



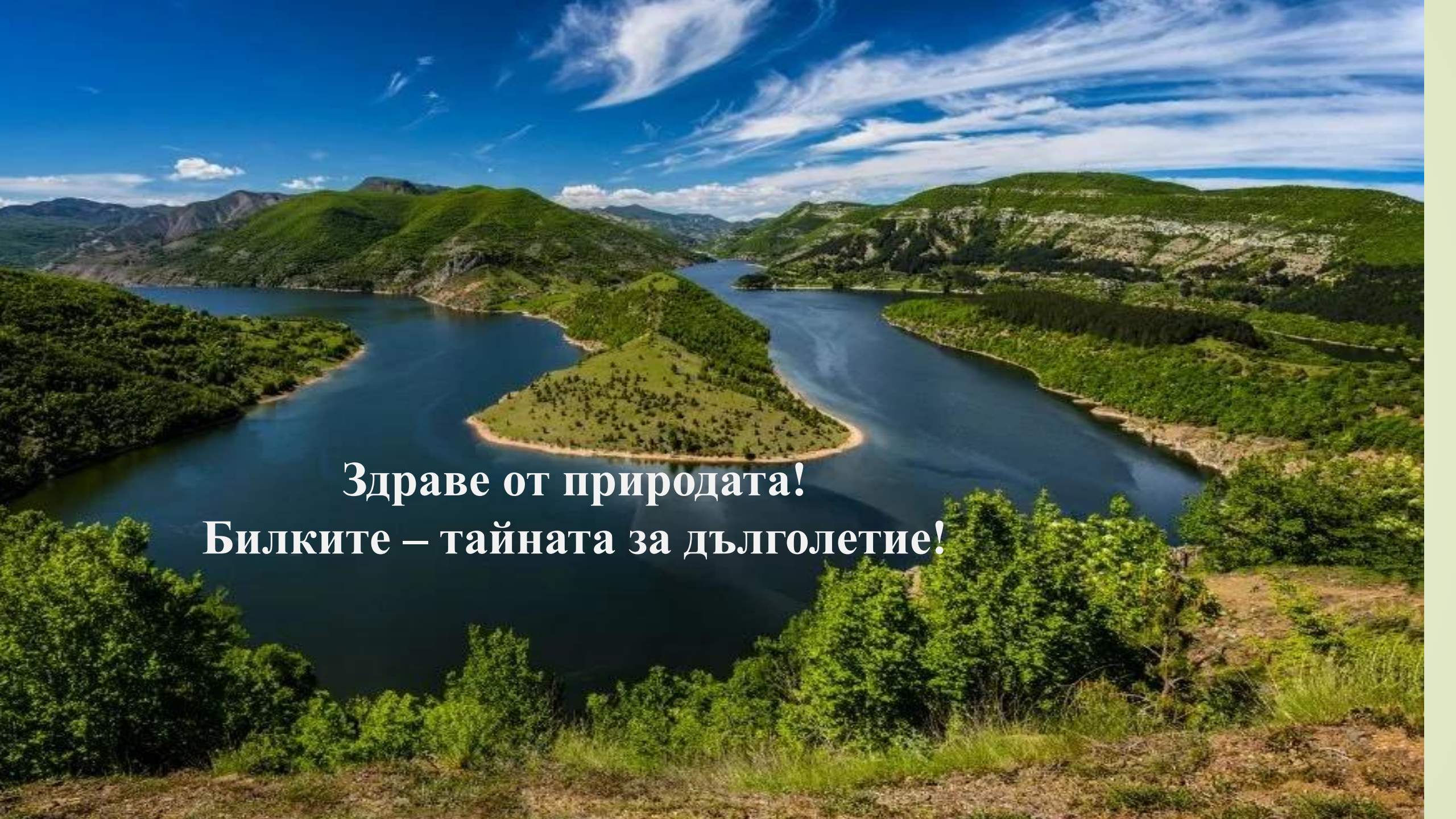
СУ „Йордан Йовков“, гр. Кърджали

Билките около нашия град

*От природата до благотворителния ни
базар*

Малки предприемчиви ръчички – големи добрини
3 А клас





**Здраве от природата!
Билките – тайната за дълголетие!**



Родопите са един от най-богатите на билки планински райони в България. Благодарение на чистия въздух, разнообразния релеф и благоприятния климат. Тук растат десетки лечебни растения, някои от които са характерни именно за тази област.



Мурсалският чай е богат на магнезий, желязо, кобалт, калий, натрий, цинк.



Действие на мурсалския чай:

- Успокоява кашлицата
- Тонизира и укрепва организма
- Регулира кръвното налягане
- Предпазва от развитие на атеросклероза
- Лекува инфекции на пикочните пътища
- Предпазва от развитие на камъни в бъбреците
- Подпомага работата на черния дроб
- Предпазва от развитие на ракови клетки.

Родопските ливади са дом на лековитата билка, която носи младост и дълголетие!



Действие на мащерката:

- Успокоява при нервност и тревожност
- Облекчава главоболие
- Укрепва и тонизира тялото
- Отхрачва и облекчава кашлицата
- Успокоява стомаха и храносмилането
- Облекчава ревматични болки
- Облекчава зъбобол
- Има антибактериално действие.

Хората познават и използват лайка като лек от хиляди години.



Действие на лайката:

- Има противовъзпалителни свойства.
- Има болкоуспокояващи свойства
- Помага при безсъние
- Помага при стомашни проблеми
- Полезна за сърцето
- Помага за регулиране на кръвната захар
- Полезна за кожата
- Помага при депресия

В народната медицина билката се използва и днес за лечение на различни заболявания.



Действие на жълтия кантарион:

- Подобрява настроението и намалява симптомите на тревожност
- Има противовъзпалителен и противоалергичен ефект
- Ускоряване на заздравяването на рани
- Подобряване на състоянието на кожата
- Облекчава болки и възпаления
- Подпомаган здравето на сърцето и кръвоносната система

Билката днес е много известна с това, че успокоява и действа терапевтично



Действие на ментата:

- Успокоява раздразнен стомах и подпомага перисталтиката на червата.
- Помага за успокояване на нервите, намалява стреса и напрежението, което води до по-спокоен сън.
- Облекчава симптомите на настинка, и грип
- Укрепва имунитета
- Притежава болкоуспокояващи и противовъзпалителни свойства.
- Помага при кожни проблеми

Още в древността са открити лечебните свойства на билката риган.



Действие на ригана:

- Има антибактериално действие.
- Има антивирусен и противовъзпалителен ефект.
- Намалява опасността от заболяване от рак.
- Използва се като антисептично средство.
- Проявява антибиотичен ефект.

Легенда

Когато Бог направил първия човек от глина, след големия
отишъл да си почине.

Дяволът, който завиждал на човека като божие творение, отишъл
до тялото и го надупчил на 40 места, като се заканил: „От тези дупки
все ще идва болки за тебе.”

Събудил се Господ , върнал се при тялото на човека. Видял белята
на дявола.

Като помислил сложил във всяка дупка по една тревичка и казал:
„За всяка болка ще има билка.”

