

*Муниципальное казенное учреждение культуры  
«Централизованная библиотечная система города Орла»  
Библиотека - филиал № 6*

# *Зеленая аптека*



*Рекомендательный список литературы*

**18+**

**Орел  
2020 г.**

ББК 91.9:4  
З-48

Члены редакционного совета: И. А. Гладкова, Е. В. Семенихина, О.В. Чупахина, Л. В. Демичева  
Составитель Л.С.Ульянова  
Редакторы: Е. В. Семенихина, Л. В. Демичева, Г. М. Соковых  
Дизайн: Л.С.Ульянова  
Ответственный за выпуск: И. А. Гладкова

Зеленая аптека : рек. список лит. / МКУК ЦБС г. Орла, Библиотека-филиал № 6 ; сост. Л. С. Ульянова ; ред. Е. В. Семенихина, Л. В. Демичева, Г. М. Соковых. — Орёл, 2020. — Вып. 1. — 12 с.

В рекомендательном списке «Зеленая аптека» представлена литература познавательного характера из фонда библиотеки. Читатель узнает много нового о мире лекарственных растений, сможет найти ответы на интересующие его вопросы, узнает, как заготавливать сырьё, его хранить, применять в лечебных целях.

Рекомендательный список адресован широкому кругу читателей, всем кто интересуются лекарственными растениями и их лечебными свойствами.

© МКУК ЦБС  
г. Орла,  
Библиотека – филиал № 6, 2020

**1. Всё о лекарственных растениях. – Санкт-Петербург : СЭКЭО, 2008. – 192 с. : ил. – ISSN 978-5-9603-0326-2.**



*Ещё в давние времена люди использовали растения для лечебных целей. Путём проб и ошибок были выделены те растения, которые приносили облегчения от тех или иных хворей. Так возникло траволечение.*

*В данной книге подробно рассказывается о целебных свойствах растений, их народных названиях, и о времени их сбора.*

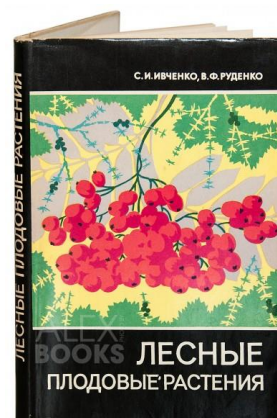
**2. Гаммерман, А. Ф. Лекарственные растения / А. Ф. Гаммерман, Г. Н. Кадаев, А. А. Яценко-Хмелевский. – Москва : Высшая школа, 1983. – 400 с. : ил.**



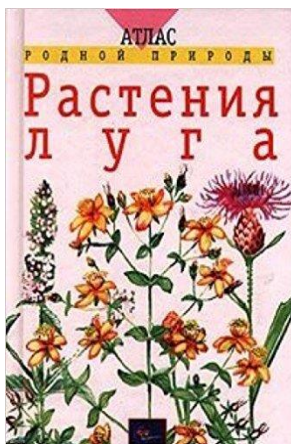
*Терапевтическая ценность лекарственных растений признана научной медициной. Многие лекарства изготавливают на основе лекарственных растений. В книге можно найти названия препаратов, в которых используют то или другое растение.*

**3. Ивченко, С. И. Лесные плодовые растения / С. И. Ивченко, В. Ф. Руденко. – Москва : Лесная промышленность, 1976. – 192 с.**

*Леса приносят огромную пользу человеку, украшают землю. Прогулки по лесу – эликсир от душевных недугов. Сколько нужных и полезных растений, кустарников и деревьев для человека, можно найти в лесу: дуб и кедр, берёза и рябина, смородина и крушина, земляника и клубника, всё и не перечислишь. Из книги узнаете ответы на все интересующие вас вопросы о пользе коры, цветов и плодов. Как применять их на практике. Что и как приготовить для исцеления того или иного недуга.*



4. Козлова, Т. А. Растения луга / Т. А. Козлова, В. И. Сивоглазов. – Москва : Дрофа, 2004. – 64 с. : ил. – ISBN 978-5-358-02177-8.



