

КРАПІВА НЕ ПУСТАЗЕЛЛЕ, А АБАРОНЦА АРГАНІЗМА

УА «Гродзенскі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт»
Дзежыц А., студэнт 1 курса педыятрычнага факультэта
Кафедра рускай і беларускай моў
Навуковы кіраўнік – старшы выкладчык Варанец В.І.

На планеце вялікае мноства лекавых раслін, але сапраўдным лідарам, які атрымаў ўсеагульнае прызнанне, можна назваць, бадай, адну – крапіву. Гэта сапраўды ўнікальная трава, у якіх толькі сферах жыццядзейнасці яна не выкарыстоўваецца чалавекам. Так, у мінулым з лубяных валокнаў, якія атрымліваюцца з крапівы, рабілі ніткі, вяроўкі, рыбалоўныя сеткі, а таксама выраблялі вельмі трывалыя тканіны. У 19 стагоддзі еўрапейцы працэджваюць праз крапіўныя сіты мед і прасейваюць муку.

Нашы продкі шырока ўжывалі крапіву ў магічных абрадах. Лічылася, што яе баяцца злыя духі. Так, дзіця, якое было занадта непаслухмяным, сцегалі гэтай раслінай не для таго, каб прычыніць боль, а для выгнання з яго нячыстага, які, на думку знахараў, падахвочвае малага гарэзнічаць.

Расліна змяшчае вітаміны С, К, В₂, каратын, пантатэнавую кіслату, хларафіл, солі жалеза, калія, серу, цукру. Крапіва павышае згусальнасць крыві, павялічвае колькасць гемаглабіну, трамбацытаў і эрытрацытаў, зніжае канцэнтрацыю цукру ў крыві, аказвае мачагоннае, ранагаючае і агульнаўмацавальнае дзеянне, карысная пры крывацёках, анеміі, атэрасклерозе, хваробах нырак, мачавога пузыра, печані і жоўцевага пузыра, пры гемароі, сухотах, пры парушэнні абмену рэзваў, у перыяд ачуньвання.

У народнай медыцыне яна выкарыстоўваецца як ранагаючае, мачагоннае, агульнаўмацавальнае, слабільнае, вітаміннае, супрацьсутаргавае, адхарквальнае. Крапіва ўжываецца пры розных крывацёках, гемароі, ныранакаменнай, жоўцекаменнай хваробах, удушшы, хваробах печані і жоўцевых шляхоў, ацёках, завалках, захворваннях сэрца, бронхіальнай астме, бронхітах, алергіях.

Для паляпшэння работы сэрца выкарыстоўваецца адвар крапівы. Прымаць з мёдам або цукрам. У маладой крапівы перад красаваннем зразаюць вяршкі разам з лісцем, сушаць у цені. 5 сталовых лыжак здробненай травы заліваюць 0,5 літраў вады, кіпяцяць на слабым агні, прымаюць па паўшклянкі 4 разы на дзень, падсаладзіўшы по густу.

Пры спазмах, страўнікавых болях можна выпіць адвар каранёў пякучай крапівы. Адна гарбатная лыжка сушанага караня варыцца 5 хвілін у шклянцы малака. Чацвертая частка ўжываецца ў гарачым выглядзе адразу, затым праз кожныя 2 гадзіны п'юць па 2 сталовыя лыжкі да знікнення хваравітага стану.

Старадаўнім сродкам, што разбураюць і выганяюць камяні, лічыцца крапіва. П'юць сок свежай расліны – да 50 мл. На прыем 2-3 разы на дзень, яшчэ лепш па сталовай лыжцы праз кожныя дзве гадзіны. Адвар крапівы, прыняты з мёдам або цукрам, паляпшае працу нырак. Для такога адвару досыць адной чайнай лыжкі сушаных лісцяў крапівы на шклянку вады. Пры нефрытах і

піеланефрытах доза павялічваецца да 1-2 сталовых лыжак, на вадзяной лазні трымаць 15 хвілін, але за адзін раз не ўся шклянка.

Да нашых дзен дайшоў рэцэпт, які выкарыстоўваецца дзяўчынамі ў касметычных мэтах – яны мыюць галаву адварам крапівы. Падрыхтоўваецца ён наступным чынам. Бяруць 100-150 грамаў свежага або сухога лісця крапівы і заліваюць адным літрам кіпеню, дадаўшы пры гэтым адну лыжку мёду – усё гэта настойваюць на працягу гадзіны і працэджваюць. Дзве-тры шклянкі такога адвару распушчаюць у тазе цёплай вады, пасля чаго мыюць галаву. Валасы пасля высыхання набываюць натуральны здаровы бляск і становяцца шаўкавістымі. У галодныя ваенныя і пасляваенныя 50-я гады крапіва, нароўні з лебядой і шчаўем, была ці ледзь не асноўнай ежай басаногіх дзяцей. Яны елі яе, пачынаючы з ранняй вясны і да позняй восені, а іх маці прымудраліся рыхтаваць з гэтай расліны мноства страў – салаты і аладкі.

У наш час з крапівы рыхтуюць смачныя і карысныя салаты. Для гэтай мэты прыдатныя толькі маладыя лісточкі, так як яны не такія жорсткія ў параўнанні са старымі, якія да таго ж часта назапашваюць нітраты. Жыхары Закаўказзя робяць з крапівы сапраўдныя кулінарныя шэдэўры – яна выкарыстоўваецца імі пры стварэнні розных нацыянальных страў.

НАТХНЕННЕ ДАЎ ІМ РОДНЫ КРАЙ

УА «Гродзенскі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт»

Дуброўская К.І., студэнтка 1 курса лячэбнага факультэта

Кафедра рускай і беларускай моў

Навуковы кіраўнік – старшы выкладчык Варанец В.І.

Той, хто хоць аднойчы наведаў Астравеччыну, усім сэрцам улюбляецца ў гэты дзівосны сінявокі край. Велічна глядзяцца меднастволыя яліны. Уздоўжд высокіх берагоў нясе свае воды рака Вілія. Каймінская група азёраў рассыпалася на поўначы раёна нібы каралі беларускай прыгажуні. Уражваюць сваёй прыгажосцю велічныя святыні – каталіцкія і праваслаўныя храмы. Радуюць вока ўтульныя мястэчкі і вёсачкі. Але не толькі на разнастайныя краявіды багаты Астравецкі край. Астравеччына натхняла шмат знакамітых пісьменнікаў і мастакоў, якія нарадзіліся, жылі, тварылі і праслаўлялі родны кут.

Астравецкая зямля – радзіма многіх таленавітых людзей. З Тракенікаў родам мастак, пісьменнік і падарожнік Мар'ян Богуш-Шышка; у вёсцы Міхалішкі нарадзіўся літаратар Менке Кац; у Лакцянах – паэт, драматург і святар Янка Быліна; у вёсцы Барані – паэт, публіцыст Казімір Сваяк і яго брат музыкант, літаратуразнаўца Альбін Стаповіч.

У вёсцы Малі правёў апошнія гады жыцця першы расійскі консул у Японіі, аўтар руска-японскага слоўніка, славыты навуковец Іосіф Гашкевіч. У маёнтку Дубнікі падоўгу гасцяваў, працуючы над сваімі гістарычнымі раманами, лаўрэат Нобелеўскай прэміі, польскі пісьменнік Генрык Сенкевіч. У