

*Луговые и полевые
цветы*



Луговые цветы растут на зеленых солнечных лугах и полях, а так же на опушках леса. И вы не раз их видели, когда приезжали в гости к бабушке и дедушке в деревню, ездили с родителями на дачу или в турпоход. Вы могли слышать об их полезных свойствах. А может быть даже пробовали душистый чай из луговых трав?

Да, действительно многие из луговых цветов и растений относятся к лекарственным травам, которые вы можете собрать, а затем дома приготовить полезные отвары и чай.

Луговые цветы поражают своим многообразием, простотой и красотой.

Сегодня мы познакомимся с наиболее известными из них.



Клевер

Произрастает практически на всех континентах нашей планеты. Листики у этой травы собраны по трое, образуя характерный трилистник. Но встречаются и четырехлистные виды клевера.

Клевер – весьма популярное в сельской местности растение, является отличным кормом для животных.



В народной медицине клевер до сих пор применяется как средство от головной боли и головокружения.

Ромашка

имеет довольно широкое распространение в Евразии, Австралии, Южной Африке, Америке.

В медицине препараты на основе ромашки используют при многих болезнях взрослых и детей. Настои и отвары из этого растения помогают при лечении простуды.

Этот цветок считается символом России. Поэтому ромашке посвящено много известных стихов и песен.



Василек

Василёк луговой растёт в европейской части страны и на Алтае на лугах, лесных полянах, среди кустарников.

Русское название цветка произошло от имени удалого парня Василя. Согласно легенде единственный сын бедной женщины был околдован русалкой: увлечённый ею в поле, он превратился в синий, напоминающий студёный омут цветок.



Цветки могут быть использованы для получения красок - голубой и синей (для шерстяных тканей)

Одуванчик

Это весенний цветок яркого солнечно-жёлтого цвета. Они начинают цвести одними из первых цветов. Ещё в самом начале весны одуванчиками укрываются все свободные лужайки, клумбы и скверики.

Одуванчики имеют лечебные свойства. Корни, листья и сок помогают излечиться от многих болезней. Их можно употреблять в пищу, делать из них салаты или же сварить вкусное и полезное варенье.



Анютины глазки

По легенде, в цветок превратилась девушка Анюта, которая очень долгое время ждала своего жениха с войны, но который так и не вернулся обратно. Так и по сей день, анютины глазки мы видим у дороги, они всматриваются вдаль, с надеждой увидеть любимого.

Анютины глазки относятся к съедобным цветам, что позволяет поварам мира готовить из них самые разнообразные блюда.



Льнянка обычная



Народные названия собачки или львиный зев.

Его можно встретить на сухих лугах и опушках, на заброшенных полях и степных осыпях.

В полях льнянка обыкновенная является распространенным сорняком. Растение быстро разрастается благодаря большому количеству семян. Пчелы и шмели приспособились получать нектар из его сложных цветков.

Не стоит забывать, что растение ядовитое.

Мать-и-мачеха

Внешне он напоминает одуванчик, но мать-и-мачеха меньше и всегда растет кучками. Цветок мать-и-мачехи желтый и пушистый.

Мать-и-мачеха встречается по всей территории нашей страны. Она селится на влажных берегах водоемов, оврагов, на лугах. Цветет мать-и-мачеха ранней весной.

Листья мать-и-мачехи
помогают от кашля.
Правильно
приготовленный настой
очищает легкие от
инфекции, облегчает
кашель и лечит больное
горло.



Пастушья сумочка

Растет повсеместно в тропических и умеренных районах земного шара. В горах пастушья сумка поднимается до высоты 2700 м.

Это растение широко используется в медицине, как в традиционной, так и в народной. Пастушья сумка обладает уникальным кровоостанавливающим действием .



Колокольчик

Колокольчик – красивое растение, которое было названо так из-за формы цветков, похожей на колокол.

Такие цветы начали прорастать в горных местностях, а затем появились и в лесах, и на полях. Даже в пустынных местах и на скалах можно встретить колокольчик.

В России насчитывается около 150 видов колокольчика!



Очень часто применяют настой из колокольчика для лечения ангины.

Пижма обычная

Растёт по сухим лугам, канавам, балкам, по берегам рек и озёр, в посадках, на опушках леса и среди кустарников, около дорог и близ жилья, по мусорным местам, на межах.



В давние времена, когда не было холодильников, при недостатке соли или её отсутствии, для сохранения свежего мяса пользовались порошком из цветов пижмы и её листьев, добавляя к этой смеси листья крапивы.

Считается, что пижма обыкновенная отгоняет мух, поэтому её целесообразно высаживать возле помещений для скота.

Синеголовник

это многолетнее растение, которого насчитывается несколько видов.



Синеголовник - это уникальное растение, которое издревле применяли для лечения различных заболеваний. Его препараты помогали преодолеть головную и зубную боль.

Согласно поверьям, если композицию из синеголовника разместить в своем доме, то она отведет порчу и сглаз.

Сурепка обычная

Растет по всему земному шару, предпочитая места с умеренным климатом. Сурепка встречается вдоль дорог, на полях, лугах и огородах как сорняк. Сурепку используют в качестве пряности или салатной зелени в кулинарии, а также в качестве целебного средства в народной и официальной медицине.

Растение считается условно ядовитым, но большую опасность представляет для насекомых и птиц: при соблюдении умеренности во время употребления человеку сурепка не вредна.



Тысячелистник

Растёт на лугах, в луговых степях, в светлых лесах, вдоль дорог почти по всей России.

Листьев у тысячелистника не тысяча, а гораздо меньше. Но каждый изрезан, рассечён на множество долек. Вот и кажется, что их очень много.

Ещё 900 лет назад греческий врач Диоскорид писал, что тысячелистник заживляет раны и останавливает кровотечения.



В годы Великой Отечественной войны отвары и настои растения применялись при лечении раненых воинов.

Цикорий обычный

Встречается практически всюду — в азиатской и европейской частях Евразии, в Новой Зеландии, Африке, Австралии, Индии, Южной Америке, России



Корень используют как заменитель кофе. Высушенные и обжаренные корни добавляют к натуральному кофе для улучшения его вкуса. Сироп из корней используется в кондитерской, консервной отрасли и в кулинарии.

Иван-чай

Из него готовят лекарственный чайный напиток, который обладает мощным оздоровительным эффектом. Это растение высоко ценится по всему миру, ведь одним из его главных преимуществ является наличие в нем витамина С в 6 раз больше, чем в лимоне.



Мышиный горошек

Это многолетнее растение, которое растет на одном месте около 10 лет. Его часто можно увидеть на лесных опушках, растет на лугах, вдоль дорог. Реже встречается и в горной местности. Высота растения около 130 см. Корни длинные, разветвленные. Могут уходить вглубь земли на два метра. Сельскохозяйственные производители используют его для откорма скота.

Пчелы охотно собирают нектар с этого растения. Мед, полученный из мышиного горошка считается лечебным.



Теперь мы знаем
много названий и
полезных свойств
луговых цветов.

А самое главное: «не
рвите цветы, не
рвите, пусть будет
нарядна Земля, а
вместо букетов
дарите васильковые,
незабудковые и
ромашковые поля.» *

* Юрий Антонов



**Спасибо за
внимание**

