



Фітотерапія. Поняття про лікарські рослини

Виконала студентка IV курсу

за скороченим терміном навчання освітнього

рівня бакалавр

факультет соціальної педагогіки та психології,
спеціальності

053 «Психологія» .

Заочне відділення. Групи (6.0533-з-с2)

Бондаренко Анна Юріївна

Викладач: кандидат медичних наук, доцент Позмогова
Наталія Василівна



Фітотерапія-це (від грец. phytos — рослина, therapeia — лікування). Це метод лікування та профілактики хвороб за допомогою лікарських рослин та препаратів із них

Лікарські рослини містять біологічно активні речовини (БАР) вони є джерелом отримання сировини для медицини у таких сферах застосування як косметології та дієтології



В Україні росте понад 4 тис. видів вищих рослин, з яких близько 800 використовуються в народній та доказовій медицині. Офіційною визнано понад 200 видів.

Траволікування на українських землях має тисячолітню історію. Це фундамент, на якому тримається сучасна фармакологія. Ще з Трипільської культури та скіфів. Археологічні знахідки (залишки насіння, пилку та керамічного посуду для витяжок) свідчать, що вже тоді люди знали про антисептичні властивості полину та шавлії





**Монастирська медицина (XI ст.):
Ченці Києво-Печерської лаври були
першими професійними
«фітотерапевтами». Знаменитий
Агапіт Печерський лікував хворих
саме зіллям.**

**Перша енциклопедія (1130-ті роки):
Онука Володимира Мономаха,
Євпраксія-Зоя, написала трактат
«Мазі» (Алімма), де детально
описала лікувальні властивості
рослин. Це був перший медичний
твір, створений жінкою в Європі.**





Козацька «швидка допомога»: Українські козаки у походах використовували деревій (кривавник) для зупинки кровотеч. Сучасні дослідження підтверджують, що він містить алкалоїд ахілеїн, який прискорює згортання крові без утворення тромбів. Також вони жували корінь лепехи (аїру) для знезараження води та профілактики захворювань ясен.

Рослина-антибіотик: Звіробій в народі називали «ліками від 99 хвороб». Він має доведену клінічну ефективність не лише як антисептик, а й як природний антидепресант. У деяких країнах Європи препарати звіробою офіційно призначають при легких формах депресії частіше за синтетичні ліки.



Багато рослин, які збирали наші предки, сьогодні входять до складу офіційних аптечних препаратів. Ось «золотий фонд» української флори:

Ромашка аптечна-це антисептик. Використовується для лікування ШКТ (як спазмолітик) та полоскання при запаленнях шкіри й горла.

Шипшина: Основне природне джерело вітаміну С. Використовується для зміцнення імунітету та лікування печінки (препарат «Холосас»).

Валеріана лікарська-це природний седативний (заспокійливий) засіб.

Черeda та Календула: Незамінні при захворюваннях шкіри. Черeda — перший засіб для купання немовлят (знімає діатез).

Липа: Найпопулярніший потогінний та жарознижувальний засіб при застуді.



Класифікація ЛР

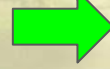
За фармакологічною дією:



Седативні



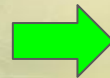
Серцево-судинні



Відхаркувальні



Жовчогінні

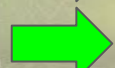


Сечогінні та протинабрякові

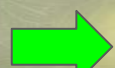
За складом:



Алкалоїдні



Ефірні(олійні)



Вітамінні.





ВЛАСТИВОСТІ РОСЛИН:

Антибактеріальні та протизапальні.
Здатність пригнічувати ріст мікробів
(Фітонциди).

Приклади: Чебрець, Евкалипт, Шавлія.

Знеболювальні (Аналгетичні). Рослини, що
впливають на больові рецептори.

**Приклади: М'ята перцева (ментол), Кора
верби (природний аспірин).**

Заспокійливі (Седативні). Вплив на ЦНС.

**Приклади: Валеріана лікарська, Меліса,
Лаванда.**





За дією:

Стимулюючі та тонізуючі рослини: Левзея та елеутерокок («корені життя»), які підвищують працездатність та допомагають при втомі.

Вітамінні рослини: Джерела вітамінів, які підвищують імунітет (шипшина, чорна смородина).

Кровоспинні рослини: Важливі при травмах та внутрішніх кровотечах.

Адаптогени: Рослини, що допомагають організму пристосуватися до стресу та радіації мають антирадіаційну дію.





