

Кориунов Богдан Александрович

учащийся

Научный руководитель

Денисова Марина Александровна

учитель

МОУ «Лицей №5 им. Ю.А. Гагарина Центрального района Волгограда»

г. Волгоград, Волгоградская область

МАТЬ-И-МАЧЕХА – УНИВЕРСАЛЬНОЕ ЛЕКАРСТВЕННОЕ СРЕДСТВО

Аннотация: в статье рассматривается мать-и-мачеха – растение, используемое в народной медицине в лечебных целях. Автором был проведен анализ целебных свойств растения, в результате чего был сделан следующий вывод: противовоспалительные, смягчающие свойства мать-и-мачехи позволяют ей быть ценным средством при лечении различных заболеваний.

Ключевые слова: лекарственные растения, лечебные свойства, мать-и-мачеха, народная медицина.

Введение

Этой осенью я заболел, меня долгое время мучал сильный кашель. Мама заварила мне травяной чай из листьев мать-и-мачехи, чтобы облегчить этот болезненный симптом. И вот, уже после нескольких дней приёма отвара мне стало намного легче, тогда я задумался: «А где еще может использоваться это чудесное растение?».



Рис. 1

Актуальность темы

На сегодняшний день существует огромный выбор лекарств, они выпускаются в разных формах: таблетки, сиропы, порошки и в жидком виде. Все лекарства имеют противопоказания и побочные действия. В свою очередь, лекарственные растения имеют меньше противопоказаний и оказывают меньше отрицательного эффекта на организм человека.

Поэтому свою работу я решил посвятить теме лекарственных растений на примере мать-и-мачехи.

Гипотеза исследования

Гипотеза моего исследования состоит в том, что мать-и-мачеха является универсальным лекарственным средством и подходит абсолютно всем. Но так ли это на самом деле?

Цель и задачи исследования

Цель исследования: определение свойств и области применения мать-и-мачехи.

Задачи исследования.

1. Изучить растение «мать-и-мачеха».
2. Рассмотреть её лечебные свойства.

3. Определить есть ли у мать-и-мачехи противопоказания и побочные действия, как у лекарственных препаратов.

Методы исследования

- анкетирование одноклассников;
- чтение книг и просмотр научно-популярных телепередач;
- поиск информации в глобальной сети интернет;
- наблюдения и эксперименты: приготовление настоя из мать-и-мачехи;
- анализ полученных сведений.

Анкетирование одноклассников

Начать своё исследование я решил с опроса одноклассников, чтобы узнать, что они знают о полезных растениях, применяемых в лечебных целях. В анкетировании участвовало 32 человека.

Рассмотрим результаты опроса:



Рис. 2

1. Знаете ли вы, что за растение изображено на рисунке?

- а) Мать-и-мачеха – 7 человек
- б) Одуванчик – 15 человек
- в) Горлицей весенний – 10 человек;

2. О каких растениях вы слышали или читали?

- Молочай – 1 человек;
- Мать-и-мачеха – 13 человек;

Ромашка – 24 человека;

Женьшень – 6 человек;

Крапива – 23 человека.

3. Слышали ли вы что-нибудь о растении мать-и-мачеха?

Да – 11 человек, Нет – 21 человек;

4. Как вы считаете мать-и-мачеха – полезное растение?

Да – 10 человек, Нет – 3 человека, Не знаю – 19 человек;

5. Используют ли мать-и-мачеху в медицине?

Да – 7 человек, Нет – 3 человека, Не знаю – 22 человека.

Сравнение традиционной и народной медицины

В современном мире существует большой выбор лекарств, но несмотря на их эффективность, важно помнить, что приём этих средств может нести определённые негативные последствия для организма.

1. Лекарства состоят из искусственно синтезированных химических веществ.

Приём некоторых лекарственных препаратов вредит развитию иммунитета.

2. Многие лекарства имеют побочные эффекты – тошнота, головокружение, сонливость и т. д.

3. Длительный приём лекарств оказывает большую нагрузку на печень и почки, которые очищают организм от вредных веществ.

Исходя из этих факторов можно сделать вывод о том, что в некоторых случаях лучше обойтись без применения лекарственных препаратов и прибегнуть к методам проверенной народной медицины. Поэтому применение мать-и-мачехи остаётся актуальным и в наши дни, особенно для тех, кто предпочитает натуральные методы лечения и ухода за здоровьем.

