Выставка - викторина «Природные Лекари»

У природы много помощников здоровья,

надо только суметь их найти

(А. К. Целес)

Отвечая на вопросы викторины, вы можете воспользоваться предлагаемой ниже литературой.

Давно ли люди используют травы в лечении?

На протяжении многих веков бесценные дары природы используются для исцеления от всех болезней. Наши мудрые предки сами составляли рецепты целебных настоев, отваров, напаров и передавали их из уст в уста – из поколения в поколение. Многие из

этих рецептов, конечно же, затерялись во времени, но достаточно большое их число все же дошло до наших дней.

Гринкевич, Н.И., Сорокина, А.А.

Легенды и быль о лекарственных растениях / Н.И. Гринкевич, А.А. Сорокина– М.: Наука, 1988. – 176 с., ил. – (Серия «Человек и окружающая среда»).

Книга посвящена изучению мира растений, служивших источником получения ценных лекарственных препаратов. Пришедшие в современную медицину из глубины веков, лекарственные растения продолжают нести на себе отпечаток таинственности, зачастую им приписывают чудодейственные свойства. На примере некоторых представителей флоры авторы рассказывают, с чем было связанно появление той или иной легенды, как в дальнейшем складывалась судьба растения.

Книга предназначена для широкого круга читателей, а также для специалистов медицинского и биологического профиля.

Вопрос 1:В медицине используют плоды этого ценного витаминного растения, из них получают жирное масло, которое обладает ранозаживляющей способностью – применяют для лечения лучевых поражении, кожных болезней, ожогов. Назовите растение.

Шпиленя, С. Е., Иванов, С.И.

Азбука природы. Лекарственные растения / С. Е. Шпиленя, С.И. Иванов– 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Знание, 1989. – 224 с.: [8] л. ил. – (Нар. Ун – т. Естественно научный фак.).

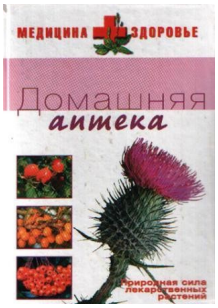
Авторы в научно – популярной форме рассказывают о лекарственных растениях, занимающих видное место в арсенале лечебных средств современной медицины.

Книга содержит описание многих видов лекарственной флоры, их биологически активных веществ, рекомендации по их применению в лечебных целях. Книга предназначена для широкого круга читателей.

Вопрос 2:Ещё в самые стародавние времена это дерево называли деревом четырёх дел: 1 дело – мир освещать, 2 дело – крик утишать, 3 – чистоту соблюдать, 4 – больных исцелять. Настой почек этого дерева применяют как очищающее кровь, желчегонное средство его добавляют в ванну для облегчения ревматических болей, при лечении кожных заболеваний. О каком дереве идет речь?

Вопрос 3:Это лекарственное растение цветет ранней весной. Латинское название его происходит от слова «кашель» – «туссис». В лечебных целях используют листья, которые появляются позже цветов. Наиболее ценится противокашлевое, а также обволакивающее слизистые оболочки рта, горла и гортани действие растеня. О каком растении идет речь?

Вопрос 4:Назовите многолетник с освежающим лимонно – ментоловым вкусом и запахом использующийся в качестве лекарственного растения с древности?



Домашняя аптека. – М.: Вече, 2003. – 320 с. ил. –

(Медицина + здоровье).

Если вы хотите сохранить свое здоровье, чтобы ваше тело излучало молодость, энергию жизнерадостность – тогда эта книга для вас. «Домашняя аптека» предлагает советы по правильному сбору, заготовке, хранению лекарственных растений, разработанные способы их применения: настои, отвары, чаи, примочки, компрессы, а также рецепты натуральной природной косметики, домашние средства для красоты и здоровья кожи, ногтей, волос. Природная сила лекарственных растений поможет вам справиться с болезнями и обрести здоровье без применения химических лекарственных средств.

Вопрос 5:Ягоды этого многолетника обладают кроветворной способностью, стимулируют пищеварение, лечат болезни почек, органов дыхания. Сок или растёртые плоды широко применяют наружно для лечения лишаёв, экземы, ими сводят веснушки и пигментные пятна. Листья, цветки и плоды уничтожают болезнетворные микроорганизмы. О каком многолетнике идет речь?

Вопрос 6:Это очень популярное лекарственное растение. Его в народе называют «Иванове зелье», «Кровник», считают средством от 99 болезней. Используют как вяжущее, противовоспалительное и противомикробное средство. Назовите это растение.

Скляревский, Л.Я., Губанов И.А.

