего организма средство, а также как мочегонное при водянке сердечного происхождения.

Ландыш применяется как успокаивающее средство при возбуждении центральной нервной системы, как снотворное, при эпилепсии, головной боли, параличе, заболевании щитовидной железы. При приеме его внутрь расширяются сосуды почек, что приводит к усилению отделения мочи. Не рекомендуется принимать ландыш при острых заболеваниях печени и почек, гастритах, остром миокардите, эндокардите. Необходимо строго следить за дозировкой, чтобы не было отравления.

Настойку пьют при инфекционных заболеваниях. Настоем цветов с добавлением меда промывают глаза при воспалении.



Лопух большой (репейник)



Другие названия - репейник, репей. Всего насчитывается 11 видов лопуха: это и лопух большой, лопух войлочный (паутинистый), лопух малый.

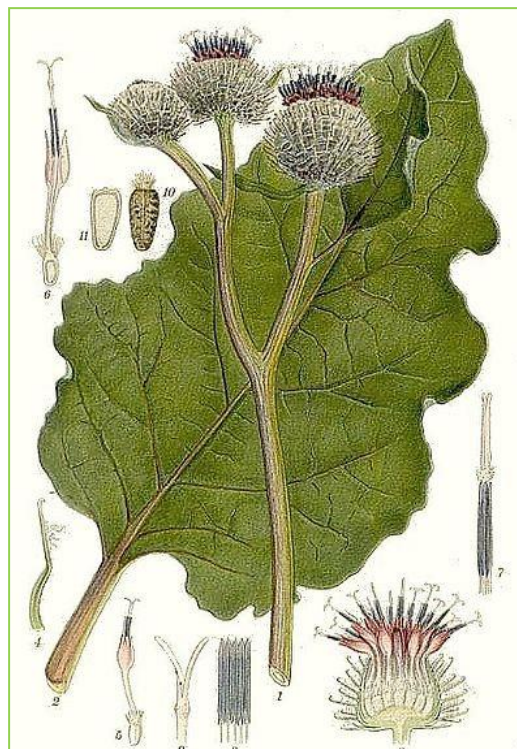
Лопух большой (репейник) - это многолетнее травянистое растение с прямым, твёрдым, упругим, войлочно-опушенным стеблем. В первый год образуются очень большие прикорневые листья на длинных прямых, сочных черешках. На второй год — высокий (до 3 м) прямой стебель с небольшими красно-фиолетовыми корзинками соцветий, расположенными на верхушках цветоножек.

Растёт повсюду: в лесах и кустарниках, у жилья, по канавам, по влажным пустырям, вдоль дороги. Лопух большой - довольно ценное лекарственное

растение, которое лечит многие трудноизлечимые болезни. Лопух, не только полезное и лечебное растение, но съедобное растение. В Сибири и на Кавказе лопух давно уже считается овощным растением. А в Японии его выращивают на грядках и называется он там - дово. Съедобны молодые листья и черешки вкусные. Корень лопуха первого года жизни, также съедобен, он толстый и сочный и после отваривания или поджаривания пригоден в пищу. Из него выпекали хлеб, делали суррогат кофе, добавляли в суп.

С лекарственной целью используют корни, листья и верхушки репейника. Корни собирают осенью первого или весной второго года (до появления листьев). Самые хорошие корни лопуха у растений 1 года. Листья и верхушки заготавливают в период цветения.

Препараты из корней лопуха большого обладают ранозаживляющими, мочегонными и потогонными свойствами. Применяют их при некоторых кожных заболеваниях, при воспалительных процессах слизистой оболочки полости рта, горла, верхних дыхательных путей и желудочно-кишечного тракта. Отвар корня лопуха используют для ванн и компрессов при артрите, артрозе, ревматизме, болях в суставах.



Мать-и-мачеха



Другие названия: *мать-и-мачеха обыкновенная, белокопытник, двуличник, водяной лопух, камчужная трава, лапуха студенная, мать тава.*

Мать-и-мачеха — многолетнее травянистое растение высотой 10-25 см с ползучим, толстым корневищем. Зацветает ранней весной мелкими жёлтыми цветками, собранными на концах чешуйчатых цветочных стеблей в одиночные корзинки 2-2,5 см в диаметре, которые превращаются при созревании в пушистые головки, подобно одуванчику. Листья появляются после отцветания и расположены в виде розетки на длинных, довольно толстых черешках. Форма листьев округлосердцевидная, неравнозубчатая, довольно большая (в раскрытую ладонь), разной величины. Снизу листья покрыты толстым слоем

белых волосков, сверху они гладкие, зелёные. Если прикоснуться к листку сверху, он кажется холодным, а снизу — тёплым. Растёт мать-и-мачеха на влажных, глинистых берегах рек и ручьёв, по насыпям, канавам и первой чувствует начало весны, поражая нас жёлтыми огоньками своих цветков, как только сойдёт снег.

Используют цветки и листья вместе, причём цветки лучше рвать ранней весной, а молодые листья — после созревания и осыпания семян.

В научной медицине употребляют листья при заболеваниях дыхательных органов. Применяется настой также при воспалении слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта, при отсутствии аппетита.

Отвар из листьев или свежие размятые листья действуют облегчающее при воспалениях вен ног и при воспалениях кожи, нарывах (ускоряют созревание их). Свежий сок мать-и-мачехи, если им закапать нос, спасает от насморка. Крепкий отвар мать-и-мачехи полезен для мытья головы, при перхоти и выпадении волос.



Ревень



Многолетнее травянистое растение семейства гречишных. Выращивается как овощная и лекарственная культура.

С лечебной целью используют наземную часть и корневище с корнями. Наземную часть заготавливают весной, корневище — ранней весной или осенью в возрасте 3—5 лет.

Препараты ревеня применяются, главным образом как слабительное при запорах, геморрое и трещинах прямой

кишки. В народной медицине ревень используется также как легкое желчегонное средство. С этой целью ревень применяется в дозах, в десять раз меньше доз, применяемых как слабительное. При длительном использовании ревеня как слабительного средства эффективность его снижается.

Листья ранней весной являются хорошим источником витаминов. Растение богато минеральными солями, особенно калием. Оно улучшает аппетит, регулирует работу желудочно-кишечного тракта, усиливает перистальтику кишечника.

Наземную часть растения используют при гастритах, особенно с пониженной кислотностью, как желчегонное средство при заболеваниях печени, желчного пузыря, при глистах. Порошок и отвар корневища ревеня применяют при ожогах. Ревень рекомендуется в основном лицам молодого возраста. В детской практике ревень применяется как слабительное, желчегонное средство при заболеваниях печени, желчного пузыря, почек. Растение влияет на обмен веществ, его используют при ожирении и малокровии. Оно улучшает кровообращение.

