

Вред и противопоказания

В инструкции к применению перечислены те заболевания, при которых можно принимать расторопшу. Так как входящие в состав семян вещества будут оказывать желчегонный эффект, у человека возможно возникновение ощущения тяжести в правом подреберье, болей в животе и диареи.

При возникновении неприятных ощущений, доза препарата должна быть снижена. Если боли имеют резкий характер, либо общее самочувствие человека ухудшается, следует отказаться от приёма расторопши. Чаще всего это указывает на то, что при лечении не соблюдалась рекомендованная дозировка.

Если у больного наблюдаются тяжёлые патологии органов ЖКТ, то принимать препараты с расторопшей нужно малыми дозами. Первоначальная дозировка должна составлять несколько грамм (капель). Принимают препарат однократно в утренние часы, за 30 минут до еды. Если никаких патологических реакций не возникает, то спустя 3 дня дозу можно увеличить. Постепенно её доводят до 1/3 ложки 2-3 раза в день.

Следует с осторожностью предлагать расторопшу людям, страдающим психическими расстройствами и пациентам с одышкой, так как увеличивается риск возникновения приступа удушья.

Противопоказаниями к приёму расторопши являются:

Патология желчных путей в острой стадии. Так как препараты на основе расто-

ропши способствуют возникновению желчегонного эффекта, это может привести к избыточной нагрузке на желчевыводящие пути. В итоге у больного может развиваться внутреннее кровотечение.

Вынашивание ребёнка и кормление грудью. Приём расторопши может спровоцировать начало преждевременных родов или выкидыш. Не следует принимать препараты этого растения во время лактации, так как выводимые из организма токсины будут проникать в грудное молоко, а затем в организм ребёнка.

Расторопша является ценным растением, которое позволяет избавляться от многих заболеваний, продукты на его основе широко используют не только в лечебных, но и в косметологических целях. Однако, перед началом приёма препаратов с расторопшей желательно проконсультироваться со специалистом.



**Имеются противопоказания
Перед применением обратитесь к врачу!**

МАДОУ «Детский сад № 58

618417, Пермский край, г. Березники,
ул. Л. Толстого, 29, В. Бирюковой, д.3.

Телефон: 8(3424) 23 22 78

МАДОУ «Детский сад № 58»

Расторопша



**Серия
«Аптекарский
огород»**



Тел. 8(3424) 23 22 78

Расторопша (лат. *Silybum marianum*) – очень ценное растение, которое активно используется для улучшения обмена веществ, для лечения болезней печени, а также при различных отравлениях. Чтобы получить максимум пользы, нужно знать, как правильно использовать расторопшу в оздоровительных целях

Расторопша – растение довольно не привередливое. Оно произрастает практически повсеместно. Кустарник можно встретить во дворах, на пустырях, в полях, на обочинах дорог, на границе степей с лесополосой. Растение относится к семейству чертополохов, имеет колючие стебли, которые в высоту способны достигать 2 метров.

Люди научились использовать лечебные свойства расторопши с давних пор. О пользе растения для здоровья человека упоминается ещё в древнегреческих трактатах врачей Плиния Старшего и Диоскорида.

В античной Греции расторопшу активно использовали для лечения людей, пострадавших от укусов ядовитых животных (змей, пауков и иных насекомых). В Древнем Риме с помощью этого растения лечили печёночные заболевания, болезни желчного пузыря и даже меланхолию.

Не обходят расторопшу своим вниманием современная медицина. Её активно применяют для лечения заболеваний печени и желчного пузыря. Терапевтическими свойствами обладают не только семена, но и корни, а также листья растения. Их используют для обновления клеток, выстилающих желчные протоки, для улучшения оттока желчи, для повышения фильтрующей способности печени

Лечебные свойства расторопши

Сложный биохимический состав расторопши обуславливает лечебное действие растения. Впервые за исследование компонентов, входящих в состав семян расторопши, взялись учёные из института фармацевтики, находящегося в Мюнхене. Удалось научно подтвердить, что семена расторопши – это настоящий клад витаминов, минералов и полезных кислот. Их, в составе семян насчитывается более 200.

В это же время было сделано самое важное открытие: в семени расторопши присутствует такое вещество, как силимарин. Оно очень полезно для восстановления и нормальной работы гепатоцитов (клеток печени человека). Силимарины оказывают следующие полезные эффекты для организма человека:

Силибин способствует продуцированию ферментов, оказывающих разрушающее воздействие на свободные радикалы (антиоксидантный эффект).

Силимарины выступают в качестве противоядия при отравлениях организма спиртом, ядами, антибиотиками, бледной поганкой (защитный эффект).

Силимарин – это не единственное полезное вещество, входящее в семена и в иные части расторопши.

Кроме него, в растении содержатся такие компоненты, как:

Витамины группы В, аскорбиновая кислота, витамины Е, Д, К.

Макро и микроэлементы.

Жирные кислоты.

Польза расторопши

С помощью расторопши можно не только лечить, но и заниматься профилактикой различных заболеваний, среди которых:

Болезни гепатобилиарной системы: дискинезия желчевыводящих путей, цирроз печени, холелитиаз.

Заболевания органов пищеварения. Лечение болезней желудка и кишечника становится возможным за счёт обновления клеток печени. В итоге, приём расторопши оказывает положительное влияние на течение гастритов, колитов, панкреатита, геморроя, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Аллергические заболевания. Возможно уменьшение степени выраженности аллергических проявлений за счёт очищения печени от токсинов.

Дерматологические болезни. Очень часто кожные патологии обусловлены нарушениями в работе печени. Если она не справляется со своими функциями, то это непременно отразится на состоянии кожных покровов. Именно через них организм попытается избавиться от токсинов, в результате чего появляются такие проблемы, как: акне, угревая и аллергическая сыпь.

Лечение пищевых, алкогольных и наркотических отравлений.

Лечение интоксикаций тяжёлыми металлами (производственные отравления).

Лечение лекарственных отравлений.

Лечение отравлений, вызванных ядом животных и растений. Можно применять расторопшу при укусах пауков, змей, членистоногих, при попадании в организм яда грибов.

