

**Живая елка – здоровье для всех!!!**



Скоро **Новый год** – веселый, радостный праздник, любимый всеми: и детьми, и взрослыми. О традициях его празднования в разные времена и разными народами не раз рассказывалось в печати, сегодня расскажем о елке как о пушистой целительнице. Все знают, что хвоя источник биологически активных веществ. Она содержит ценные биологические компоненты: хлорофилл, витамины, макро- и микроэлементы, фитогормоны, фитонциды, бактериостатические и антигельминтные вещества. Ель относится к хвойным деревьям. Это могучие легкие нашей планеты, животворные родники, дарующие людям здоровье. Эфирные масла и другие вещества, добываемые из хвойных деревьев, успешно применяются для профилактики и лечения многих заболеваний человека.



Бесконечно «эксплуатировать» елку нельзя. Лечебными свойствами обладает только свежая хвоя. Даже если ель простояла в комнате всего несколько дней, в лечебных целях ее употреблять уже нельзя. Эксперты из американского Колледжа аллергии, астмы и иммунологии не рекомендуют держать живую елку в доме дольше четырех-семи дней. «Застоявшаяся» елка может вызвать ухудшение здоровья астматиков и аллергиков. Со временем елка превращается в пылесборник. Поэтому людям, подверженным аллергии, не стоит подолгу любоваться на зеленую красавицу.