*В этой книге содержатся описания некоторых трав, растущих на лугах. Пройдемся по лугу, вдохнем воздух, пахнущий травой и медом, рассмотрим луговые растения, постараемся запомнить их особенности и названия, охарактеризуем их особенности.*

*Как сказал поэт А.Яшин:*

*А цветы разве знаем на лугах? Разве ценим? Все травой называем, а подкошены, - сеном!*

5. Лаптев, Ю. П. Рассказы о полезных растениях / Ю. П. Лаптев. – Москва : Просвещение, 1982. – 80 с.



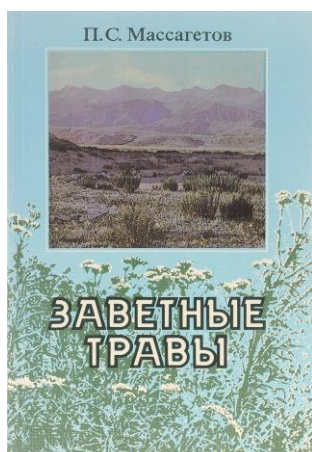
*В далёком прошлом растения были единственным источником лекарственных средств. Причём не только те, которые растут в дикой природе, но и выращенные на своём огороде. О полезных свойствах растений можно прочитать в этой книге.*

6. Лекарственные растения : справочное пособие. – Москва : Высшая школа, 1991. – 398 с. : ил. – ISBN 5-06-001044-9.

*В данном справочнике читатель найдёт ответы на вопросы: как использовать лекарственные растения в домашних условиях, как приготовить отвар или настой из них. Но необоснованное увлечение фитотерапией может даже принести вред организму человека. Да и чрезмерная заготовка сырья нанесёт вред природе.*



7. **Массагетов, П. С. Заветные травы / П. С. Массагетов. — Москва : Мысль, 1973. — 208 с.**



*Мы настолько привыкли к деревьям, кустарникам, травам и мхам, что порой их просто не замечаем. Если прочитать эту книгу, то с удивлением узнаешь, какую ценность представляет та или иная травинка, тот или иной цветок. Разобраться во всём этом разнообразии вам поможет эта книга.*

8. **Мацюцкий, С. П. Туристу о растениях / С. П. Мацюцкий. — Москва : Профиздат, 1988. — 166 с.**



*Отдохнуть от городской суеты мечтает каждый из нас. Все больше людей выезжают на природу. Идут в лес, на луга.*

*В этой книге вы узнаете о растениях, по которым можно узнать время и какие растения являются «скорой помощью» для туриста.*

9. **Минеджян, Г. З. Сборник по народной медицине и нетрадиционным способам лечения / Г. З. Минеджян. — Москва : Арена, 1994. — 575 с. — ISBN 5-88061-002-0.**

*Ни для кого не секрет, что сейчас многие обращаются к народной медицине. Настоящий сборник содержит много сведений о нетрадиционных методах лечения травами. Книга вызовет интерес у каждого, кто интересуется фитотерапией.*



**10. Пастушенков, Л. В. Лекарственные растения / Л. В. Пастушенков, А. Л. Пастушенков, В. Л. Пастушенков. – Ленинград : Лениздат, 1990. – 272 с. – ISBN 5-88977-035-7.**



*Авторы в своей книге дают полный анализ каждого лекарственного растения, представленного на её страницах. Как лечить ту или иную болезнь, что для этого потребуется: отвар, настой, а может достаточно будет заварить чай. Рецепты очень подробные. Книга прекрасно иллюстрирована.*

**11. Пастушенков, Л. В. Растения – друзья здоровья / Л. В. Пастушенков. – Ленинград : Лениздат, 1989. – 192 с.**

*Для тех, кто использует растения в лечебных целях, часто не совсем понятно от каких они болезней помогают. Разобраться во всём этом поможет эта книга. Автор рассказывает, как надо заготавливать целебное сырьё, что из него можно приготовить, каков лечебный эффект.*



