

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Чтобы реже кашлять

Наступил сезон простудных заболеваний. Всем знакомы их клинические проявления - общее недомогание, насморк, кашель с мокротой и без нее. Но не все знают, что применение при острых респираторных заболеваниях лекарственных трав существенно сокращает длительность заболевания и риск лекарственных осложнений. В данной публикации мы знакомим вас с растениями, применяемыми при заболеваниях органов дыхания. Особо отметим, что все указанные лекарственные растения можно применять при лечении детей.

Отхаркивающие:

Душица, трава
Малина, ягоды, листья
Мать-и-мачеха, листья и цветки
Овес, растение
Одуванчик, корень и листья
Подорожник, листья, сок
Редька, сок
Ромашка, цветки
Рябина обыкновенная, ягоды
Зверобой, трава
Календула, цветки
Картофель, пары
Клевер луговой (красный)
Липа, цветки
Сосна, почки
Чабрец, трава
Чеснок, луковицы и листья

Противовоспалительные:

Береза, почки
Голубика, ягоды
Душица, трава
Калина, ягоды
Капуста, сок
Липа, цветки
Лук репчатый
Малина, ягоды, листья
Мать-и-мачеха, листья, цветки
Морковь, сок
Подорожник, листья, сок
Смородина черная, ягоды, листья

Антисептические:

Анис, плоды
Береза, почки
Душица, трава
Зверобой, трава
Клевер луговой (красный)
Клюква, ягоды
Лук репчатый
Мать-и-мачеха, листья и цветки
Мята перечная, трава
Подорожник, листья, сок
Смородина черная, листья, ягоды
Сосна, почки
Чеснок, луковица и листья

Жаропонижающие, потогонные:

Брусника, ягоды, листья
Бузина, цветки, ягоды
Василек синий, цветки
Голубика, ягоды
Календула, цветки
Калина, ягоды
Клюква, ягоды
Крапива, трава
Липа, цветки
Лопух большой, корень
Малина, ягоды, листья
Мать-и-мачеха, листья, цветки
Овес
Ольха, шишки
Пастушья сумка, трава
Польнь, трава
Ромашка, цветки
Смородина красная, ягоды
Солодка, корень
Сосна, почки
Петрушка, трава
Черёда, трава

Секреты Лесовичка

Ходит-бродит по лесу Лесовичок. Многие лесные секреты знает. Немудреные они, но коль узнаешь их, пригодятся. Ничто в природе не создано бесцельно, у каждой былинки есть свое предназначение. Так давайте повнимательнее взглянем на окружающие нас растения - ведь они приносят много пользы.

Знайте, если из ранки кровь сочится, разомните листья тысячелистника (только чистыми руками), да к ранке приложите. Кровь и остановится. Мало того, ранка быстрее заживет.

А если тысячелистника под рукой не окажется, что тогда? Ищите крапиву. Листья помните, соком чистую тряпочку промочите и на ранку положите.

Тысячелистника нет. Крапивы нет. Как тогда быть? Есть трава всем знакомая. Подорожником называется. Листья сорвите, вымойте, помните и приложите к ранке. Если его нет - ищите сфагновый мох.

Случится - нарывает палец, запомните: желтые цветочки или листья мать-и-мачехи хорошо помогают.



Материал подготовила О.Е.Лапшина