



**справочник в таблице**

# **Лекарственные растения**

**легкий способ подобрать травы**

**Быкова В.А.**

**18+**

# Вера Быкова

## Лекарственные растения.

### Справочник в таблице

[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70223230](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70223230)

SelfPub; 2024

#### Аннотация

Мы работаем с лекарственными растениями более 10 лет, изучаем различную литературу, растения и рецепты из них при различных заболеваниях, общаемся с травниками и клиентами, ведем познавательные блоги. Мы применяем лекарственные травы сами и знаем их эффективность. Главное, подобрать подходящее лекарственное растение и применить его при ваших проблемах. С помощью справочника вы сможете выбрать несколько растений, учитывая свои потребности, особенности организма и противопоказания. В таблице справочника представлено 320 лекарственных растений + 45 позиций повторение некоторых растений (листья, корни, плоды), 26 столбцов с органами и отдельными заболеваниями, на которые указано воздействие трав. После таблицы вы найдете рекомендации отдельных лекарственных растений при определенных заболеваниях или проблемах со здоровьем. Администрация сайта Литрес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься

медицинские противопоказания, необходима консультация  
специалиста

# Содержание

От создателей справочника:	5
Как пользоваться данным справочником:	8
Таблица	11
Рекомендации отдельных трав:	38
Конец ознакомительного фрагмента.	39

# **Вера Быкова**

## **Лекарственные растения. Справочник в таблице**

### **От создателей справочника:**

Мы работаем с лекарственными растениями более 10 лет, изучаем различную литературу, растения и рецепты из них при различных заболеваниях, общаемся с травниками и клиентами, ведем познавательные блоги о растениях. Мы применяем лекарственные растения сами и знаем их эффективность. Например, с начала пандемии 2019г. и по сей день у каждого нашего сотрудника и наших клиентов в аптечке всегда есть исландский мох, пармелия, ягель, будра, чага. При других заболеваниях тоже можно найти отличные лекарственные растения для применения. Количество положительных отзывов от применения лекарственных растений, которые мы получили за все время работы, не сосчитать. Главное, подобрать подходящее лекарственное растение и применить его при ваших проблемах.

Ежедневно люди просят нас посоветовать растения для их проблем, многие знают только популярные травы – ромашку,

чабрец, иван-чай и т.п.

Но:

1. У каждого человека есть хронические болезни, особенности организма, о которых продавцы и травники не знают.

2. Нужно учитывать противопоказания трав (а они есть у всех, очевидные и неочевидные). Большинство производителей, сайты, справочники пишут фразу "индивидуальная непереносимость". Например, у людей может быть повышенное давление, а может быть пониженное, а большинство трав воздействуют на давление, это нужно учитывать.

3. Лекарственных растений очень много, в нашем магазине [organic-pp.ru](http://organic-pp.ru) можно потеряться изучая все, смеяться над названиями и удивляться описаниям.

Поэтому мы решили выпустить небольшой универсальный справочник.

С помощью справочника вы быстро сможете выбрать несколько растений, учитывая свои потребности, особенности организма и противопоказания. Выбрав несколько трав из огромного списка, можете изучить их подробнее, выбрать более удобный способ применения и цену.

В таблице справочника представлено 320 лекарственных

растений + 45 позиций повторение некоторых растений (листья, корни, плоды), 26 столбцов из органов и отдельных заболеваний.

После таблицы вы найдете рекомендации отдельных лекарственных растений при определенных заболеваниях или проблемах со здоровьем.

Желаем Вам здоровья и надеемся наш справочник поможет!

Все права защищены. Справочник запрещено копировать с целью передачи и продажи третьим лицам. Запрещена продажа и раздача информации справочника без согласия правообладателя.

Справочник не является научной, медицинской или образовательной литературой.

**Автор:** Быкова В.А.

При поддержке интернет-магазина ИП Федотова А.С.  
organic-nn.ru (телеграм канал @travi\_lek)

# Как пользоваться данным справочником:

**Столбцы** – наименования заболеваний при которых могут помочь лекарственные растения или на какие органы человека они воздействуют. По ним вы сразу можете оценить воздействие растения на организм, сориентироваться по противопоказаниям. Например, мы отдельно выделили «при гипертонии» и «при гипотонии», так вы увидите воздействие на давление. Некоторые травы очень сильно воздействует, какие-то только при регулярном применении, а есть те, которые имеют воздействие мало ощутимое. Если мы не указали, значит, в разных источниках и по отзывам были разные варианты. Увидев отметку, вы поймете, что вам необходимо изучить данный вопрос и быть осторожнее во время применения.

