



Лікарські трави та косметика.

11 клас



Чистотіл звичайний.



Недарма рослина носить таку назву - вона здатна очищати тіло, робити шкіру чистою. Чистотіл починають збирати вже в травні і роблять це протягом усього літа.

Свіжим соком виводять бородавки, змащуючи їх 1 або 2 рази на день, змочивши заздалегідь водою і злегка пошкрябавши стерильним інструментом. У деяких спостерігається зникнення бородавок навіть в результаті вживання помаранчевого соку чистотілу всередину - по 10-20 крапель тричі в день.

Свіжим соком змащують також мозолі, шкіру при лишаях, жовтих плямах і інших висипах на тілі.

Календула лікарська (нагідки).



Суцвіття потрібно збирати в повністю відкритому стані при дуже сухій погоді і швидко сушити в провітрюваному місці, але без штучного підігріву. Використовують або тільки язичкові квітки, або все суцвіття .

Діє на шкіру як протизапальний, дезинфікуючий засіб, покращує процеси регенерації укріплює капіляри шкіри, відновлює шкірний покрив, блокує механізми старіння шкіри і підвищує міцність капілярів, видалює жир і сприяє закриттю пор.

Настій (1/2 столові ложки квіток залити склянкою окропу на 10 хвилин, процідити) використовують для промивання очей при кон'юнктивіті, для полоскання порожнини рота і при запаленнях слизових оболонок, для миття сухої і чутливої шкіри обличчя.

Лопух справжній.



Заготовляють корені рослин першого року життя восени (вересень — жовтень), а другого року — рано навесні, на початку відростання (квітень), її викопують лопатами, очищають від землі, обрізують надземну частину і тонкі корені та відразу промивають у холодній воді. Потім відбирають товсті корені, звільняють їх від кори і сушать надворі або на горищах під залізним дахом чи під навісами з доброю вентиляцією, розклавши тонким шаром на папері, мішковині.

Відваром коріння лопуха миють голову. Це сприяє укріпленню волосся, робить його шовковистим та блискучим.



Ромашка лікарська.



Для виготовлення лікарських форм використовують висушені квіткові кошики, які збирають на початку цвітіння.

Настоем з трави ромашки миють голову для зміцнення волосся і додання йому м'якості, блиску і красивого кольору. Хто часто вмивається ромашкою, у того шкіра робиться ніжною, зникають прищі. Ромашкою можна промивати дрібні ранки і подряпини на шкірі.

Антисептичні властивості цієї квітки дуже сильні. Ванни з ромашки застосовують при пітливості ніг. Настій готується з розрахунку 1 столова ложка сировини на 1 склянку окропу. Такий настій особливо рекомендується підліткам з жирною шкірою.

Любисток лікарський.



З лікарською метою зазвичай використовують корені рослини, рідше — її надземну частину і плоди. Корені викопують восени, причому тільки у 3-4-річних рослин. Сушать у затінку на відкритому повітрі чи у теплому приміщенні.

Настій коренів рослини успішно застосовують для видалення пігментних плям і ластовиння: шкіру протирають ватним тампоном, змоченим у настої, двічі на день протягом 2-3 тижнів. Краще цю процедуру проводити взимку, до настання сонячних весняних днів. Застосовують настої і для лікування інфікованих тріщин кутиків рота, гнійничкових висипань на шкірі (компреси і пиття теплої настою по 1 склянці на день). Настій також використовують для миття голови при лупі та випадінні волосся (миють голову двічі на тиждень без мила).

Звіробій звичайний.

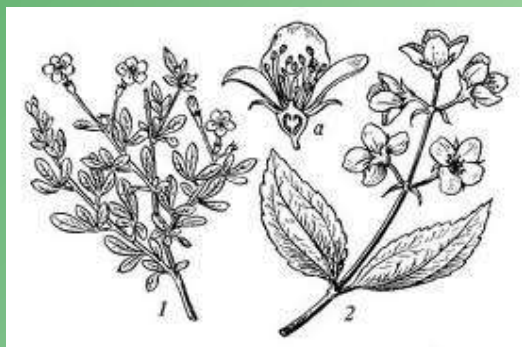


Збирають верхівки рослин під час цвітіння, зрізуючи їх ножами або серпами (довжина пагонів 25-30 см) без грубих безлистих частин. Сировину сушать на горищах, під залізним дахом.

Ванночки для рук із звіробоєм – незамінний засіб догляду за нігтями. Такі трав'яні процедури добре зміцняють нігті і пом'якшують. Якщо у вас жирна шкіра обличчя, то рекомендується вранці умиватися настоєм звіробою. Приготувати настій нескладно: візьміть 20 г подрібненої трави звіробою на стакан окропу, кип'ятіть на слабкому вогні протягом 10 хвилин, настоюйте 30 хвилин, процідіть.



Жасмин.



Сучасна косметологія знає, що олія жасмину робить шкіру молодшою, збільшує еластичність і сприяє зменшенню розтягнень та зморшок. Ефірна олія жасмину облагородить будь – який косметичний засіб – крем, лосьон чи маску.

Для отримання олії , квіти жасмину збирають рано вранці, коли вони найбільш наповнені ефірними оліями. Для отримання 13 мл олії, вручну збирають 300 суцвіть.

Для приготування аромованни , яка покращує пружність шкіри, додайте в будь – яку рослинну олію 7 крапель олії жасмину і вилийте у ванну.



Деревій звичайний.



Збирають рослину під час цвітіння, зрізуючи верхівки (до 20 см завдовжки) серпами або ножами, при густому стоянні — скошують косами. Сушать на повітрі або на горищах під залізним дахом, розстилаючи тонким шаром на папері або тканині. Екстракт деревію зміцнює волосся і додає їм блиску.

Добре допомагають маски з трави при чутливій, вугруватій шкірі. Відвари з рослини допомагають зняти втому очей, прекрасно тонізують шкіру обличчя.



Береза.



Березові бруньки збирають взимку і рано навесні (січень — березень). Листки збирають у травні, сушать у затінку і пакують у ящики, вистелені папером. Зберігають у сухих, добре провітрюваних приміщеннях. На початку весни збирають березовий сік - березняк. З дерева випалюють вугілля.

При пітливості ніг використовують ванни з березовим листям (повну жменю листя варять у 4 л води 10 хв і додають у ванну). Березовий сік та відвар застосовують, при необхідності загального оздоровлення й поліпшення обміну речовин в організмі.

Холодний настій з листя берези допоможе проти зморшок навколо очей, а також при втомі очей.



Домашнє завдання

- Підготувати інформацію “Лікарські трави та косметика”
(можна у формі презентації)
- Виконане завдання надсилати на освітню платформу Human або ел. пошту valentinakapusta55@gmail.com



Використані джерела

- <https://otechnolog18.blogspot.com/p/10.html>