

## Травник Донских степей

Как правило, для лечения используются верхние части цветущего растения, которые следует собирать в период цветения. Тысячелистник обладает хорошо выраженными противовоспалительными и бактерицидными свойствами. Препараты тысячелистника увеличивают скорость свертывания крови, характеризуются, как сильнейшее средство борьбы с воспалительными, аллергическими реакциями организма, так же как и быстрого заживления ран.



**Хмель обыкновенный** - вьющееся растение, относящееся к семейству тутовых, двудомное, многолетнее, при неграмотном использовании даже ядовитое.

Препараты "шишек" хмеля применяются в качестве успокаивающего, мочегонного, противовоспалительного, спазмолитического и болеутоляющего средства.

Лечебные травы, естественно, не могут стать панацеей от всех болезней, но их целебные свойства трудно недооценить. Не стоит, однако, забывать, что траволечение тоже лекарство, и относиться к нему нужно осторожно.

**Наш адрес:**  
х. Лозной, ул. Советская, 73  
тел.: 43-4-72

**Часы работы:**  
с 9ч. до 17 ч.  
выходной день – воскресенье, понедельник





Донские степи – это прежде всего таинственный мир трав. Как известно каждая травинка это уникальный целебный волшебник, только нужно знать нужное заклинание. Наверняка и вам хотелось бы скушать волшебный листик или выпить чудодейственный отвар от всех хворей и напастей, однако лишь настоящий травник может разобраться во всех нюансах этого древнего искусства. Народная медицина используется человечеством с древнейших времен по наши дни.

Исцеление лекарственными растениями - это, пожалуй, один из самых старых методов лечения. Еще наши прабабушки задолго до появления и развития медицины заваривали отвары и делали настои от всех заболеваний, первые знахари использовали целебные силы трав в своих микстурах. С печалью можно отметить, что в наш век кибернетических технологий и сумасшедших изобретений мы все реже обращаемся за помощью к матушке-природе, полагаясь на таблетки и микстуры, созданные в лабораториях.

Если вам не безинтересна эта тема, добро пожаловать к нам. Лечение травами издавна применялось на Руси, и следует заметить, достаточно успешно. Фитотерапия – очень сильное и, при правильном применении, безвредное средство, при серьезном подходе к этому вопросу, может стать первой ступенью на пути к здоровому образу жизни. Растения обладают огромной целебной силой, которой они могут поделиться с человеком. С ранней весны и до поздней осени можно запастись огромным количеством чрезвычайно полезных для здоровья растений. Предлагаем ознакомиться с лечебными травами, растущими на Донских просторах.



**Тимьян ползучий** (Чабрец, или Чабрец обыкновенный, или Богородская трава) - полукустарник высотой до 15 см многолетник, побег стелется по земле, лишь цветоносные стебли приподнимаются или даже являются прямостоячими. В зависимости от среды обитания цветение продолжается с конца весны все лето, но созревание плодов происходит с середины лета до сентября. Является одним из лучших медоносов. Молодые листья и побеги тимьяна прекрасно подходят для салата и даже для засолки огурцов. Всевозможные настои, отвары и экстракт чабреца рекомендуют при заболеваниях острых и хронических дыхательных путей, туберкулёзе и бронхиальной астме. Тимьян ползучий характеризуется противомикробным, успокаивающим средством, эффективен при судорогах, сильный анальгетик, способствующий заживлению ран, обладает широким спектром действия при гельминтозах.



**Тысячелистник** - растение травянистое многолетнее, относящееся к семейству сложноцветных. Цветет все лето, захватывая осенние месяцы.



Ромашка лекарственная рекомендована для нормализации деятельности желудочно-кишечного тракта, активизирует функционирование центральной нервной системы, учащая дыхание, увеличивая в разы число сокращений сердца, обладает сосудорасширяющим действием, особенно для головного мозга. Большие количества эфирного масла могут спровоцировать головную боль и общее состояние слабости. Препараты ромашки лекарственной влияют на увеличение выделения соков желудка и кишечника; усиливают желчеотделение и повышают аппетит. Ромашка дает большой эффект при лечении бронхиальной астмы, ревматизма, кожных заболеваний, ожогов, желудочных заболеваний, колита, простуды, малярии, заболеваний, связанных с повышенной температурой, золотухе, при заболеваниях нервной системы, бессоннице. Помимо этого при чрезмерной возбудимости, невралгических болях, переутомлении. Наружно это растение рекомендуют применять при геморрое, при повышенной потливости ног, хорошо себя проявила ромашка в вопросах ухаживания за волосами, хорошее лечебное действие оказывает при гинекологических заболеваниях. При гриппозном состоянии рекомендуется делать ингаляцию горячим паром настоя ромашки.