Лекарственные растения в быту / Л.Я. Скляревский, И.А. Губанов– 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Россельхозиздат, 1986. – 272 с.: [16] л. ил.

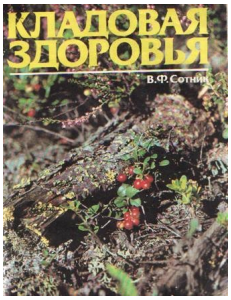
В книге охарактеризовано свыше 220 видов растений, используемых в научной и народной медицине. Приведены морфологические, экологические сведения, химический состав растений, их распространение. Подробно описаны способы применения препаратов из каждого растения в домашних условиях в зависимости от медицинских показаний.

Большое внимание уделено охране растений.

Книга предназначена для широкого круга читателей, интересующихся целебными растениями и возможностями их применения в быту.

Вопрос 7: Назовите дерево, посвященное древними славянами богине любви и красоты – Ладе… Это дерево прекрасный медонос. В медицине применяют его соцветия с прицветниками – как потогонное средство.

Вопрос 8: Древние греки заметили, что это растение появляется с прилетом ласточек и увядает с их отлетом и поэтому назвали его – ласточка. Это растение называют еще «бородавочник», что связанно с использованием его сока в народной медицине при кожных заболеваниях. О каком растении идет речь?



Сотник В.Ф.

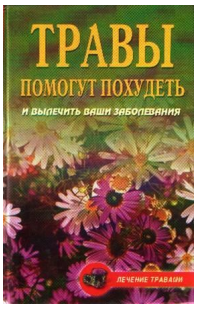
Кладовая здоровья: альбом / В.Ф.Сотник. – 2-е изд. – М.: Лесн. пром – сть, 1990. – 64 с.: ил.

Альбом знакомит читателей с наиболее распространенными видами лекарственных растений средней полосы. Дается краткая характеристика каждого из них и цветная фотография. Приводится беглый исторический обзор применения лекарственных растений и развития траволечения у нас в стране. Достаточно уделено внимания особенностям заготовки лекарственного растительного сырья – срокам и технологии сбора, сушки и хранения. Освещены вопросы воспроизводства и восстановления зарослей.

Для широкого круга читателей.

Вопрос 9: «Растущая на камне» именно так переводится с латыни всем известное растение. Его ажурные листики с давних пор использовали в качестве противовоспалительного средства. Пучок свежей зелени этого растения обеспечивает суточную потребность организма в каротине и витамине С. Назовите растение?

Вопрос 10:Листья этого растения содержат витамин С (в 2,5 раза больше чем, в лимоне), витамин А, B_1, B_2, каротин, соли железа, магния, меди, фитонциды и органические кислоты. Молодые листочки этого растения издавна используются в пищу как добавки в супы, соусы и салаты. О каком растении идет речь?



Живайкина О.В.

Травы помогут похудеть и вылечить ваши заболевания / Живайкина О.В. – М.: Эстерна, 2007. – 320 с. – (Лечение травами).

Пред вами своего рода энциклопедия, включающая сведения о различных лекарственных растениях и травах, которые помогут вылечить многие заболевания – желудочные, кожные, заболевания дыхательной системы и прочие.

Мы научим вас правильно собирать и хранить заготовленное сырье, посоветуем, как приготовить из него лечебные отвары, настойки, порошки, мази и прочее, как применять фитопрепараты в домашних условиях.

С помощью наших рекомендаций вы не только справитесь с болезнями, но и избавитесь от ожирения, воспользовавшись диетами для похудения и включив в рацион травы сжигающие жиры.

Сделайте шаг к своему здоровью!

Вопрос 11: Эти роскошные дикорастущие кусты принадлежат к семейству розоцветных, об этом напоминают и колючие стебли и душистые цветы, и ярко – красные или почти черные плоды – орешки. Чай из плодов этого кустарника, оказывает освежающее действие и повышает защитные силы организма. О каком кустарнике идет речь?

Вопрос 12: С мякоти этого сока крупной и очень тяжелой родственницы огурца можно начинать успешную диету для избавления от своих жировых отложений. Семена этого овоща замедляют процессы старения. Назовите овощ?

Целебные овощи и фрукты.– М.: Вече, 2003. – 272 с. (Медицина + здоровье)

«Целебные овощи и фрукты» – этой книгой издательство «Вече» открывает новую серию «Медицина для всех». В ней предложены рекомендации по здоровому питанию и пищевой терапии, рецепты приготовления диетических и лечебных блюд из овощей и фруктов.

Вы узнаете, что питание правильно подобранными овощами и фруктами поможет сохранить здоровье, избавится от лишнего веса, укрепить иммунитет, закалить организм и заставить отступить многие болезни.