Характеристика мать-и-мачехи (Tussilago farfara)

Tussilago farfara, или Мать-и-мачеха обыкновенная – многолетнее невысокое травянистое растение, которое зацветает весной одним из первых, усеивая мелкими жёлтыми цветками все болотистые низменности и каменистые склоны, верхняя сторона листьев гладкая и имеет насыщенный зелёный цвет, а нижняя сторона бледно-зелёного цвета и вся покрыта мелкими мягкими вор-

синками. Растение встречается в лесной, лесостепной и степной зонах Европы и Западной Сибири, на рисунке ниже показана область естественного распространения мать-и-мачехи.

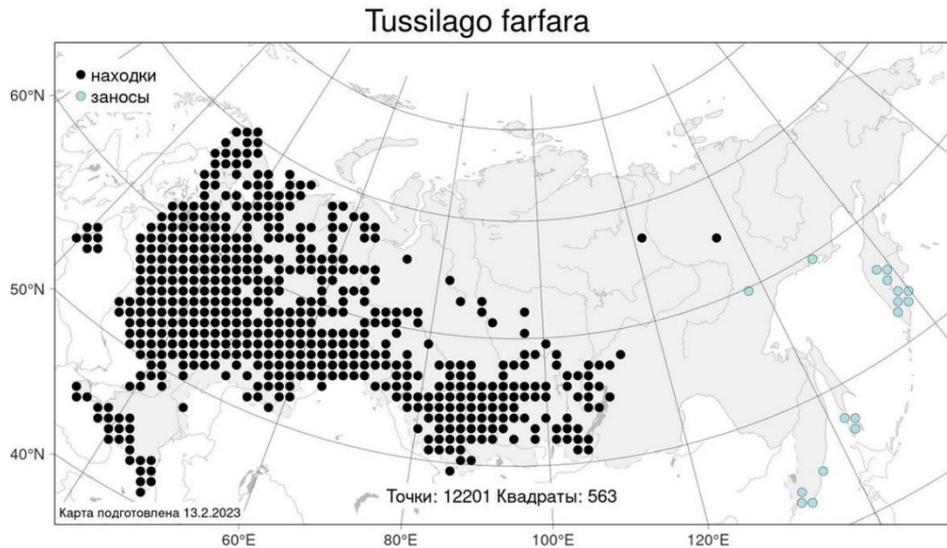


Рис. 3

Произрастает мать-и-мачеха по берегам рек, водоёмов, на полях, в огородах, на влажных лугах, около дорог, на отвалах карьеров. Название его происходит от листьев растения – сверху гладкие и холодные, а снизу – мягкие и тёплые, будто войлочные. Кому-то в прошлом это напомнило сравнение материнской любви с холодностью мачехи.



Рис. 4



Рис. 5

Применение мать-и-мачехи в медицине

Мать-и-мачеха с давних пор применяется человеком, как лечебное средство. Она популярна, как в народной, так и в современной медицине, для лечения различных заболеваний. В рецептах народных целителей используют цветочные корзинки и листья мать-и-мачехи, из которых готовят отвары и настои. Листья и соцветия входят в состав грудного и потогонного травяных сборов. Свежий сок листьев назначают как для внутреннего, так и для наружного применения. Экстракт из листьев с сиропом применяют во время восстановительной терапии. Наружно мать-и-мачеха используется в виде примочек (готовят кашицу из свежих листьев) и компрессов.



Рис. 6

В основном, её используют как отхаркивающее, смягчающее, противовоспалительное, легкое потогонное, желчегонное и слабое спазмолитическое средство. В научной медицине настой листьев мать-и-мачехи назначают при ларингитах, хронических бронхитах, бронхиальной астме. Оправдала она себя и как эффективное дезинфицирующее средство при абсцессе и гангрене легких. В народной медицине, кроме этого, её используют при обеззараживании гнойных ран, а настой из листьев рекомендуют при горячке, воспалительных процессах в желудке, кишечнике, почках и мочевого пузыря, при водянке, общем физическом истощении, для повышения аппетита и улучшения процессов пищеварения.