**Строки** – наименования растений. Некоторые растения указаны несколько раз по их частям (корни, листья, цветки или плоды), это сделано потому что у некоторых растений свойства воздействия на организм отдельных частей отличаются, у других совпадают. Также вы сможете понять, что можете и хотите использовать – ягоды или листья, например.

**Буква “Г”** – предупреждает о наличии ограничений в использовании растения, что есть противопоказания. Некоторые растения нельзя использовать при нарушениях работы органа, при определенных заболеваниях или при острых приступах. Например, растение воздействует положительно на почки, но его нельзя использовать при нефрите или камнях. Это нужно учитывать при применении.

На пересечении столбца и строки отмечено цветом есть воздействие растения на заболевание/орган или нет.

После таблицы вы найдете дополнительную информацию – выделенные отдельные заболевания и список трав на которые в первую очередь лучше обратить внимание.

Существует много рецептов применения растений, можно настаивать на воде или алкоголе, на водяной бане или просто в кружке. В книгах и интернете достаточно рецептов, вы выбираете возможный и удобный для себя. Мы не стали их давать в этом справочнике, но, на сайте или в наших социальных сетях вы можете найти варианты.

Время применения трав разное, какие-то курсами по несколько недель или месяцев, какие-то можно постоянно употреблять. Перед применением обратите на это внимание, т.к. воздействие растения может быть положительным после

курса в месяц, но, негативно повлияет при постоянном употреблении.

Растения имеют накопительный эффект, обычно курсы 14 или 21 день, после необходимо сделать перерыв. Изучите растение и рецепт перед применением.

Большинство растений имеют противопоказание «индивидуальная непереносимость», необходимо следить за реакцией организма.

Беременным женщинам, женщинам во время лактации и детям большинство трав запрещено использовать или можно только для наружного применения. Мы не стали здесь давать информацию для этих категорий, будьте осторожны.

*Информация, представленная здесь, может быть использована лишь в качестве справочной или познавательной.*

*Перед применением проконсультируйтесь в вашем лечащим врачом, лекарственные растения имеют противопоказания!*

*Лекарственные растения не являются основным лечением заболеваний!*

# Таблица













		Для разжижения крови	При гипертонии	При гипотонии	Легкие и дыхательные пути	Женские заболевания	Мужские заболевания	Почки, мочевыводящие пути	ЖКТ, желудок, 12 перс. кишка	Сердечно-сосудистая и кровеносная система	Печень и желчный пузырь	Нервная система	Эндокринная система, обмен веществ	Иммуностимулирующие	Кожные заболевания	Опорно-двигательная система (суставы)	Онкология	Заболевания глаз	Поджелудочная железа, панкреатит	Сахарный диабет	Повышенный холестерин	Противовирусные	Противопаразитарные	При аллергии	Для похудения	Инфекционные заболевания	Для ухода за волосами, ванны, стоматология	
88	Горец почечуйный, трава																											
89	Горец птичий (спорыш),																											
90	Горечавка желтая, трава	п																						п				
91	Горечавка крупнолистная (казак-трава), трава	п																						п				
92	Горечавка трехцветковая, трава	п																						п				
93	Горичник Мориссона,																											
94	Горянка крупноцветковая (Энимедиум) лист									п		п				п												
95	Грецкий орех, лист											п												п				
96	Гречиха, трава								п																			
97	Грушанка круглолистная		п																									
98	Грыжник, трава				п		п	п									п											
99	Девясил, корень							п	п																			
100	Диморфант (колопанакс),																			п				п				
101	Диморфант (колопанакс), корень																			п				п				
102	Диморфант (колопанакс), лист																			п				п				
103	Диоскорея nipponская,			п					п																			
104	Диоскорея кавказская,			п					п																			
105	Донник, трава							п		п																		
106	Дрок красильный , трава		п							п	п																	
107	Дуб, кора								п																			
108	Дурнишник, трава									п																		
109	Душица, трава									п																		
110	Дымянка, трава									п																		
111	Дягиль, корень					п			п	п		п								п								
112	Ежевика сизая, корни							п	п																			
113	Ежевика сизая, лист							п	п																			
114	Ель, хвоя							п	п																			
115	Жасмин, цветы		п						п	п						п								п				



