**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Лекарственные растения для детей.

Правила лечения (это полезно знать).

Осложнений у детей после приема различных медикаментозных средств боятся

все родители, тем более, для этого есть серьезные основания. Поэтому врачи сегодня изучают и используют в практике лечения детей лекарства растительного происхождения. По данным отечественных и зарубежных медиков, при фитотерапии частота осложнений не превышает 1%, в то время как при медикаментозном лечении осложнения возникают у каждого третьего-четвертого ребенка. Лекарственные травы помогают быстро и надежно избавиться от многих недугов, но не занимайтесь самолечением, а обязательно посоветуйтесь с врачом. Это особенно важно, если у ребенка есть предрасположенность к аллергии.

* Детям с гастритом и пониженной кислотностью в период, предшествующий сезонным ухудшениям, следует пить сборы подорожника, ромашки, мяты и

 мелиссы

* Если ваш ребенок реагирует на изменение погоды обильным газообразованием, то при первых признаках непогоды дайте ему чай из фенхеля, ромашки и укропа.
* При повышенной нервной возбудимости перед приходом гостей или другим «стрессовым» событием для профилактики следует дать ребенку настои корня валерьянки, пустырника, шишек хмеля и синюхи голубой.
* Ребенку, склонному к эмоциональным реакциям, летом рекомендуется спать на подушке, набитой молодыми шишками хмеля.
* Если ребенок к вечеру перевозбужден, то дайте ему понюхать настой корня

 валерьяны — по три-четыре вдоха каждой ноздрей попеременно.

* Детям, которые реагируют на первые ягоды поносом и тошнотой, стоит заварить мяту перечную в пропорциях 2 чайных ложки на стакан воды. Пить настой нужно небольшими глотками в течение дня.
* При расстройстве кишечника помогает фитосбор из зверобоя и тысячелистника.
* Боль от укуса комара, овода или пчелы проходит, если потереть укушенное место размятым перышком зеленого лука.
* С проявлениями кожной аллергии помогают справиться брусника обыкновенная, горец птичий, зверобой, калина, шиповник и другие.

*Если вы решили использовать лекарственные травы для лечения своего малыша, необходимо соблюдать следующие правила:*

— Лекарственные растения каждому малышу назначаются строго индивидуально в соответствии с диагнозом, с учетом сопутствующих заболеваний и точным знанием действия фитопрепаратов.

— Для детей от младенчества до трех лет используются сборы из одного, двух, максимум трех растений. Детям постарше можно принимать сборы более сложного состава.

— Детям противопоказаны сильнодействующие и ядовитые лекарственные

растения: эфедра, безвременник, белена, дурман, плоды мордовника,

багульник, чистотел, барбарис, чилибуха и некоторые другие.

— Помните, что передозировки лекарственных растений небезопасны. Приобретая

травы в аптеке, на упаковке вы видите дозы, рекомендованные для взрослых. Для

детей действуют другие нормы — для расчета можно использовать такой способ:

доза для взрослого принимается за единицу, а ребенок должен получать часть

дозы взрослого

Не секрет, что растения это самые эффективные лекарственные средства.

25% медикаментов изготавливаются на основе лекарственных растений.

Целебная сила растений известна уже с древних времен, еще до

появления письменности. Особенно почитали лекарственные растения на

Ближнем Востоке, в Китае и Египте, об этом свидетельствуют источники

датированные еще 3 тысячелетием до нашей эры.

Так, египетские папирусы донесли до нас информацию о использовании десятков растений и способов их использования в медицине. В частности о таких растениях

как чеснок, касторовое масло, смолы мирры. В Индии сохранились «Веды»,

которые содержат сведения о растениях, которые широко использовались для

лечения и в те далекие времена и часть которых используется и в наши дни.

 С развитием торговли жители Европы получили возможность лечиться рецептами восточных мудрецов.

 Например, гвоздика, родина которой Филиппины, сначала попала в Китай, затем в Египет, а уже к 8 веку была известна и в Европе своими антисептическими и болеутоляющими свойствами.

 Вскоре ботаники стали составлять лекарственные каталоги и указывать лечебные свойства того или иного растения. Так, в Китае в 1 веке был написан канон травоведения, в который входило 250 видов растений с подробным описанием целебных свойств. Благодаря этим сведениям китайская медицина до сих пор считается самой эффективной в области использования лекарственных растений.

 Первой европейской книгой о лекарственных растениях считается документ, написанный греческим врачом Диоскоридом, где он перечислил свойства 600 видов растений. Впоследствии эта книга была переведена на многие языки и получила широкое практическое применение. В средние века европейцы уже обладали достаточными знаниями в области лечения травами. Об этом говорят найденные при раскопках документы.

 Так в Шотландии, на территории монастыря 11 века были обнаружены свидетельства о том, как монахи в качестве обезболивания использовали экзотические растения. Майя, ацтеки использовали лекарственные растения при кожных болезнях, а так же для очищения крови.

 С 17 века, благодаря французскому ученому Декарту, происходит переломный момент в отношении использования лекарственных растений. Если в Китае и Индии продолжали уважать целебную силу растений, то в Европе они стали считаться отсталыми. Хотя некоторые ученые , такие как Калпеппер, пытались возродить уважение к лечебным свойствам растений. Его эссе с описанием способов применения некоторых растений до сих пор пользуются уважением и используются на практике.

 Некоторые страны до сих пор отдают предпочтение народной медицине, широко используя знания, передаваемые из поколения в поколение. Несмотря на то, что современная медицина многого достигла в фармакологии, люди сейчас болеют гораздо больше, чем раньше. Если острую форму заболевания еще можно как то вылечить, то хронические заболевания по прежнему остаются на высоком месте среди населения.

Комплексный подход к лечению и профилактике ряда заболеваний стал сейчас особенно актуальным. И народная медицина здесь может стать поворотным моментом. Не стоит недооценивать возможностей лекарственных растений, и пренебрегать тем колоссальным опытом наших предков.