

ЧИТАЕМ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ

Жираф простыл



Жираф простыл.
Жираф охрип.
Пошел к врачу —
Диагноз — грипп.
Диагноз — грипп,
Рецепт такой:
С лимоном чай,
Постель,
Покой.

(Г. Дядина)



Народные
средства
против
гриппа



Г. НОВОКУБАНСК
2018 г.

Изготовлено: Астафурова Г. В.
воспитатель МДОБУ №43

Профилактика гриппа

Чеснок. Применяется для наружного, а также внутреннего полезного применения. Большинство людей в старину раскладывали по всему своему жилью порубленные на пару частей зубчики ароматного чеснока. Также просто производили натирание корочки вкусного хлеба чесноком



Капуста. Капуста, в особенности квашеная – это удивительный, а главное великолепный накопитель витамина С. Налегайте на неё и ваш иммунитет обезопасит вас от вредного гриппа



Бульон куриный. Приготовьте наваристый и лечебный бульон. Он окажет особо благоприятное и защитное, блокирующее свойство на наш организм.



Народные средства против гриппа помогающие сбить довольно повышенную температуру.

Мать и мачеха. Понадобится целых 3 ст.л обязательно только цветков, которые предварительно заварим в 0,5 л из чайника кипятком. Оставить и подождать пол часа, чтобы непременно остыло это настоявшееся средство. Пьем 1/3 часть кухонного стакана, трижды важных раз за день. Рекомендовано лечь и пропотеть. Эффект заключается в уничтожении поселившихся вредных инфекционных бактерий, это результативно снижает воспаления.



Малина. Уникальные и оздоровительные свойства любой малины, не понаслышке известны каждому, а многим ещё и с детства. Соберите цветочки совместно с листочками малины и сразу заварите из них чай. До пяти раз начинаем пить замечательный чай. Если имеются сушённые и чистые ягодки, лекари советуют принимать лечебный компот. Также использование варенья, приведёт к нужному и необходимому результату.



Апельсин. Изумительное народное средство против гриппа. В апельсине имеется нужное количество необходимого витамина С. Свежевыжатый,



к тому ещё и

вкусный сок из натурального апельсина, готовим перед самым непосредственным его внутреннем употреблении

Когда ощущается боль внутри всего горла

Соль. Растворите ровно половину чайную кухонную ложку соли в целом стакане остуженной (тёплой) после кипячения воды. Туда капните ровно 4 точные капли йода (5%). Вливать этот раствор в свой нос, с вытеканием уже изо рта. Таким незабываемым методом производим промывание всей носоглотки.

Ромашка. Чтобы устранить имеющуюся боль, зальём в простом стакане обычного кипятка 1 ст.л приобретённых цветков лечебной ромашки. Когда остынет всё процедите и прибавьте мёд (1 ч.л). Прополощите несколько раз своё горло.

Лук совместно с мёдом. В совершенно равных долях, соедините сок полученный из лука с мёдом. Этим самой настойкой промываем ежечасно свою носоглотку.

