

## ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ.

**Сатимбоева Халимахон Каримовна**

*Андижанский общественный здравоохранительный техникум по имени Абу Али ибн Сины, Заведующая кафедрой фармации, Старший преподаватель предмета «Технология фармацевтических препаратов»*

**Аннотация:** В статье рассматриваются основные лечебные свойства лекарственных растений и их роль в профилактике и лечении заболеваний. Описаны биологически активные вещества, определяющие терапевтический эффект растений, такие как флавоноиды, алкалоиды, эфирные масла, гликозиды и танины. Приведены примеры наиболее распространённых лекарственных растений и особенности их применения в медицине. Рассматриваются преимущества фитотерапии, а также меры предосторожности и ограничения в использовании растительных препаратов. Материал предназначен для студентов, медицинских работников и всех, кто интересуется природными методами оздоровления.

**Ключевые слова:** лекарственные растения; фитотерапия; биологически активные вещества; лечебные свойства; эфирные масла; флавоноиды; гликозиды; растительное сырьё; народная медицина.

Лекарственные растения на протяжении тысячелетий использовались человеком для лечения различных заболеваний. Природные средства нередко служат основой современных лекарственных препаратов, а фитотерапия остаётся востребованной в медицине, косметологии и профилактике болезней. Многие растения содержат уникальные биоактивные вещества, которые оказывают мягкое и комплексное лечебное действие на организм.

### 1. Биологически активные вещества лекарственных растений.

Лекарственные растения обладают лечебными свойствами благодаря содержанию:

- Алкалоидов – оказывают анальгетическое и спазмолитическое действие (например, красавка, мак).
- Флавоноидов – укрепляют сосуды, обладают противовоспалительным эффектом (боярышник, ромашка).
- Гликозидов – применяются для лечения сердечно-сосудистых заболеваний (ландыш, наперстянка).
- Танинов – обладают вяжущим и противомикробным действием (дубовая кора).
- Эфирных масел – оказывают антисептический, успокаивающий, отхаркивающий эффект (мята, лаванда, эвкалипт).
- Витаминов и микроэлементов – укрепляют иммунитет и улучшают обмен веществ (шиповник, крапива).

## 2. Наиболее распространённые лекарственные растения и их свойства.

### Ромашка аптечная

- противовоспалительное;
- антисептическое;
- спазмолитическое;
- используется при заболеваниях ЖКТ, кожных раздражениях, простуде.

### Мята перечная

- успокаивающее действие;
- улучшает пищеварение;
- снимает спазмы;
- облегчает головную боль и тошноту.

### Календула (ноготки)

- мощный антисептик;
- ускоряет заживление ран;
- используется для полоскания горла и обработки воспалений кожи.

### Боярышник

- нормализует работу сердца;
- укрепляет сосуды;
- снижает артериальное давление;
- применяется при сердечно-сосудистых нарушениях и стрессах.

### Эвкалипт

- обладает антибактериальным и противовирусным свойством;
- используется при бронхитах, ангине, гайморите;
- облегчает дыхание.

### Алоэ вера

- иммуномодулирующее;
- противовоспалительное;
- ускоряет регенерацию тканей;
- применяется при ожогах, ранах, заболеваниях желудка.

## 3. Преимущества использования лекарственных растений.

- мягкое, щадящее действие;
- минимальные побочные эффекты при правильном применении;
- возможность длительного использования;
- природный источник витаминов и минералов;
- доступность и низкая стоимость.

## 4. Ограничения и меры предосторожности.

Несмотря на природное происхождение, лекарственные растения могут:

- вызывать аллергические реакции;
- взаимодействовать с другими лекарствами;
- быть противопоказанными детям и беременным;
- иметь токсичные компоненты (например, белладонна, чистотел).

Поэтому фитотерапию рекомендуется проводить под контролем специалиста.

Лекарственные растения являются важной частью лечебной практики и профилактики заболеваний. Их богатый химический состав обеспечивает широкий спектр лечебных свойств: от противовоспалительного и антисептического до кардиотонического и успокаивающего. Правильное использование фитотерапии обеспечивает высокую эффективность и безопасность лечения.

Именно сочетание природной силы растений и грамотного подхода делает фитотерапию ценным элементом современной медицины.

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Степанова Н.В. Лекарственные растения: справочник по фитотерапии. — Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021.
2. Корсакова Н.К. Фитотерапия: современные методы применения. — Санкт-Петербург: Специальная литература, 2020.
3. Орешко А.П. Основы фармакогнозии: лекарственные растения и растительное сырьё. — Москва: Медицина, 2019.
4. Всемирная организация здравоохранения (WHO). WHO Monographs on Selected Medicinal Plants. — Geneva: WHO, 2019–2022.
5. Фёдорова Т.Н. Энциклопедия лекарственных растений. — Минск: Харвест, 2021.