

## ЛЕКАВЫЯ ЎЛАСЦІВАСЦІ ЧАБОРУ

УА «Гродзенскі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт»  
**Вярышка Г.С., студэнтка 4 курса лячэбнага факультэта**  
Кафедра рускай і беларускай моў  
Навуковы кіраўнік – старшы выкладчык Варанец В.І.

Хіба мы задумваемся, калі ідзем па лесе і вырываем выпадковыя кветкі, якія гэта кветкі... У наш час мы проста вырываем іх, бо яны прыгожыя і пахучыя. А калі б мы папыталі пра іх у нашых бабуль, то даведаліся важныя рэчы пра тыя кветкі, якія мы сарвалі. У асабліваасці нам патрэбны іх лекавыя ўласцівасці. Маю ўвагу звярнуў на сябе чабор.

Чабор мае мноства назваў, уключаючы мясцовыя назвы. Самая вядомая назва – Багародзічная трава (у Дзень Успення Багародзіцы праваслаўныя ўпрыгожвалі чаборам ікона Божай Маці). І яшчэ ёсць адна назва ў гэтага расліны – мацярынка.

У Старажытнай Грэцыі чабор называлі фіміянам, які выкарыстоўваўся жрацамі, а таксама для варажбы. Пазней традыцыю грэкаў перанялі еўрапейскія чараўнікі і ведзьмакі, славянскія знахары. Чабор надзялялі ўласцівасцямі абараняць ад злых духаў і іншага паскуддзя. Выкарыстоўвалі чабор і ў любоўнай магіі. Але самае важнае для нас – яго лекавыя ўласцівасці.

У шматлікіх мясцовасцях чабор прызнаецца як універсальныя лекі ці ледзь не ад усяго. Яго карыснае дзеянне абумоўлена утрыманнем у гэтай расліне эфірнага алею, дубільных рэчываў, арганічных кіслот. Дарэчы, гэта масла валодае выяўленым анцісэптычным і расслабляючым дзеяннем. У народнай і афіцыйнай медыцыне чабор знайшоў самае разнастайнае прымяненне. Чабор – цудоўны бактэрыцыдны сродак, акрамя гэтага ёна валодае яшчэ і супрацьсутарагавы, заспакойлівым, болесуцешальным, раназажыўляючым і анцігельмінтным дзеяннем. Таксама чабор утрымлівае вітаміны: вітамін А, вітаміны групы В, вітамін С. Але вельмі важна, што чабор практычна не мае супрацьпаказанняў.

Шырока распаўсюджана прымяненне багародзічнай трава як крыніцы эфірнага алею ў касметалогіі. Карысныя ўласцівасці багародзічнай травы выкарыстоўваюць для вытворчасці касметычных сродкаў. І, несумненна, вельмі многія лекавыя прэпараты вырабляюцца з ужываннем чабора. Так, напрыклад, асноўныя карысныя ўласцівасці яго выкарыстоўваюць для вырабу такога знаемага ўсім прэпарата як Пертуссин.

Істотнай карысцю багародзічная трава валодае пры выкарыстанні яе для аднаўлення палавой функцыі. Менавіта гэта расліна служыць выдатным сродкам прафілактыкі прастатыту і імпатэнцыі ў мужчын. У гэтым выпадку, вонкава выкарыстоўваюць алей расліны, а ўнутр – настой. Яшчэ адной карыснай уласцівасцю багародзічнай травы з'яўляецца яе ўплыў на эмацыйнае і псіхічнае здароўе. Карысныя рэчывы гэтай расліны танізуюць нервовую сістэму. Так, трава карысная пры астэніі, нервовай дэпрэсіі, а таксама пры разумовай стомленасці, нервовым знясіленні. Экстракт расліны хутка

ліквідуе сімптомы сіндрому хранічнай стомленасці, стымулюе дзейнасць галаўнога мозгу і паляпшае памяць. Піць адвар чабора рэкамендуюць пры галаўным болі.

Вельмі эфектыўна прымяненне богородскай трава з яе карыснымі ўласцівасцямі таксама пры такіх станах як:

- Парушэнне стрававання.
- Ўздуцце кішэчніка.
- Бяссонне.
- Любыя раны і язвы.

Акрамя таго, важнымі карыснымі ўласцівасцямі багародзічнай травы з'яўляюцца яе кроваачышчальныя мочагонныя эфекты. Менавіта гэтыя ўласцівасці актыўна прымяняюцца пры лячэнні парушанага абмену рэчываў, пры лячэнні інтаксікацыі. Вельмі добра дапамагае чабор пры лячэнні хворых алкагольнай залежнасцю.

У касметалогіі карысныя ўласцівасці багародзічнай травы ўжываюць для лячэння і прафілактыкі залішняй тлустасці скуры, акне, а таксама для прафілактыкі друзласці скуры. Анціаксідантныя ўласцівасці расліны часта ўжываюць для барацьбы з целюлітам. Да таго ж, чабор дапамагае змагацца з лішнім вагой і служыць прафілактыкай атлусцення. Абсалютнымі супрацьпаказаннямі да ўжывання багародзічнай трава, у любым выглядзе, з'яўляюцца наступнае:

- Цяжарнасць і кармленне грудзмі дзіцяці.
- Язва страўніка.
- Язва 12-перстной кішкі.

Таксама чабор выкарыстоўваюць і ў іншых мэтах: робяць ванны з чаборам, пры гэтым вы сядзіце або ляжыце і атрымліваеце асалоду; уціраюць яго ў біялагічна актыўны кропкі цела. Ужываюць чабор ў ежу: гэта своеасаблівая заправа добрая да рыбы, вельмі карысная мужчынам, паколькі чабор змяшчае цынк, які добра уплывае на палавую функцыю. Трымаюць чабор у памяшканні, асабліва ў пакоях, дзе спяць. Рэчывы, якія змяшчаюцца ў эфірным алеі, валодаюць анцісэптычным і танізавальным дзеяннем. Дзякуючы гэтаму знашчаюцца многія шкодлівыя мікробы, а сон становіцца значна здаравей.

## АСАЦЫЯТЫЎНЫЯ СЛОЎНІКІ

УА «Гродзенскі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт»

**Вярышка Г., студэнтка 4 курса лячэбнага факультэта**

Кафедра рускай і беларускай моў

Навуковы кіраўнік – старшы выкладчык Варанец В.І.

Асацыятыўны слоўнік – гэта новы тып слоўніка, уведзены ў навуковае асяроддзе лінгвістаў. Асацыятыўныя слоўнікі больш за стагоддзе выкарыстоўваюцца псіхапаталогіяй для дыягностыкі розных адхіленняў у