Небезпечні рослини Запорізької області

Болиголов плямистий -росте вздовж річок (зокрема біля Дніпра), у вогких ярах та занедбаних садах. Його часто плутають з їстівними зонтичними рослинами (петрушкою чи кропом). Містить отруту коніїн, яка викликає висхідний параліч (починається з ніг і піднімається до дихальних м'язів). Стебло в нижній частині має характерні червоно-бурі плями.

Чемериця Лобелієва-зустрічається на вологих луках у заплавах річок області.

Надзвичайно токсична при вживанні всередину. Навіть пилок або сік рослини може викликати сильне подразнення слизових оболонок та шкіри.

Впливає на серцево-судинну систему, викликаючи різке зниження артеріального тиску.



Беладона звичайна-зустрічається у лісах та лісосмугах.Небезпечна тому,що містить алкалоїд атропін. Навіть декілька з'їдених ягід (схожих на вишню) можуть спричинити смерть.Симптоми:Сильна сухість у роті, розширення зіниць (не реагують на світло), галюцинації, марення.

Блекота чорна-поширена в нашому степовому краї, часто росте як бур'ян біля доріг та на пустирях.Небезпечна: Усі частини рослини отруйні. В народі кажуть «блекоти об'ївся», що описує стан психічного збудження.Дія: Викликає параліч дихального центру.

Дурман звичайний-представник флори півдня України. Його легко впізнати за великими білими квітами-грамофонами та колючими плодами.

Небезпечний тим ,що містить комплекс алкалоїдів (скополамін, гіосциамін). Насіння дурману часто стає причиною важких отруєнь.

Симптоми: Порушення мовлення, судоми, втрата орієнтації, сильне серцебиття.



Правила збору та вживання:

Тільки в екологічно чистих зонах (лісах, луках). Бажано подалі від доріг не менше як 500 метрів), сміттєзвалищ та заводів.

Не можна вживати фітопрепарати при алергії (полінозі).

Важливо дотримуватися точного дозування (краплі, мілілітри, грами).

Календар збору



Бруньки: Березень-Квітень.



Кора: Квітень-Травень .



Листя та Трава: Під час цвітіння.



Корені: Осінь або рання весна.



Шкіра та косметологія

- Регенеруюча
- Асептична

ЛР: череда, ромашка, календула

Серцево-судинна система

- Серцеві глікозиди.
 - Зниження АТ
- ЛР: Конвалія травнева, собача кропива, глід (нормалізує ритм).

Сечостатева система

- Діуретична
 - Антибактеріальна
- ЛР: хвощ польовий, ведмежі вушка, ялівець

ШКТ

- Проносна
 - Обволікаюча
 - Захисна
- ЛР: льон, ромашка, сенна.

Опорно-рухова система

- Знеболююча
 - Протизапальна.
- ЛР: шабельник, сабальник.



Небезпечно збирати та вживати:

Рослини — це «губки», вони накопичують важкі метали та радіонукліди. Не можна купувати трави «з рук» біля трас.

Не використовуйте отруйні рослини (дурман, блекоту) для самолікування, навіть зовнішньо — шкіра також всмоктує токсини.

Деякі рослини лікують лише у мікродозах, а в звичайних — вбивають.

Беладона (красавка), Наперстянка, Чемериця.

Список використаної літератури

1. **Грейда Н. Б.** Фітотерапія: конспект лекцій. — Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2023. — 77 с.
 2. **Сучасна фітотерапія:** навч. посібник / С. В. Гарна, І. М. Владимірова, Н. Б. Бурд та ін. — Харків: Друкарня Мадрид, 2016. — 580 с.
 3. **Кобзар А. Я.** Клінічна фармакогнозія / А. Я. Кобзар. — Київ: Медицина, 2004. — 473 с.
 4. **Фармакогнозія:** підручник / І. А. Бобкова, Л. В. Варлахова. — 3-є вид. — Київ: Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2018. — 504 с.
- Фітодовідник** / Л. В. Бензель, П. В. Олійник, В. Є. Бабій. — Львів: Галицька видавнича спілка, 2004. — 292 с.
- Лисюк Р. М., Шляхта Я. М.** Цілющі деревні рослини: навч. посіб.-довідн. — Київ: Знання, 2014. — 221 с.
- Носаль М. А., Носаль І. М.** Лікарські рослини і способи їх застосування в народі. — Київ: Здоров'я, 1991. — 240 с.
- Товстуха Є. С.** Фітотерапія. — Київ: Здоров'я, 1990. — 304 с.



ДЯКУЮ ЗА УВАГУ

