

08.10 группа 1, 09.10 группа 2, 10.10 группа3

Практическая работа.

Сбор и обработка лекарственных растений. Терн.

Дорогой друг, для выполнения практических работ по сбору лекарственных растений, предлагаем тебе собрать такие растения: боярышник, шиповник, каштан, тёрн.

Сегодня, мой дорогой друг, мы будем с тобой собирать тёрн

Тёрн

Полезные свойства, рецепты и корень тёрна



Тёрн, или терновник, представляет собой кустарник семейства сливовых. Плодоносит он ягодами округлой формы, черного или темно-синего цвета, поверхность которых покрыта восковым налетом. Вкус мякоти кисло-сладкий и терпкий. В замороженном виде плоды становятся более сладкими. В них содержатся сахара, органические кислоты, пектины, красящие вещества, эфирные масла, витамины С и Р.

Благодаря наличию дубильных веществ терн обладает вяжущими свойствами. А наличие пектинов оказывает адсорбирующее действие. Отвары, настои и сок терна обладают противовоспалительным, диуретическим, слабительным, отхаркивающим свойствами.

Рецепты на основе терна

Сок из терна: плоды следует очистить от косточек, нагреть до температуры 60–70 °С, размять, выжать сок, разлить в банки.

Отвар плодов: 1 столовую ложку свежего или сушеного сырья необходимо залить 1 стаканом кипятка и настаивать 1 час. Пить средство рекомендуется по утрам натощак 4 дня.

Настой цветков терна № 1: 2 чайных ложки измельченных цветков (сухих или свежесобранных) требуется настоять в стакане холодной воды 8 часов. Принимают лекарство по 1–2 столовых ложки 4–5 раз в день в качестве мочегонного средства при заболеваниях почек, печени, для очистки кожи при аллергии, угрях и фурункулезе.

Настой цветков терна № 2: нужно настоять 1 столовую ложку цветов в 1 стакане теплой кипяченой воды 40 минут и пить по 1 стакану в день в качестве слабительного средства.

Настой листьев терна: 1 столовую ложку измельченных листьев следует залить 1 стаканом горячей воды, кипятить 15 минут, остудить, процедить, отжать. Принимают настой по 1/2 стакана 3 раза в день до еды.

Чай из цветков и листьев терна: 2 чайных ложки сырья необходимо залить 1/4 л воды, медленно довести до кипения и процедить. Выпивать рекомендуется 2 чашки чая в день.

Ягода терна



Ягоды терна используют для приготовления различных витаминизированных напитков, вин, настоек, компотов, сиропов, отличающихся приятным ароматом и превосходным вкусом. Лучшее время сбора плодов – после первых морозов. Сушку производят под солнцем или в печи. Свежие и сухие ягоды помогают при болезнях желудочно-кишечного

тракта. Особенно ценен сок терна в период обострения болезней, при воспалении почек и печени, нарушении обмена веществ, а также при авитаминозе.

Сок ягод противостоит микробам и инфекции, поэтому его пьют при расстройствах желудка, вызванных микробами и паразитами. Употребление плодов рекомендуется при дизентериях, пищевых отравлениях. Ягоды способствуют выведению из организма солей натрия. Из-за большого содержания витамина С терн незаменим при простудах. Целебные свойства можно получить из тернового вина, избавляющего от инфекционно-кишечных заболеваний. Соком лечатся некоторые кожные болезни, примочки и аппликации пойдут на пользу при экземах.

Цветки терна

Цветки заготавливают в период появления бутонов, листья – после цветения. Настой цветков укрепляет иммунитет, оказывает мочегонное и потогонное действие, полезен при гипертонии. Отвар лечит запоры, болезни печени. Антимикробные свойства помогают устранять гнойные процессы на коже, отвар также снимает тошноту и одышку.

Отвары положительно влияют на проницаемость сосудов, на лечение аденомы простаты. Их успокаивающие свойства помогают при невралгии.

Корень терна

Корни терна выкапывают осенью. После того как корни провялятся на солнце, их помещают в сушильный аппарат или печь. Средства из корней оказывают потогонное и жаропонижающее действие, используются при поносах, в период респираторных заболеваний, улучшают общее состояние при малярии.

Отвар из коры и корней. 1 способ: взяв 1 часть коры и корней на 20 частей воды, принимать состав по 1–2 столовой ложки 4–5 раз в день в качестве потогонного и жаропонижающего средства. 2 способ: заварить в 200 мл кипятка 5 г коры или корня, поставить на водяную баню, кипятить 30 минут

и пить по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Кору срезают до появления цветков.

Настойка терна

Есть прекрасный рецепт настойки такой уникальной ягоды. Для приготовления лекарственного средства заготовленные ягоды желательно не мыть, отобрать неповрежденные и засыпать в банку, после чего залить 70%-й водкой, покрыв на 5 см больше уровня плодов. По мере того как водка будет впитываться, её следует доливать. Три месяца спустя жидкость необходимо слить, ягоды пересыпать сахаром. Если плодов 10 кг, то сахара нужно 1,5 кг.

Ягоды выдерживают ещё месяц до образования сиропа, затем их нужно отфильтровать и смешать с той жидкостью, которую мы отделили от ягод вначале. Невероятный аромат настойки появится через полгода.

Терн колючий

Терн колючий растет в Азии, на западе Европы, в европейской части России, на просторах Средиземноморья, в Сибири и на Кавказе. Это плодовая косточковая культура, которую специально выращивают у себя на приусадебном участке те, кто знает о целительной силе ягод. Сок ягод назначают не только взрослым, но и детям для решения проблем, связанных с желудком, потерей аппетита, при отравлениях. Кандидоз, бели у женщин лечатся отваром.

Отвар из ягод: 200 мл кипятка, 5 г коры или корня терна следует поставить на водяную баню, кипятить 30 мин. Пить средство рекомендуется по 1/3 стакана 3 раза в день после еды. Можно делать спринцевания, разводя отвар водой в пропорции 1:1.

Терн дикий

Терн дикий растет на заброшенных участках, хорошо плодоносит. Он является прародителем культурных сортов, их насчитывается около 200 видов. Весной крона растения покрывается белым цветом, вокруг распространяется душистый запах. Напитываясь живыми соками почвы,

кустарник плодоносит ягодами, созревающими под солнцем в конце сентября, они приобретают силу солнечной энергий и отдают её людям.

Противопоказания к применению терна

Помните, что съедобна только мякоть ягод. Они могут быть противопоказаны при индивидуальной непереносимости. Это незначительные недостатки терна, достоинств у него значительно больше.

Результаты практических работ присылайте на электронный адрес lipko.oksana@mail.ru

15.10 группа 1, 16.10 группа 2, 17.10 группа 3.