**Rośliny lecznicze Doliny Baryczy**

**Hanna Cieplik**

**Magdalena Abrantowicz**

**Klasa 8b**

**Wiązówka błotna-Na cerę trądzikową i nie tylko.**

Wiązówka błotna tak, jak wiele leczniczych roślin ma działanie przeciwzapalne i antyseptyczne, ale nie tylko. Łagodzi stany zapalne cery trądzikowej i zapobiega ich powstawaniu.

**Kwiat wiązówki\_herbata**

Jest to produkt leczniczy w formie do zaparzania, jako środek wspomagający leczenie przeziębienia. Proporcje to: -Jedna łyżeczka suszu na 1 filiżankę wrzątku, zaparzamy ok 10-15 min pod przykryciem, po tym czasie odcedzamy i pijemy możliwie jak najcieplejszą herbatkę do dwóch razy dziennie.

**Dziewięćsił bezłodygowy- Dla spokoju ducha.**

Dziewięćsił bezłodygowy ma zastosowanie w leczeniu bezsenności oraz w terapii relaksacyjnej. Reguluje przemianę materii oraz ułatwia trawienie i wypróżnianie.

**Mieszanka z dziewięćsiłem**

Wskazane jest stosowanie tej mieszanki w czasie sezonu grypowego. Można ją dodać do wszelkich wytworów, zup, pieczywa czy grzanego wina.

Św. Hildegarda pisze: "Zażywaj ten proszek, a nie będziesz miał żadnej poważnej lub długotrwałej choroby aż do śmierci. Niech żaden człowiek tego proszku nie unika, ponieważ ten, kto go je codziennie będzie zdrowym, nie będzie długo leżał w łóżku będąc chorym. A kto jest chory i go spożywa, ten wyzdrowieje".

**Ciemiernik zielony-Tajemniczy pomocnik w przeczyszczeniu.**

Ciemiernik zielony hamuje rozwój grzybów, wirusów i bakterii. Ma działanie moczopędne i przeczyszczające. Jest dość niebezpieczny, a wręcz trujący jeśli niewłaściwie go stosujemy, dlatego przed użyciem należy skonsultować się z lekarzem.

**Arnika górska- Na wypadek urazów mięśniowych**

Arnika Górska jest to roślina łagodząca ból w przypadku naciągnięcia mięśni lub zakwasów, ułatwia gojenie ran i przyspiesza proces regeneracji stłuczonych obszarów ciała. Jej działanie jest tak różnorodne, iż pomaga nawet w leczeniu schorzeń jamy ustnej, a nawet bólu gardła.

**Leczenie za pomocą Arniki górskiej**

Można dostać ją w formie maści do stosowania zewnętrznego lub jako susz zażywany doustnie. Ma niezwykłe właściwości mianowicie może nawet hamować powstawanie komórek nowotworowych. Pomaga też gojenie ukąszeń owadów. Cudowna roślina, o której warto poczytać więcej, gdyż jest przydatna w wielu dziedzinach medycyny.