

Научно – исследовательская работа

Направление (предмет): биология

«РАСТОРОПША – ЛЕКАРСТВЕННОЕ РАСТЕНИЕ»

*Выполнила: **Охлопкова Асисия Эймировна,***

ученица 4 класса, МБОУ «Крест-Хальджайская

средняя общеобразовательная школа

имени Героя Советского Союза Ф. М. Охлопкова»

МР «Томпонский район» Республика Саха (Якутия)

*Руководитель: **Мегинова Аграфена Ивановна,***

учитель английского языка, высшей категории

МБОУ «Крест-Хальджайская

средняя общеобразовательная школа

имени Героя Советского Союза Ф. М. Охлопкова»

МР «Томпонский район» Республика Саха (Якутия)

2022 г.

Введение

Расторопша имеет множество названий, но самое известное, которое знают большинство жителей Центральной России, – это чертополох. Расторопша хоть и кажется совсем немиловидным растением, но пользу приносит огромную.

Актуальность исследования

Расторопша (*Уер кымньыыта* – по-якутски) – очень ценное лекарственное растение, которое широко используется для улучшения обмена веществ, для лечения болезней печени, а также при различных отравлениях.

Колючее, но удивительно полезное растение обладает уникальным составом витаминов и минералов, способных не только препятствовать развитию определенных заболеваний, но и исцелять организм, даруя ему здоровье.

Таким образом, изучение лекарственных растений родного края является одним из самых важных и актуальных исследований.

Цель исследования: - изучение лекарственного растения – расторопши.

Задачами исследования являются:

- ознакомление с лекарственным растением – расторопшей;
- собрать сведения и материал о расторопше;
- изучить лечебные свойства и пользу расторопши.

Основная часть

Что такое расторопша?

Расторопша – растение довольно не привередливое. Оно произрастает практически повсеместно. Кустарник можно встретить во дворах, на пустырях, в полях, на обочинах дорог. Растение относится к семейству чертополохов, имеет колючие стебли, которые в высоту способны достигать 2 метров.

Люди научились использовать лечебные свойства расторопши с давних пор.

Биологическое описание. *Приложение 1.*

Однолетнее (в культуре) или двулетнее колючее растение высотой 1—1,5 м.

Стебель простой или ветвистый, голый.

Листья очерёдные, эллиптические, перистолопастные или перисто-рассечённые, крупные (длиной до 80 см) с желтоватыми шипиками по краю листа и по жилкам снизу; пластинка листа зелёная с белыми пятнами, блестящая.

Цветки пурпурные, розовые или белые, собранные в крупные одиночные шаровидные корзинки с черепитчатой обёрткой, состоящей из колючих зелёных листочков. Ложе соцветия мясистое, покрыто волосками. Все цветки обоеполые, трубчатые. Цветёт в июле — августе.

Плод — семянка с хохолком.

Приложение 2.

Лечебные свойства расторопши

В медицине применяется масло расторопши, отжимаемое из семян, шрот расторопши, спиртовой и водный экстракты расторопши, фиточай на основе плодов расторопши, сироп расторопши.

В качестве лекарственного сырья используют зрелые плоды расторопши пятнистой (лат. *Fructus Silybi mariani*). Заготовку проводят, скашивая, высушивая и обмолачивая надземную часть. Плоды досушивают в сушилках и очищают от примесей.

Препараты расторопши пятнистой улучшают образование и выведение жёлчи, обладают гепатопротекторным действием. Шрот расторопши содержит 5 % силимарина (сумма флавоноидов и флавонолигнанов расторопши).

Применяется для лечения болезней печени (гепатита, цирроза, токсических поражений), селезёнки, при жёлчных камнях, желтухе, хроническом кашле и других заболеваниях.

Дозировка: 100—250 мг в день. Чрезмерное потребление может вызвать побочные эффекты: зуд, тошноту, боли в животе, головную боль, и сыпь на коже. Выпускаемые препараты «Бонджигар», «Силибор», «Легалон», «Карсил», «Гепабене», «Здравушка», «Гепасил» содержат сумму флавоноидов и флавонолигнанов.

Полезьа расторопши

Профилактика

С помощью расторопши можно не только лечить, но и заниматься профилактикой различных заболеваний, среди которых:

- Болезни печени;
- Заболевания органов пищеварения. Прием расторопши оказывает положительное влияние на лечение гастритов, колитов, панкреатита, геморроя, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
- Аллергические заболевания.
- Дерматологические болезни.
- Лечение лекарственных отравлений.
- Лечение отравлений, вызванных ядом животных и растений. Можно применять расторопшу при укусах пауков, змей, членистоногих, при попадании в организм яда грибов.

Кулинария

Расторопша пятнистая съедобна, применяется в диетическом питании.

В пищу в том или ином виде можно употреблять все части растения. Корни растения можно употреблять в сыром виде, а также в варёном или жареном. Молодые побеги и листья рекомендуется вымачивать в течение ночи, чтобы убрать горечь, и после добавлять в салаты или отварить как блюда из шпината.

Цветки можно употреблять как артишок или сушить, толочь и добавлять в еду как приправу.

В аптеках можно приобрести порошок (шрот) из плодов растения, который можно добавлять в кашу, салат, бутерброды, коктейли или просто употреблять в виде порошка.

Растение можно заваривать как чай. Для профилактических целей, как правило, используются измельчённые корни или семена растения. В продаже можно найти чайные пакетики.

Всего же растение насчитывает порядка 300 полезных веществ, которые могут воздействовать практически на все органы человеческого организма, уничтожая болезни и сохраняя здоровье.

Заключение

Проведенное исследование по теме «Расторопша – лекарственное растение» показало, что данное растение растет на территории села Крест – Хальджай, Томпонского района, Республики Саха (Якутия) и имеет огромное значение для дополнительного изучения, так как очень мало информации об этом лекарственном растении.

В процессе работы были решены поставленные задачи:

1. ознакомились с лекарственным растением – расторопшей;
2. собрали сведения и материал (гербарий) о расторопше;
3. изучили лечебные свойства и пользу расторопши.

Приложения

Приложение 1



Приложение 2



Использованная литература

1. Батаков Е.А. Влияние масла расторопши и легалона на перекисное окисление липидов и антиоксидантные системы печени крыс при отравлении четыреххлористым углеродом// Экспериментальная и клиническая фармакология. – 2001. -№4. –С. 53-55.
2. Крепкова Л.В. Доклиническое изучение безопасности комплексных лекарственных фитопрепаратов, разработанных на основе расторопши пятнистой // Химико – фармацевтический журнал. – 2007. - №10. – С. 26-29.
3. Интернет ресурсы.