Одуванчик лекарственный

Многолетнее травянистое растение в высоту не более 50 см.

**Время цветения:** Цветёт с мая до осени.

**Используют:** все части растения

Корни растения одуванчика используются для приготовления разнообразных лекарственных препаратов. Их применяют для улучшения работы пищеварительной системы, в качестве желчегонного, мочегонного средства, для усиления аппетита.  
В кулинарии используют молодые листья одуванчика. В них содержится большое количество полезных веществ. Готовят вкусный витаминный салат, который заправляют оливковым маслом. Из цветов одуванчика варят варенье.

Растение широко используют в косметических целях. Из корней, листьев, цветков можно приготовить разнообразные тоники, лосьоны. Они улучшают состояние кожи, как сухой, так и жирной. Помогают в борьбе с разнообразными высыпаниями, ускоряют заживление ран, ожогов.  
Лекарства из одуванчика исключительно положительно влияют на нервную систему человека. Они помогают увеличить работоспособность, борются с хронической усталостью, улучшают сон и настроение.