Сок листьев мать-и-мачехи считают действенным потогонным и желчегонным средством, а настой листьев используют для полосканий при ангине. Она также способна снижать симптомы аллергических реакций, таких как зуд, высыпания и краснота. Немалое применение мать-и-мачеха находит и в косметологии – на её основе делают маски для лица, обеспечивающие противовоспалительный и смягчающий эффект.



Рис. 7

Как и все лекарственные препараты, мать-и-мачеха, имеет некоторые противопоказания и побочные эффекты. Оно не рекомендуется для беременных женщин, кормящих матерей, детей младше 2 лет и людей с определенными заболеваниями, такими как язвенная болезнь желудка или кишечника. Длительное или неправильное использование также может вызвать побочные эффекты, такие как диарея. Нужно учитывать и индивидуальную непереносимость.

Интересные факты

Факт №1. Иногда мать-и-мачеху называют «туссилаго», что происходит от её латинского названия «tussilago». Оригинальное название сформировано из латинских слов, означающих «кашель» и «прогонять», и может быть примерно переведено, как «кашлегон».

Факт №2. Внешне мать-и-мачеха похожа на одуванчик – цветочки у неё жёлтые, а после цветения на ней появляются пушистые белые шарики из семян, которые повсюду разносит ветер. И действительно, оба они входят в семейство астровых, но принадлежат к разным родам, и потому, строго говоря, практически ничего общего не имеют.

Факт №3. В средней полосе России цвести мать-и-мачеха начинает одной из первых, ещё в апреле. Пчеловоды считают её особо ценным медоносом, так как она даёт пчёлам и пыльцу, и нектар в то время, как цветение большинства других растений ещё не началось.

Факт №4. Есть такая народная примета: копать колодец следует там, где растёт много мать-и-мачехи. Это поверие имеет под собой веские основания, так как корни этого растения в поисках воды углубляются на много метров под землю, и обилие Мать-и-мачехи на каком-то клочке земли свидетельствует о том, что там, скорее всего, есть подземные воды.

Факт №5. 10 апреля в Древней Руси был днём мать-и-мачехи. В этот день народ славил растение, просил его о заботе об одиноких людях, собирали мать-и-мачеху и готовили из нее лекарственные снадобья.

Эксперимент

Когда я болел, мы с мамой делали отвар из сухих листьев мать-и-мачехи. На 200 мл (1 стакан) горячей воды следует добавить 2 чайные ложки сушёных листьев, поэтому в чайник объёмом 800 мл мы положили 8 чайных ложек. Плотнo закрыли чайник крышкой, накрыли полотенцем, для сохранения тепла, и подождали около 15 минут, пока мать-и-мачеха настоится. Только тогда я попробовал получившийся настой. Лекарство очень сильно пахнет травами и немного горькое на вкус, однако оно очень полезное.



Рис. 8



Рис. 9



Рис. 10



Рис. 11

Выводы

Наша гипотеза частично подтвердилась. Мать-и-мачеха действительно уникальное растение, обладающее различными целебными свойствами. Её противовоспалительные, смягчающие свойства и способность смягчать кашель позволяют ей быть ценным средством при лечении различных заболеваний. Дальнейшие исследования целебной травы могут расширить область её применения. Однако изготовленные из этого растения лекарства подойдут не всем, поэтому перед использованием препарата необходима консультация врача или фармацевта.

Список литературы

1. Просвирина Т. Зеленая аптека / Т. Просвирина. – Вып. 2. – М.: Планета, 1983.
2. Григоровская П.И. Мать-и-мачеха обыкновенная / П.И. Григоровская, Т.В. Жарёхина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kccc.ru/spravochniki/sornye-rasteniya/mat-i-macheha-obyknovennaya>
3. Мать-и-мачеха: способы применения, дозы. Регистр лекарственных средств России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rlsnet.ru/drugs/mat-i-macexi-listya-11626>
4. Елисеева Т.В. Мать-и-мачеха (лат. Tussilágo) / Т.В. Елисеева, Н.Н. Ткачева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/mat-i-macheha-lat-tussil-go>
5. Афанасова Г.С. Мать-и-мачеха обыкновенная как объект школьных биологических экскурсий / Г.С. Афанасова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/statya-matimacheha-obiknovennaya-kak-obekt-shkolnih-biologicheskikh-ekskursiy-1140813.html>