**Татарник колючий** - растение двухлетнее травянистое колючее, принадлежащее семейству сложноцветных. Цветение продолжается все лето. В народной медицине татарник используют в качестве отвара при лечении злокачественных опухолей, гнойных ран, эффективен при лечении столбняка, язвах, при раке кожи, волчанке и скрофулезе, при ревматизме сосудов, незаменим как мочегонное средство, при болезненных ощущениях в мочевом пузыре, при простуде рекомендован к применению в виде отвара или порошка.



**Горец птичий** (топтун-трава, травямурава, гусятница). Горец птичий (спорыш) — это травянистое однолетнее растение, принадлежит к семейству гречишных, со стеблем, лежащим на земле. Время цветения начало лета - осень. Спорыш можно найти на пустырях, около дорог, в долинах рек. В лечебных целях применяется цветущая трава как средство для остановки кровотечений в послеродовом периоде или после аборта, а также при болезнях почек.



**Донник лекарственный** (желтый) - травянистое двулетнее растение, которое принадлежит семейству бобовых. Растение как правило цветет все лето. Его можно найти в оврагах, склонах балок, опушках леса, среди кустарников и высокой травы в степи, на лугах. Донник применяют при нервных заболеваниях, кардиоспазмах, мигрени, бессоннице, головной боли, меланхолии, болях в мочевом пузыре, кишечнике, метеоризме. Отвар, настой донника и мазь из его цветков рекомендуют применять для лечения, гнойных ран, мастита, фурункулеза, отита. Донник — ядовитое растение. Желательно его применять только в сборах.



**Душица обыкновенная** - растение травянистое многолетнее. Цветки маленькие, сиренево-розового цвета, образуют метелку. Время цветения июль—сентябрь. Встречается на опушках леса, лугах, в речных долинах. Душица обладает высоким бактерицидным действием, нормализует деятельность нервной системы организма, эффективна против воспалительных процессов, обеспечивает нормальное функционирование кишечника, мочегонное и желчегонное средство. Траву душицы рекомендуют к использованию при ангине, простудных, легочных и сердечных заболеваниях, диатезах, эпилепсии, золотухе, болезнях кишечника и желудка, при проблемах с желчным пузырем, печенью.



**Зверобой** - травянистое многолетнее растение. Цветки растения золотисто-желтые с характерными черными точками. Цветение продолжается весь летний период.



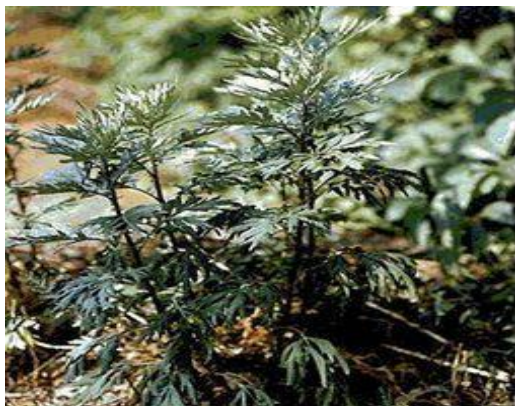
**Пырей** - корневище содержит сахаросодержащие элементы, гликозиды, спирты, большое количество витаминов, масло жирное и эфирное, полезные органические кислоты. Применение рекомендуется при лечении мочевых и желчных путей, болезней желудочно-кишечного тракта, к тому же им лечат фурункулез, рахит, хронические запоры, геморрой.



**Ромашка лекарственная** - растение, относящееся к семейству сложноцветных травянистое, однолетнее. Белые цветки собраны в соцветие корзинка. Цветение продолжается долго с весны до конца лета. Соцветия ромашки, как правило, без стеблей, с длиной цветоножки, не превышающей 3 см собирают в начале цветения, в период, когда язычковые краевые цветки в корзинках находятся горизонтально. Эфирные масла ромашки являются сильным дезинфицирующим и потогонным средством, способствуют уменьшению газообразования, обеспечивают обезболивание, препятствуют воспалительным процессам.



