النباتات في حياة الإنسان

أهمية النباتات

- المصدر الرئيس لغذاء الإنسان.
- تؤدي دوراً مهماً في تأمين احتياجاته كالملابس والأثاث والأوراق.
- للنباتات فوائد طبية، مثل:
  - الزعتر: مضاد للبكتيريا والفيروسات، ومقوّ للمناعة ويحمي من الإنفلونزا ونزلات البرد، ويفيد في علاج الجروح.
  - النعناع: مسكن للألم، ومهدىء للمعدة والأعصاب.
  - البابونج: يساعد على النوم والاسترخاء والتخلص من الإجهاد.
  - اليانسون: يخفف ألم التهاب الحلق، ويساعد على الهضم وطرد الغازات وإزالة الانتفاخ، ويُساعد على النوم والاسترخاء.

نباتاتٌ ذاتُ فوائدَ طبيَّةٍ.