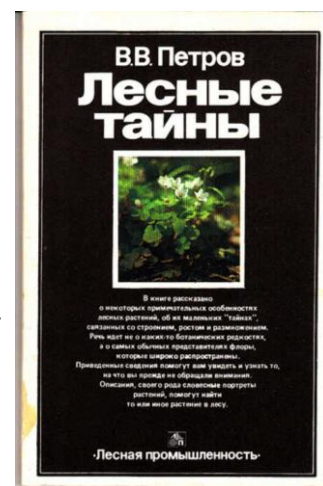
**12. Пашина, Г. В. Растения и косметика / Г. В. Пашина. – Минск : Ураджай, 1995. – 352 с. – ISBN 985-04-0091-9.**



*Жизнь, милые женщины, трудна: работа, дом, дети... А быть и оставаться красивой хочется каждой. Если вы откроете эту книгу, то найдёте рецепты для сохранения красоты и здоровья. Нужную информацию для себя найдут и мужчины.*

**13. Петров, В.В. Лесные тайны / В. В. Петров. – Москва : Лесная промышленность, 1989. – 106 с.**

*Автор — специалист в области фитотерапии. Из книги можно узнать много нового о лечебных свойствах не только растений, но и деревьев. Лес — кладовая для знатоков и любителей природы. Только надо бережно и со знанием дела относиться к заготовке нужного сырья. Брать столько, сколько нужно тебе.*



**14. Популярная энциклопедия народной терапии. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2001. – 320 с. – ISBN 5-222-01642-0.**



*Основная цель этой книги — научить читателя уберечься от массы недугов, а если какой-то недуг одолеет, то попытаться избавиться от него. Из пяти разделов книги: «Какже чудеса способны сотворить пчелы», «Терапия лесов, полей и садов», «Сокоотерапия», «Мумиотерапия», «Ампелотерапия» каждый найдет для себя что-то интересное.*

**15. Русский народный лечебник. – Челябинск : Южно-Уральское кн. изд-во, 1993. – 334 с. – ISBN 5-7688-0638-5.**

*В этой книге доктором Куренновым П. М. собраны рецепты, советы и рекомендации по применению на практике лекарственных растений и не только. Автор очень подробно рассказывает, где растёт то или иное растение, как его заготавливать, какие его части надо использовать, от каких болезней помогает.*



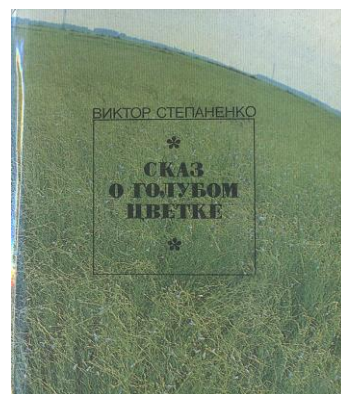
**16. Справочник по лекарственным растениям. – Москва : Лесная промышленность, 1988. – 416 с.**



*Научная медицина начинает своё развитие со времён Гиппократы. Он в своей медицинской деятельности широко применял растительные препараты. Изучению многовекового опыта народа в использовании лекарственных растений, у нас в стране придаётся большое значение. Группа авторов в этом справочнике постаралась дать подробную характеристику всем известным лекарственным растениям.*

**17. Степаненко, В. И. Сказ о голубом цветке / В. И. Степаненко. – Москва : Советская Россия, 1983. – 255 с.**

*Кто не знает лён? Эта книга о замечательном, нежном, голубом цветке. И его целебных свойствах. Лен нужен не только в промышленности, но и в фармакологии: льняное масло, льняное семя.*