		Для разжижения крови	При гипертонии	При гипотонии	Легкие и дыхательные пути	Женские заболевания	Мужские заболевания	Почки, мочевыводящие пути	ЖКТ, желудок, 12 перс. кишка	Сердечно-сосудистая и кровеносная система	Печень и желчный пузырь	Нервная система	Эндокринная система, обмен веществ	Иммуностимулирующие	Кожные заболевания	Опорно-двигательная система (суставы)	Онкология	Заболевания глаз	Поджелудочная железа, панкреатит	Сахарный диабет	Повышенный холестерин	Противовирусные	Противопаразитарные	При аллергии	Для похудения	Инфекционные заболевания	Для ухода за волосами, ванны, стоматология
117	Женьшень, корень		п																								
118	Живокость высокая, трава				п				п	п					п	п											
119	Живучка ползучая, трава								п																		
120	Заманиха, корень		п						п		п																
121	Звездчатка (мокрица),			п	п				п															п			
122	Зверобой, трава											п															
123	Земляника лесная, листья								п	п								п					п				
124	Зизифора клиноподиевидная, трава																		п					п			
125	Зимолобка, трава		п						п	п														п			
126	Змееголовник молдавский, трава				п				п																		
127	Золотарник обыкновенный (золотая							п																			
128	Золотарник канадский,							п																			
129	Золототысячник, трава								п										п					п			
130	Золотой ус				п			п																п			
131	Зопник клубненосный,		п						п																		
132	Зубровка, трава								п			п												п			
133	Зубчатка, трава			п																							
134	Зюзник, трава			п									п						п	п							
135	Ива, кора				п				п	п												п					
136	Иглица понтийская		п					п																			
137	Ирга круглолистная			п					п											п						п	
138	Икотник, трава			п					п																		
139	Имбирь, корень							п	п	п																	
140	Ирис, корни																										
141	Исландский мох								п																		
142	Иссоп, трава		п						п		п																
143	Календула (ноготки),			п					п	п															п	п	
144	Калина красная, кора							п	п							п								п			
145	Калина красная, цветы							п	п							п								п			
146	Калина красная, плоды							п	п							п								п			







		Для разжижения крови	При гипертонии	При гипотонии	Легкие и дыхательные пути	Женские заболевания	Мужские заболевания	Почки, мочевыводящие пути	ЖКТ, желудок, 12 перс. кишка	Сердечно-сосудистая и кровеносная система	Печень и желчный пузырь	Нервная система	Эндокринная система, обмен веществ	Иммуностимулирующие	Кожные заболевания	Опорно-двигательная система (суставы)	Онкология	Заболевания глаз	Поджелудочная железа, панкреатит	Сахарный диабет	Повышенный холестерин	Противовирусные	Противопаразитарные	При аллергии	Для похудения	Инфекционные заболевания	Для ухода за волосами, ванны, стоматология
176	Лабазник (таволга), трава		п								п																
177	Лабазник (таволга), цветы		п								п													п			
178	Лаванда, цветки		п									п												п			
179	Ламинария (морские водоросли)							п	п			п		п									п				
180	Лавдыш майский, листья							п	п	п																	
181	Лапчатка белая, корень		п						п																		
182	Лапчатка гусиная, трава								п																		
183	Лапчатка кустарниковая (курильский чай), лист								п		п				п												
184	Лапчатка прямостоячая (калган)								п																		
185	Левзея (Маралий корень), корни		п					п		п	п	п															
186	Лемонграсс (лимонная трава)								п		п													п			
187	Лен, семена								п		п																
188	Леспедеца копеечниковая, трава							п																			
189	Лещина, корень		п						п					п				п					п	п			
190	Лещина, листья		п						п					п				п					п	п			
191	Лимонник дальневосточный		п						п	п	п											п			п		
192	Липа, цветки																							п			
193	Лисичка, гриб							п	п	п	п	п															
194	Лопух большой, корни								п		п																
195	Лопух большой, листья								п		п																
196	Лофант анисовый								п	п	п	п				п											
197	Лук-татарка									п		п							п								
198	Львянка, трава		п					п	п	п	п												п				
199	Любисток, корни						п	п	п														п				
200	Люцерна, трава								п				п										п				
201	Магнолия																						п				











