

«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ЧАСТОБОЛЕЮЩИХ ДЕТЕЙ»

Основными лекарственными формами при использовании растений являются настои и отвары, которые обычно готовятся в соотношении 1 к 10.

Лекарственное растительное сырье - это высушенные, реже свежесобраные растения или их части, используемые в качестве источника для получения лекарственных средств.

При использовании лекарственных растений для детей следует придерживаться правила, чтобы фитопродукция была приятна по своим вкусовым качествам и не вызывала у ребенка негативной реакции. Для этого применяются вкусовые добавки в виде сахара, меда (при отсутствии непереносимости), сиропа шиповника, сиропа алтейного корня, варенья.



Фитотерапия — это одна из самых древних медицинских наук. В переводе с греческого она означает лечение травами.

Часто болеющим детям целесообразно назначать лекарственные растения, обладающие следующими свойствами:

Иммуномодулирующими

-фитоадаптогены - корень и корневища элеутерококка, корень аралии, родиолы розовой;

-растения, содержащие природные полисахариды, - корень алтея, лен, ламинария, листья подорожника, мать-и-мачехи и т.д.;

-растения, содержащие антоцианы (природные индукторы интерферона), - плоды аронии черноплодной, черной смородины, черники; трава зверобоя, фиалки трехцветной и т.д.;

-растения, содержащие инулин (корень лопуха, девясила и т.д.), комплекс флавоноидов и витамина Р (кожура лимона, трава гречихи), дубильные вещества, катехины.

Противоаллергическими

- трава фиалки трехцветной, корень солодки голой, трава

череды, листья березы и т.д.

Противовоспалительными - цветки ромашки аптечной, календулы, листья шалфея, эвкалипта, трава зверобоя, душицы, чабреца, тимьяна, плоды аниса, фенхеля, листья мать-и-мачехи, корень солодки голой и т.д.

Отхаркивающими

- плоды аниса, фенхеля, трава душицы, тимьяна, чабреца, корень девясила, листья подорожника большого, мать-и-мачехи, корень солодки голой и т.д.

Седативными

- корень валерианы, трава пустырника, соплодия хмеля, плоды фенхеля, листья мяты перечной, цветки липы, ромашки аптечной и т.д.

Содержащие витамины

- плоды шиповника коричневого, облепихи, рябины обыкновенной, черной смородины, аронии черноплодной, листья крапивы, плоды и листья земляники, цветки календулы.

Нормализующие микрофлору кишечника

- корень девясила, трава душицы, тимьяна, чабреца, зверобоя, тысячелистника, цветки ромашки аптечной, листья шалфея, эвкалипта, плоды черники и т.д.

Мочегонные

- листья брусники, толокнянки, трава хвоща полевого и т.д. (при

сочетании частой
заболеваемости с
гипертензионно-
гидроцефальным
синдромом, почечными,
метаболическими
нарушениями).

Основными
лекарственными формами
при использовании
растений являются настои
и отвары, которые обычно
готовятся в соотношении
1 к 10

Лекарственное
растительное сырье - это
высушенные, реже
свежесобранные растения
или их части,
используемые в качестве
источника для получения
лекарственных средств.

При использовании
лекарственных растений
для детей следует
придерживаться правила,
чтобы фитопродукция
была приятна по своим
вкусовым качествам и не
вызывала у ребенка
негативной реакции. Для
этого применяются
вкусовые добавки в виде
сахара, меда (при
отсутствии
непереносимости), сиропа
шиповника, сиропа
алтейного корня, варенья.



Фиточай с иммуностимулирующим и свойствами для часто болеющих детей «Марина»

Корень элеутерококка или
родиолы розовой - 1
часть, плоды шиповника
коричневого - 2 части,
цветки ромашки аптечной
- 1 часть, листья мать-и-
мачехи - 1 часть, трава
фиалки трехцветной - 1
часть.

**Методика пригото-
вления:** 1 ст. ложку
растительного сбора
заливают 1 стаканом
кипятка. Настаивают в
термосе 30 мин,
процеживают, отжимают,
фильтруют, используют
сразу.

Разовая доза: детям до 3
лет - 1 ч. ложка,
с 4 до 7 лет - 1 дес. ложка.
Давать 3-4 раза в день. К
нужному количеству
добавлять кипяченую
воду до 30 - 50 мл и
вкусовую добавку.

Примечание: данный
фиточай не следует давать
детям перед сном из-за
возможного
возбуждающего действия
адаптогенов.

Фиточай с седативными свойствами «Гоша»

Корень валерианы - 1
часть,
трава пустырника - 1
часть,
листья мяты перечной - 1
часть,
цветки ромашки аптечной
- 1 часть,

плоды фенхеля или
укропа огородного - 1
часть.

**Методика пригото-
вления** и дозы те же.

Фиточай для улучшения аппетита «Татьяна»

Корень валерианы - 1
часть, трава пустырника -
1 часть, плоды фенхеля
или укропа - 1 часть,
плоды тмина - 1 часть,
цветы календулы - 1
часть.

**Методика пригото-
вления** и дозы те же.

Фиточай общеукрепляющий, витаминный «Вита»

Плоды шиповника
коричневого - 2 части,
плоды аронии
черноплодной - 2 части,
плоды рябины
обыкновенной - 2 части,
плоды черники - 1 часть,
листья крапивы
двудомной - 1 часть,
плоды малины - 1 часть.

**Методика пригото-
вления** та же.

Разовая доза: детям до 3
лет - 30 мл, 4-7 лет - 50
мл.

Можно использовать
вкусовую добавку.



Воспитатель высшей
квалификационной категории
Волынцева Т.С.