**18. Стрижев, А. Н. Травы вокруг нас / А. Н. Стрижев. – Москва : Колос, 1983. – 224 с.**



*Травушка – муравушка, трава шелковая... Где бы ни жил человек, его повсюду окружают травы. Ведь зеленые друзья во все времена питали и одевали человечество, берегли его здоровье и исцеляли недуги. В книге рассказывается о некоторых видах трав, дается их характеристика, выбраны наиболее характерные виды, составляющие травяной покров лугов. Эта книга – руководство для ознакомления с многоликим и весьма непростым составом русского разнотравья.*



19. Тризна, А. А. Лекарственные растения нашего края / А. А. Тризна, Я. Е. Белиловский. – Тула : Приок. книж. изд –во, 1974. – 287 с.

*Данная книга будет интересна тем, что в ней читатель найдёт сведения о лекарственных растениях, произрастающих именно в нашем крае. Дается подробная характеристика лекарственного растения, рекомендации как приготовить из него настой, отвар, мазь, как применять.*



20. Турманина, В. И. Растения рассказывают / В. И. Турманина. – Москва : Мысль, 1987. – 157 с.

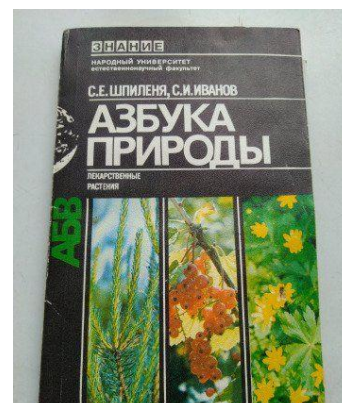


*О том, как появились растения на земле, вы узнаете из этой книги. Прочитать здесь можно о растениях, которые были давным-давно, какие из них живут и в наше время, причём в каждой климатической зоне, в чём их ценность.*

*Вы узнаете о том, как появились растения на земле, какие из них живут и в наше время, в чём их ценность.*

21. Шпиленя, С.Е. Азбука природы (Лекарственные растения) / С. Е. Шпиленя. – Москва : Знание, 1989 . – 224 с. – ( Нар.ун-т. Естественнонаучный фак.).

*Авторы в научно-популярной форме рассказывают о лекарственных растениях, занимающих видное место в арсенале лечебных средств в современной медицине. Книга содержит описание многих видов лекарственной флоры, их биологически активных веществ, рекомендации по применению в лечебных целях. Книга полезна широкому кругу читателей.*



22. Щадилов, Е. Целебные сорняки / Е. Щадилов. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. — 512 с. : ил. – ISBN 5-94723-411-4.



*Каждый, у кого есть маленький клочок земли, выращивает на нём растения, часто не догадываясь об их лекарственных свойствах. Автор самым подробным образом рассказывает о лечебных свойствах того или иного растения. Вы узнаете не только о пользе их применения, но и о противопоказаниях. Книга снабжена иллюстрациями, написана доступным и понятным языком.*



## *Пословицы и поговорки:*

*- Как из муки не испечешь хлеба, так без зверобоя не  
вылечишь человека.*

*- Шиповник лучше семи докторов.*

*- Кто шиповник пьет – сто лет живет.*

*- Болят суставы и спина - вотри репейник – семена.*

*- Глицерин, лимон и мед съешь, и кашель отойдет.*

*- Алоэ и мед – все болезни в обход.*

*- Лук от семи недуг.*



*Наш адрес:*

*г. Орел ул. Силикатная, д.2 «Б»*

*Телефон : 46 – 91 - 05*

*Режим работы библиотеки:*

*Ежедневно: с 10 до 18 ч.*

*Выходной день - вторник*

*Санитарный день - последний четверг месяца.*

*Электронный адрес:*

*[andreeva.natalya.1969@mail.ru](mailto:andreeva.natalya.1969@mail.ru)*

*Сайт «Централизованная библиотечная*

*система города Орла» -*

*[www.cbsorel.ru](http://www.cbsorel.ru)*