Цветение продолжается все лето до самой осени. Подорожник обладает кровоостанавливающим, бактерицидным, хорошо заживляет раны, характеризуется отхаркивающим и понижающим давление действием. Соком листьев подорожника большого лечат больных хроническими расстройствами желудочно-кишечного тракта, активно используется при острых и хронических энтеритах, при дизентерии и хронических нефритах, при легочных заболеваниях, эффективен в борьбе с фурункулами и другими неприятными заболеваниями кожи, обладает способностью к кровоостанавливанию и ранозаживлению, широко используется как мочегонное средство, а также при хронических легочных заболеваниях, эффективен при диспепсии, сахарном диабете, помогает при мужском и женском бесплодии, рекомендуют при заболеваниях глаз, при лечении рака, заболевании печени. Наружно советуют применять при рожистом воспалении, язвах, карбункулах ранах; свежесорванные, промытые в кипяченой воде, раздавленные листья помещают на пораженные части кожи или промывают настойкой из листьев.



**Полынь горькая** - настойку, отвар и экстракт растения чаще всего применяют как источник горечи для развития аппетита и активизации работы органов пищеварения. Находит применение полынь горькая при заболеваниях желчевыводящих путей, поджелудочной железы, колитах, при гельминтозе, при наличии дурного малоприятного запаха изо рта, при различных легочных заболеваниях, не исключая коклюш, туберкулез, острые респираторные заболевания.

Зверобой встречается на опушках, на лугах, в редких сосновых и лиственных лесах, на залежах, вырубках, песчаных склонах. Зверобой применяется при хронических расстройствах и заболеваниях желудка, при пародонтозе, стоматитах, колите, поносах, хронических воспалительных заболеваниях почек, желчнокаменной болезни.



**Клевер луговой** - травянистое многолетнее растение, принадлежащее семейству бобовых. Прямостоящие стебли клевера лугового слегка опушены. Листья с широкими прилистниками в виде треугольника длинночерешковые. Цветки клевера имеют темно-красный цвет, маленькие, собраны в соцветие головка. Цветет активно во второй половине лета (июле — августе). Произрастает в полях, на увлажненных лугах, склонах лесных опушек, покрытых травой, вдоль дорог и тропинок. Растение в народной медицине издавна используют при головокружении, заболеваниях легких (как отхаркивающее), шуме в ушах, при низком уровне гемоглобина, стенокардии, при нарушениях аппетита и в качестве мочегонного средства. Отваром и настоем соцветий клевера лечат воспаление глаз. В виде примочек используют при опухолях, ранах, ожогах, золотухе. Соцветие клевера применяют для заварки чая, а из молодых листьев растения приготавливают вкусные салаты.



**Конский щавель** - растение травянистое многолетнее, относится к семейству гречишных. Цветет в начале и середине лета. Встречается вдоль берегов рек, на лугах, на склонах холмов, а также в густых рощах, на лесных полянах или недалеко от дорог. Обладает бактерицидными свойствами. В небольших дозах конский щавель отличается вяжущими показателями, в больших — слабительным действием, причем послабляющее действие происходит спустя 10—12 часов после приема. Используется конский щавель в виде отвара, настоя или экстракта при лечении таких заболеваний, как колиты и их разновидности, геморрой, при возникновении трещин заднего прохода, можно применять как противогнилостное, кровоостанавливающее средство. Конский щавель противопоказан при беременности, заболевании почек.



**Крапива** - двудомное травянистое, многолетнее растение, принадлежащее семейству крапивных. Цветки имеют зеленоватый цвет. Цветет с середины июня до самой осени.



**Пижма обыкновенная** (Дикая рябинка) — растение травянистое многолетнее, относящееся к семейству сложноцветных. Стебель высокий прямостоячий, листья имеют перистое рассечение, при растирании сильно пахнущие, цветки желтого цвета, небольшие по размерам, в виде трубочек, собраны в соцветие корзинка. Цветет практически все лето. Пижму применяют при гельминтных заболеваниях, при заболеваниях печени, болезнях желудочно-кишечного тракта, при нервных расстройствах, воспалительных процессах в мочевом пузыре и почках, почечнокаменной болезни, при подагре, головных болях, малярии, при лихорадочных состояниях, туберкулезе легких, желтухе, ревматизме суставов, желтухе, вывихах и ранах, а также в случае эпилепсии.



**Подорожник большой** - широко известное растение травянистое многолетнее, относящееся к семейству подорожниковых.

Соцветие представляет собой длинный, густой колос в виде цилиндра, из маленьких цветков буроватого цвета.





**Одуванчик лекарственный** - растение травянистое многолетнее, относящееся к семейству сложноцветных. Цветение продолжается с мая по август. Корень и трава одуванчика эффективны при заболеваниях желчного пузыря, печени, желтухе, желчнокаменной болезни, при расстройствах желудочно-кишечного тракта, а именно при колитах и запоре, при геморрое, повышает качество пищеварения и действует возбуждающе на аппетит. Незаменим при лечении атеросклероза, анемии, при заболеваниях кожи. Молодые листья свежесорванного одуванчика используют в качестве ингредиента в салате.



