

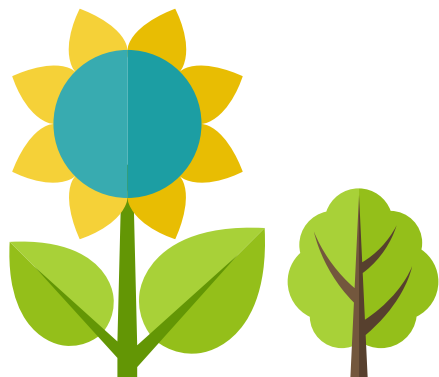


## ЭХИНАЦЕЯ ПУРПУРНАЯ (ECHINACEA PURPUREA)

Эхинацея пурпурная - многолетнее травянистое растение из семейства Астровые, высотой 80-120 см. Это рослое и необычайно красивое растение. Соцветия - крупные, цветки пурпурно-фиолетовые, прекрасный медонос. В зависимости от климата, начинает цвести в конце мая или начале июля. Эхинацея - светолюбивое, зимостойкое растение, предпочитает влажные плодородные почвы. Особого ухода не требует. Зацветает на второй год жизни. Продолжительность цветения до 75 дней. Эхинацея пурпурная прекрасно размножается семенами.

В качестве лекарственного сырья используют листья, цветы и стебли растения. Сбор травы и цветочных корзинок эхинацеи проводят в период активного цветения (июль-август), только с двухлетних и более старых растений. Корни и корневища заготавливают ранней весной, либо поздней осенью. Выкопанные корни отряхивают от почвы и промывают в проточной воде. Сбор листьев проводят в период массового цветения. Сушат сырье на чердаке или в хорошо проветриваемом помещении, только не на солнце. Высушенное сырье хранят в бумажных или картонных пакетах не более двух лет. Траву заготавливают во время цветения, срезая цветущие побеги длиной 25-35 см, которые употребляют свежими, а также сушат в тени.

Препараты на основе эхинацеи пурпурной обладают противомикробными, противомикотическими и антибактериальными свойствами. Но прежде всего эхинацея является сильным иммуностимулятором, повышая естественные защитные силы организма. Эхинацею используют при герпесе и кишечных инфекциях. Это растение часто применяют в качестве противовоспалительного средства. Эхинацея имеет способность заживлять трудные раны, язвы и экземы. Хорошее простудное средство, именно поэтому её применяют при ангине, ОРВИ и гриппе. В растении содержится много лечебных элементов и веществ, особенно важен из них бетаин. Именно он предотвращает появление симптомов инфаркта или инсульта.



## КОНТАКТЫ

**Проект «Содействие переходу Республики Беларусь к «зеленой экономике», финансируемый Европейским союзом и реализуемый Программой развития ООН**

**Почтовый адрес:**

1-й пер. Менделеева, 50/4, офис 402, г.Минск, 220037, Беларусь

**Телефон/факс:**

(+375 17) 245-29-69, (+375 17) 245-20-25, (+375 17) 245-16-05

### ПИЛОТНАЯ ИНИЦИАТИВА

**«СОЗДАНИЕ И РАЗВИТИЕ НА ТЕРРИТОРИИ МЯДЕЛЬСКОГО РАЙОНА УСЛОВИЙ И ИНФРАСТРУКТУРЫ ДЛЯ КУЛЬТИВИРОВАНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ МЕСТНЫМИ ЖИТЕЛЯМИ НА ЗЕМЛЯХ ЛИЧНЫХ ПОДСОБНЫХ ХОЗЯЙСТВ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ДОХОДА»**

**Учреждение по охране природы «Экология без границ»**

**Почтовый адрес:**

г. Минск, ул. Машиностроителей, д. 29, пом. 49 (оф. 201, к. 2)

Координатор инициативы Симончик Жанна:

тел. +375 387 03 90, моб. +375 296426211

**Консультант инициативы ЗАО «БелАсептика»**

Ольга Рогач, тел. +375 17 541 52 57, моб. +375296803113.

**Почтовый адрес**

Минский р-н, д.Цнянка, военный городок 137А,  
административное здание ЗАО «БелАсептика», комн.7



Проект финансируется  
Европейским союзом



Полноправные люди.  
Устойчивые страны.

## ПРОЕКТ

**«СОДЕЙСТВИЕ ПЕРЕХОДУ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ К «ЗЕЛеной» ЭКОНОМИКЕ», ФИНАНСИРУЕМЫЙ ЕВРОПЕЙСКИМ СОЮЗОМ И РЕАЛИЗУЕМЫЙ ПРОГРАММОЙ РАЗВИТИЯ ООН**

### ПИЛОТНАЯ ИНИЦИАТИВА

«Создание и развитие на территории Мядельского района условий и инфраструктуры для культивирования лекарственных растений местными жителями на землях личных подсобных хозяйств для получения дополнительного дохода», осуществляемая Учреждением по охране природы «Экология без границ» при поддержке ЗАО «БелАсептика» и Мядельского районного исполнительного комитета.

## ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ





## ВАЛЕРИАНА ЛЕКАРСТВЕННАЯ (VALERIANA OFFICINALIS):

Валериана лекарственная - травянистое многолетнее растение высотой до 2 м. Относится к семейству валериановых. Лекарственным сырьем служат двулетние корневища с корнями.

В первый год жизни у лекарственного растения валерианы появляется только листья, на второй год его жизни вырастает разветвленный соцветии, полый внутри и прямой стебель. Цветки ароматные, мелкие, обоеполые, бледно-розового цвета, собраны в щитковидное соцветие на верхушке стебля. Растение цветет в июне – июле.

Мед собранный из нектара валерианы обладает сосудо-укрепляющим эффектом, успокаивает нервную систему.

Заготавливают корни валерианы во второй половине лета и осенью — с июля по октябрь, желательно делать это после облетания семян. Корневища с корнями выкапывают лопатой, тщательно отряхивают от почвы, отрезают и выбрасывают надземные части, толстые корневища разрезают вдоль, после чего основательно промывают в корзинах, опускаемых в проточную воду. Вымытое сырье провяливают на открытом воздухе, а затем сушат на чердаках, в сараях, в теплых помещениях или в сушилках при невысокой температуре, чтобы не улетучилось эфирное масло. Сырье при мойке и сушке нужно оберегать от кошек, которые чувствуют валериану по запаху на большом расстоянии и растаскивают сырье. Сухое сырье перебирают. Хорошо высушенный валериановый корень имеет сильный своеобразный запах, его нужно хранить в сухом месте, отдельно от других растений. Нельзя допускать промерзания сырья, так как это ведет к потере его лекарственных качеств. Хранить сухое сырье можно в течение 3 лет.

Лечебное действие валерианы определяется сложным комплексом содержащихся в ней веществ. Она уменьшает возбудимость центральной нервной системы, снимает спазмы гладкой мускулатуры, способствует расширению сосудов сердца и понижению кровяного давления. Препараты из корневищ и корней валерианы широко применяют как

успокаивающее средство при нервном возбуждении, бессоннице, нервных расстройствах, судорогах, вегетативно-сосудистой дистонии, в частности с явлениями спазма венечных сосудов сердца, при повышенной возбудимости и учащенном сердцебиении в связи с повышенной функцией щитовидной железы, а также при спастических состояниях желудка и кишечника.



## КАЛЕНДУЛА ЛЕКАРСТВЕННАЯ (CALENDULA OFFICINALIS)

Календула лекарственная, однолетнее травянистое растение, высотой до 75 см, с сильным своеобразным запахом. Стебель прямостоячий, простой или слабо разветвленный, густолиственный. Листья покрыты волосками. Цветки в соцветиях - корзинках, краевые - язычковые, срединные - трубчатые, оранжевого или желтого цвета. Цветет календула лекарственная с июня по октябрь, плоды созревают в июле-сентябре. В качестве лекарственного сырья используются цветки календулы.

Размножается семенами. Период цветения и созревания семян очень растянут. Растение не требовательно к теплу, влаге, почве, но светолюбиво.

Заготавливают свежераспустившиеся соцветия календулы в фазе раскрытия в них не менее половины цветков. За лето делают 10-20 сборов. При систематической частой уборке образуются новые соцветия, и цветение продолжается до заморозков, от чего урожай повышается. Опоздание с проведением сбора приводит к завязыванию семян, снижению интенсивности цветения и ухудшению качества сырья. Сушат в сушилках при температуре 50–60 °С, или под навесами при хорошем проветривании.

Срок годности сырья - 2 года.

Настой цветков календулы оказывает противовоспалительное, антисептическое и желчегонное действие. Его используют при гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах, энтероколитах, заболеваниях печени и желчевыводящих путей; способствует нормализации сердечной деятельности и уменьшает отеки. Наружно (в виде полосканий) - при болезнях полости рта (молочница у детей), при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, ангиах. Кроме того, настойку календулы используют наружно при мелких ранах, порезах, ожогах.



## ТМИН ОБЫКНОВЕННЫЙ (CARUM CARVI)

Тмин обыкновенный — двулетнее растение со стержневым корнем в форме веретена или репы и прямостоячим ветвистым стеблем. Листья напоминают листья укропа, ярко-зеленого цвета. Цветки мелкие, чаще всего белые. Плоды продолговатые, распадаются в зрелом состоянии на два серповидных плодика.

Цветет тмин обыкновенный с мая по июнь (июль). В качестве лекарственного сырья используют плод тмина.

Заготавливают тмин на второй год. Собирают семена (плоды) в конце августа или в сентябре при побурении большей части семян. Семена нужно осторожно собирать так как они легко осыпаются с растения. Сушат семена теплом сухом месте без доступа прямых солнечных лучей. Вещества, содержащиеся в плодах тмина, оказывают действие на различные системы организма. Тмин усиливает отделение желчи и деятельность пищеварительных желёз, снижает процессы гниения и брожения в кишечнике, снимает спазмы гладкой мускулатуры кишечника и тем самым способствует нормализации процесса пищеварения. Тмин рекомендуют при атонии, как мягкое слабительное средство, при метеоризме, для улучшения аппетита.