		Для разжижения крови	При гипертонии	При гипотонии	Легкие и дыхательные пути	Женские заболевания	Мужские заболевания	Почки, мочевыводящие пути	ЖКТ, желудок, 12 перс. кишка	Сердечно-сосудистая и кровеносная система	Печень и желчный пузырь	Нервная система	Эндокринная система, обмен веществ	Иммуностимулирующие	Кожные заболевания	Опорно-двигательная система (суставы)	Онкология	Заболевания глаз	Поджелудочная железа, панкреатит	Сахарный диабет	Повышенный холестерин	Противовирусные	Противопаразитарные	При аллергии	Для похудения	Инфекционные заболевания	Для ухода за волосами, ванны, стоматология
262	Полынь обыкновенная (чернобыльник), трава								п	п																	
263	Посконника, трава									п																	
264	Прострел (сон-трава),								п	п	п													п			
265	Пустырник, трава		п						п														п				
266	Пырей, корни		п					п	п									п									
267	Расторопша, плоды			п						п	п							п									
268	Ревень тангутский, корень							п	п	п																	
269	Рейши гриб								п					п					п								
270	Репешок обыкновенный, трава		п					п	п	п																	
271	Родиола розовая (золотой корень), корень		п									п															
272	Родиола четырехлепестная		п							п		п															
273	Роза, лепестки								п																		
274	Розмарин, лист		п						п			п															
275	Ромашка, цветки								п																		
276	Рута душистая		п						п																		
277	Рябина красная, плоды							п	п	п	п							п									
278	Ряска малая, трава									п													п				
279	Сабельник болотный (декоп), корень		п					п	п	п	п																
280	Саган-Дайля (Рододендрон Адамса), листья		п							п		п															
281	Сельдерей, лист				п			п	п																		
282	Сенна (кассия), листья							п	п																		
283	Синеголовник, трава		п		п																						
284	Синюха голубая, корни		п																								
285	Синюха голубая, трава		п																								
286	Сивях обыкновенный,									п								п									
287	Сирень, почки				п			п															п				
288	Сирень, цветы				п			п															п				







		Для разжижения крови	При гипертонии	При гипотонии	Легкие и дыхательные пути	Женские заболевания	Мужские заболевания	Почки, мочевыводящие пути	ЖКТ, желудок, 12 перс. кишка	Сердечно-сосудистая и кровеносная система	Печень и желчный пузырь	Нервная система	Эндокринная система, обмен веществ	Иммуностимулирующие	Кожные заболевания	Опорно-двигательная система (суставы)	Онкология	Заблуждения глаз	Поджелудочная железа, панкреатит	Сахарный диабет	Повышенный холестерин	Противовирусные	Противопаразитарные	При аллергии	Для похудения	Инфекционные заболевания	Для ухода за волосами, ванны, стоматология
320	Фасоль, створки							п	п																		
321	Фенхель, плоды								п	п														п			
322	Ферула воиучая, корень								п	п	п				п									п			
323	Ферула джунгарская (омик), корень								п	п					п									п			
324	Фиалка, трава		п						п	п														п			
325	Хатьма тюрингенская,																										
326	Хвощ луговой, трава		п					п													п			п			
327	Хвощ полевой, трава		п					п													п			п			
328	Хмель шишки								п	п			п														
329	Хмелья корни								п	п			п														
330	Цикорий, корни		п					п	п	п		п												п			
331	Цикорий, трава		п					п	п	п		п												п			
332	Цимцифуга (клопогон даурский)					п					п	п				п											
333	Чабрец, трава		п					п	п	п	п	п	п														
334	Чага (березовый гриб)								п			п												п			
335	Черёда, трава			п							п																
336	Черемухи, плоды		п						п																		
337	Черника, побеги							п	п		п								п								
338	Черника, ягода							п	п		п								п								
339	Черноголовка							п	п																		
340	Чернокорень, трава							п	п															п			
341	Черный орех, лист		п						п	п									п						п		
342	Черный орех, плоды		п						п	п									п						п		
343	Чертополох курчавый								п			п															
344	Чиа, семена		п						п	п														п	п		
345	Чистец лавандолистный			п				п			п	п												п			
346	Чистец шерстистый			п				п			п	п												п			
347	Чистотел, трава		п	п					п	п		п															
348	Шалфей (лекарственный), трава		п	п	п			п	п			п	п											п			
349	Шнитаке, гриб				п				п															п			







## **Рекомендации отдельных трав:**

**Авитаминоз:** шиповник, черная смородина, клюква, рябина, лапчатка гусиная, первоцвет, береза, земляника.

**Алкоголизм:** кукольник, копытень, золототысячник, чабрец.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.