

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение детский сад № 15  
«Аленка» г. Николаевска-на-Амуре Хабаровского края

**АЛЬБОМ**  
**«Лекарственные растения Николаевского района»**

Составитель  
И.Н. Строкова,  
воспитатель

г. Николаевск-на-Амуре  
2019 г.

## Иван-чай



В древности из его стеблей вили веревки, называли его «дикий лен». Хороший медоносец.

Заваривают листья этого растения как чай. Используют при болезни почек, как успокоительное средство.

## Мать-и-мачеха



Я знаменита не цветами,  
А обычными листьями:  
То твердыми, холодными,  
То мягкими и темными.

Название растение получило по строению листа. Снизу они белые, пушистые, мягкие, как материнские руки. Сверху зеленые, холодные — как мачеха.

Многолетнее растение, семейства сложноцветных, с прямыми стеблями, покрытыми буроватыми чешуевидными листьями.

На стебле желтые цветы.

Издавна растение использовали как лекарственное. Мать-и-мачеха — медоносное растение. И это первые весенние цветы, которые радуют нас.

Мать-и-мачехи цветки  
Словно солнца огоньки.  
На пригорочке растут,  
Прям из снега — и цветут!  
(Л. Акиншина)

### Загадка

Сверху листик гладкий,  
Но с байковой подкладкой  
(Мать-и-мачеха)

У растения используют и цветки, и листья. Применяют при кашле, для укрепления иммунитета, как потогонное средство.

## Подорожник



Растет у дорог. Его русские названия «подорожник», «попутчик». Еще его называют «порезник», «ранник» — за ранозаживляющие свойства.

В медицине применяются листья для заживления ран, порезов. Также используют при укусах пчел, ос и даже змей. Свежая истолченная масса из листьев подорожника предупреждает появление отека.

Используют подорожник при заболеваниях верхних дыхательных путей, при гастрите, заболеваниях желудка.

Семена у подорожника липкие, прилипают к обуви человека, к лапам животных и разносятся на большие расстояния.

Вдоль дорожек его встретишь,  
Ранки ссадины излечишь,  
Сорвешь листочек осторожно.  
Кто нас излечит?

*(Подорожник)*

## Одуванчик



Это растение знакомо детям с детства. Кто не любит собирать желтые одуванчики, плести из них венки? Это многолетнее растение семейства сложноцветных. Цветут долго, образуя за сезон много семян. Когда цветут одуванчики, кажется, что дети солнышка спустились на землю и покрыли ее красивым ковром. Одуванчик очень похож на солнышко.

Одуванчик используют давно в лечебных целях. Его называют «элексиром жизни» не зря: все части растения полезны. И корни, листья, цветы.

Из цветов одуванчика делают варенье, похожее на мед. Из листьев можно готовить весной полезные салаты.

Салат из одуванчика:

100 г листьев одуванчика;

90 г зеленого лука;

25 г петрушки;

15 г растительного масла;

1 вареное яйцо;

соль, перец по вкусу.

Выдерживаем листья одуванчика в соленой воде 30 минут, измельчаем, добавляем зелень, масло, украшаем вареным яйцом.

Одуванчик обладает потогонным, жаропонижающим и отхаркивающим средствами. Подробнее об одуванчике можно прочитать на блоге.

## Ромашка



В поле сестрички стоят,  
Желтые глазки на солнце глядят,  
У каждой сестрички —  
Белые реснички  
(Ромашка)

Ромашка аптечная — однолетнее травянистое растение из семейства сложноцветных.

Цветки собраны в корзинку, которая состоит из белых языковидных лепестков и желтых трубчатых цветков. Ромашка цветет с мая до сентября. Растет повсюду: на полях, у дорог, возле жилища человека.

Применяют как успокаивающее, противовоспалительное, мочегонное средство. Отваром ромашки полощут горло, используют как противовоспалительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях. Применяют как косметическое средство, отвар ромашки придает светлым волосам золотистый оттенок.

Собирают цветы в сухую погоду, сушат в хорошо прогреваемом солнцем помещении, рассыпав тонким слоем на ткани или бумаге.

## Крапива



Слово произошло от древнерусского слова «копрена» — шелк. Из крапивы получали волокно и изготавливали ткани.

Раньше крапиву считали средством для изгнания нечистой силы. В трудные годы крапива очень выручала людей. Ее употребляли в пищу, готовили супы, салаты. Как лекарственное растение известна давно. Народная мудрость гласит: «Одна крапива заменит семерых врачей».

Применяют крапиву при воспалении легких, кровотечениях, полощут горло, используют для укрепления волос. Стебли и листья крапивы покрыты жгучими волосками. Эта особенность растения отражается в загадках и пословицах.

С ним возиться, что в крапиву садиться.

Хоть не огонь, а жжется.

Какую траву и слепой узнает?

Растет зеленою стеной,

Ее обходят стороной,

Колючая и злая дива,

А как зовут траву?

(Крапива)

## Пастушья сумка



Повсюду растёт это растение как сорняк. Плод треугольный стручок похож на сумку пастуха. Настой применяют при кровотечениях.

На пустырях и по дорогам  
С соцветьем беленьким сорняк.  
Но изучив все его свойства,  
Вы, может, взглянете не так.  
Кровотечение остановит,  
В Китае он — салат к столу.  
Сорняк живуч: семян так много  
В плоде, похожем на суму.

## Мята



Мяту добавляют в чай. В мяте много полезных свойств. Приятный аромат, охлаждающий вкус. Настойки из мяты успокаивают.

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

## Календула



Что за странные цветки  
Под названьем ноготки?  
Так похожи на ромашки —  
Все в оранжевых рубашках?  
(Календула)

Обладает отхаркивающим, мочегонным, потогенным средством. Календулой полощут горло при стоматитах и ангине.