



В обиходе - **материнка**

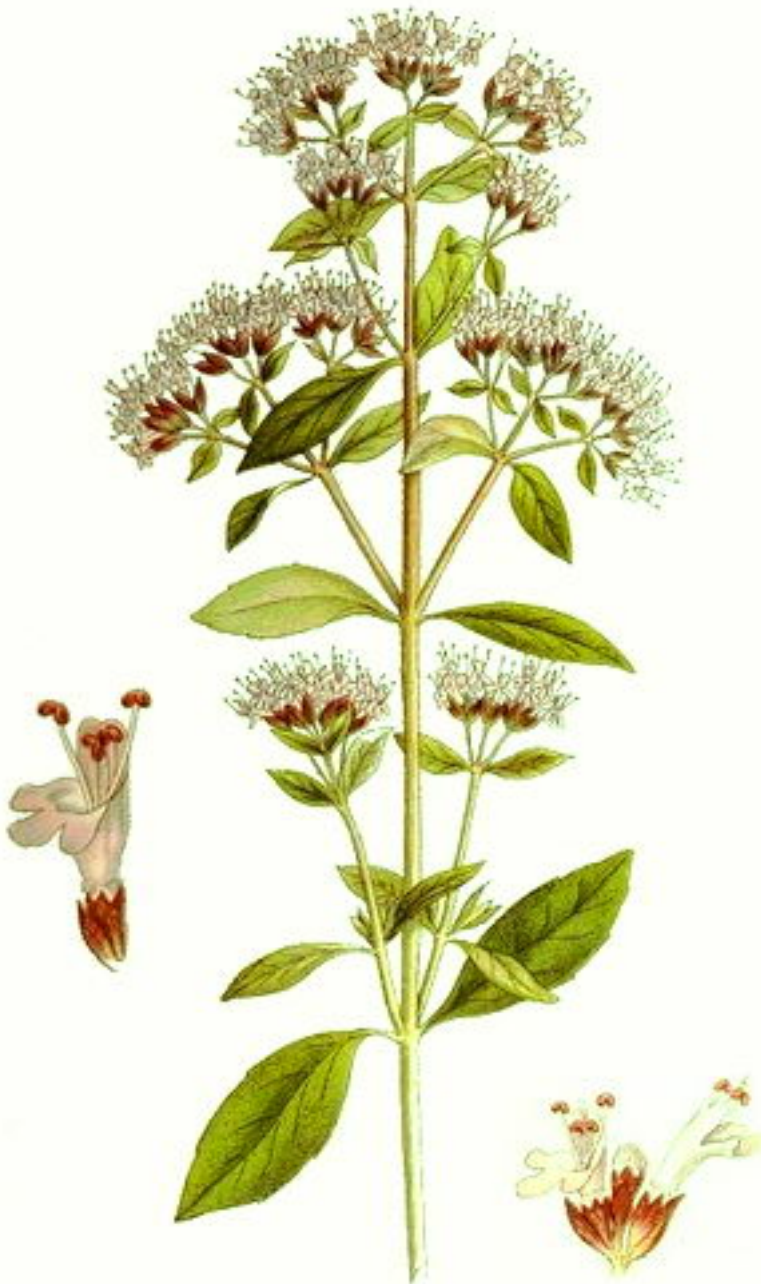
Душица обыкновенная – травянистое многолетнее растение, которое относится к семейству губоцветные. Высота его достигает 30-80 см. Стебель растения четырехгранный, прямостоячий, в верхней части ветвится, с красноватым опушением. Листья черешковые, супротивные, цельнокрайние, опушенные. Цветы растения белого или розово-пурпурного цвета, небольшие по размеру, пятизубчатые, собраны в крупные щитковидные соцветия. Период цветения – июль – август. Период созревания плодов – август – сентябрь.

Произрастает душица на территории европейской части России, на Кавказе, в южной Сибири, в Средней Азии. Встретить душицу обыкновенную можно в лесах, на лугах и опушках, среди кустарников.

Химический состав растения

В душице обыкновенной содержатся фенолы, эфирные масла, тимол, карвакрол, геранилацетат. Помимо этого, в растении содержатся дубильные вещества, жирные масла, до 500 мг витамина С.

Фармакологические свойства душицы обыкновенной



Применение душицы обыкновенной

Химические препараты на основе душицы обыкновенной рекомендуют для улучшения аппетита и пищеварения, при дискинезии желчевыводящих путей, при холециститах.

Душицу применяют при бронхитах как отхаркивающее средство. Растение используют в виде компрессов, примочек, лечебных ванн при таких заболеваниях, как сыпь, золотуха, диатез.

Отвар используют для мытья головы, как средство укрепляющее волосы.

Душица давно известна в народной медицине как средство для лечения гинекологических заболеваний, душица усиливает лактацию, облегчает состояние женщин в период климакса, что объясняет ее другое название – материнка.

Препараты на основе душицы противопоказаны при повышенной желудочной секреции, язве желудка и двенадцатиперстной кишки.

Рецепты с душицей обыкновенной

Настой из травы душицы обыкновенной при метеоризме, бессоннице, аллергии. Нужно залить 2 ч. ложки измельченной травы душицы стаканом кипятка, настоять двадцать минут, процедить, отжать сырье. Принимают полученный отвар трижды в день перед едой по 0,5 стакана.

Настой из травы душицы обыкновенной при бессоннице и аллергии. Нужно залить 2 ст. ложки травы душицы обыкновенной стаканом горячей воды, нагревать в течение пятнадцати минут на водяной бане. Остудить при комнатной температуре в течение сорока пяти минут, процедить, отжать сырье. Полученный настой долить кипяченой водой, чтобы получился первоначальный объем. Принимают настой душицы теплым дважды в день за пятнадцать минут до еды по 0,5 стакана.

Настой из душицы обыкновенной для ванн. Нужно залить 200 г душицы обыкновенной тремя литрами кипятка. Охладить при комнатной температуре, процедить, отжать сырье. Принимают настой, добавляя в ванну.

Фармацевтические препараты на основе душицы лекарственной: траву душицы обыкновенной выпускают в картонных пачках объемом по 100 г, также выпускаются брикеты душицы обыкновенной.

Заготовка душицы обыкновенной

Для лекарственных целей используют верхнюю цветущую часть растения.

Верхушки растения срезают длиной до 20 см. Заготавливают их в период цветения.

Высушивают траву в помещениях с хорошей вентиляцией или на открытом воздухе под навесом.

Сырье раскладывают тонким слоем и перемешивают. Сухую душицу

обмолачивают, грубые побеги выбрасывают.

Заготовленное сырье хранится три года

.