**Пастушья сумка** - растение травянистое однолетнее, принадлежащее семейству крестоцветных. Цветки небольшого размера, белого цвета, собраны в вытянутую кисть. Трава является кровоостанавливающим средством, снижает давление, находит применение при остановке кровотечений внутреннего характера, при ранениях, для лечения лихорадки, поносе; отвар или сок свежего растения, разведенный водой рекомендуют применять при заболеваниях печени, печеночной колике, заболевании почек и мочевого пузыря, при нарушенном обмене веществ.

Уменьшает время свертывания крови, увеличивает количество гемоглобина и эритроцитов в крови, способствует улучшению обмена веществ, уменьшает содержание сахара в крови, является сильным противовоспалительным и заживляющим средством. Применяется в случае внутренних кровотечений, анемии, на стадиях раннего периода развития сахарного диабета, запорах. Крапиву также можно использовать при заболеваниях желчных путей и печени, для устранения нервных расстройств, лихорадке, ожирении. Отвар, а можно и настой корней крапивы советуют пить как средство для очистки крови при кожных заболеваниях, а также при глистных инвазиях, из отвара всего растения делают компрессы при опухолях. Водный настой цветков применяют при легочных заболеваниях. Из крепкого настоя листьев крапивы делают примочки при ранах, язвах и ожогах, является эффективным средством при перхоти, выпадении волос. При кровотечениях сок свежих листьев можно закапывать в нос. Из предварительно обваренной крапивы сооружают веники и парятся в банях при болезненных ощущениях в области поясницы или ревматизме суставов. Порошком из высушенных листьев можно присыпать гнойники и язвы. Крапиву помимо всего прочего используют еще для приготовления тонизирующих салатов и даже супов или борщей.



**Лопух большой (репей)** - растение, принадлежащее семейству сложноцветных, травянистое, двухлетнее широко применяется со времен наших прабабушек. Отвар и настой корней известны своим сильным мочегонным и потогонным действием.

Лопух применяется при диабете, подагре, почечнокаменной болезни и ревматизме, асците, геморрое, кожных заболеваниях, запоре, в случае отравлений, при венерических болезнях, болезненности в суставах, для избавления от гнойных застарелых ран, опухолей, используется часто как средство, способное улучшить обмен веществ, при каменной болезни почек и мочевого пузыря, при заболеваниях желудка, для укрепления волос. Ранние листья лопуха неплохо использовать для приготовления вкусных салатов и супов, а корни одного года жизни в пищу можно употреблять в сыром виде, вареными, печеными, жареными, а также могут заменить в супе картофель.



**Лох узколистый** - кустарник с красно-бурыми ветвями. Цветки белые, расположены в пазухах листьев. В народной медицине средства, полученные из плодов лоха, используют в качестве вяжущего средства при колитах, поносах и заболеваниях органов дыхания. Из настоя цветов изготавливают сердечные средства.



**Мать-и-мачеха** - растение, относящееся к семейству сложноцветных, травянистое, многолетнее.

Листья растут от корня, по размерам достаточно крупные, округлые по форме, сверху зеленые, опушенные, снизу голые. Цветение начинается весной в апреле — мае, относится к эфемерам. Растение отличается сильным действием противовоспалительного и смягчающего при отхаркивании характера, а также эффективным потогонным средством, мать-и-мачеху активно используют при заболеваниях органов дыхания, ангине, при болезненных ощущениях в желудочно-кишечном тракте, при нарушениях аппетита и при заболеваниях кожи, эффективно при воспалении вен ног, хрипоте. Компрессы из отвара или из раздавленных листьев можно применять наружно при нарывах, опухолях, воспалении вен, ожогах, ранах, при воспалении горла рекомендуются полоскания, при заболеваниях кишечника - клизмы.



**Мята перечная** - растение травянистое, многолетнее, принадлежащее семейству губоцветных. Цветет практически все лето, захватывая осень. Издавна листья мяты рекомендуют к применению при спазмах желудка и кишечника, поносе, метеоризме, тошноте и рвоте, эффективно как желчегонное средство, при камнях в желчном пузыре, при желтухе, в виде обезболивающего средства при печеночной колике, а также как стимулятор сердечной деятельности и как средство от головных болей, в случае нервных заболеваний и как следствие бессонницы, при воспалительных процессах в надкостнице среднего уха, при почечнокаменной болезни.

В спиртовом растворе 1:4 эфирное масло втирают в кожу головы при мигрени, очень действенна при кожных воспалениях и незаменима для ингаляций при респираторных заболеваниях.