

Хранение

лекарственных растений

1) Идеальные условия для хранения растительного сырья — сухое, тёмное, прохладное место, где нет перепадов температур и влажности.

2) Хранят заготовки в коробках, бумажных или матерчатых мешках, стеклянных ёмкостях.

3) Для разных растений существуют разные предельные сроки хранения. В среднем он составляет один-два года.

4) Каждый вид должен храниться в отдельной упаковке. Отдельно рекомендуется хранить и разные части одного растения.

5) Периодически проверяйте свои запасы. Если появилась плесень или затхлый запах — безжалостно выбрасывайте.

6) Для удобства подписывайте коробки и ёмкости, указывая название и время сбора растения.

Буклет изготовлен в рамках
реализации проекта

“На пути к здоровью”

Отделение методической,
психологической, консульта-
тивной помощи гражданам,
оказавшимся в трудной жиз-
ненной ситуации, гражданам
пожилого возраста и инвали-
дам, семьям, в том числе
имеющим детей
БУСОССЗН «КЦСОН»
Алексеевского района

Ул. Маяковского, 151
Тел.: 8 47234 44668

БУСОССЗН

«Комплексный центр соци-
ального обслуживания
населения»

Алексеевского района



**Лекарственные травы
-
источник здоровья**

Г.Алексеевка, 2017

Травяные чаи обладают следующими целебными свойствами:

- Успокаивают или наоборот, тонизируют нервную систему.
 - Укрепляют иммунитет.
 - Улучшают пищеварение.
 - Благоприятно сказываются на сердечно-сосудистой системе.
 - Обладают противовоспалительными и бактерицидными свойствами.
 - Придают сил и борются с депрессией, стрессом и хандрой.
 - Нормализуют сон.
 - Уменьшают газообразование.
 - Способствуют похудению.
 - Облегчают симптомы простуды и заболеваний верхних дыхательных путей.
 - Нормализуют давление.
 - Снимают мигрени.
 - Повышают гемоглобин.
- Нормализуют деятельность внутренних органов.



Правила сбора и заготовки лекарственных трав:

Листья

Их собирают в период цветения растений, а у некоторых растений — в течение всего лета. Пригодны только хорошо развитые средние и нижние листья, без следов загрязнения и увядания. Сразу после сбора их сушат, разложив на ткани или бумаге под навесами, в хорошо проветриваемых помещениях.

Травы

Травой принято называть надземную часть растений — цветущие верхушки и листья. Их собирают в период цветения и сушат в тени, в хорошо проветриваемом месте.

Цветки

Их собирают в начале цветения. Сушить их необходимо в тени.

Корни и корневище

Их выкапывают осенью, в период полного увядания растения, и реже весной. После корни отделяют от надземной части и моют холодной проточной водой. Крупные корни для ускорения сушки нарезают на части.



Семена и сухие плоды

Собирают после полного созревания (за исключением шиповника, аниса, тмина) в сухую погоду. Заготовленные плоды лучше всего досушивать в русских печах, духовках или специальных сушилках при температуре 60—80 °C. Перед сушкой плоды тщательно сортируют, отбрасывая испорченные и почерневшие.

Ягоды

Эти плоды быстро портятся, поэтому собирать их нужно бережно. Как правило, делают это утром или вечером. Заготовленные сочные плоды нельзя мыть и пересыпать из одной тары в другую. Сушат ягоды при температуре 50—60 °C, не допуская их подгорания.