

منها العرقسوس... تعرفوا على وصفات شعبية مذهلة لعلاج السعال الجاف والرطب



يمكن علاج "السعال" بنوعيه الجاف والرطب، باستخدام "علاجات شعبية" أثبتت فعاليتها على مدى سنوات طويلة، وحصلت على موافقة الأطباء، دون الحاجة لتناول الأدوية والمستحضرات الطبية.

ويوضح الدكتور بافل بيرجانسكي أخصائي الأمراض الصدرية وأمراض الحساسية والمناعة، فوائد عرقسوس والعشقة (اللبلاب المتسلق) ولسان الحمل والفجل الأسود.

العرقسوس

مغلي جذور شجرة العرقسوس علاج معروف للسعال. لأن له تأثير مخفف للبلغم. وبالإضافة إلى ذلك يزيل التهابات القصبات الهوائية والمسالك التنفسية العليا، ويسهل خروج البلغم. ويمكن تناول هذا المشروب في كلتا حالتَي السعال الجاف والرطب.

العشقة (اللبلاب المتسلق)

لأوراق هذا النبات تأثير جيد مضاد للالتهابات. فهو يوسع القصبات الهوائية والأوعية الدموية. عندما

تتوسع القصبات الهوائية يختفي الالتهاب ويخرج البلغم بسهولة. ويمكن استخدام اللبلاب في علاج السعال الجاف. بالمناسبة، يباع في الصيدليات مستحضرا جاهزا منه.

لسان الحمل

يوصي الأطباء باستخدام مغلي لسان الحمل لجميع أنواع السعال. يفرز هذا النبات مواد خاصة تغلف القصبات الهوائية بشكل مثالي. فهو يخفض تكرار وشدة السعال الجاف، ويزيل البلغم بسهولة في حالة السعال الرطب. ومع ذلك، يجب أن نعلم أن لسان الحمل لا يصلح للأشخاص الذين يعانون من مشكلات في الجهاز الهضمي.

الفجل الأسود

يبقى الفجل الأسود علاجا شعبيا للسعال الرطب لسنوات عديدة. يجب عمل حفرة في لب الفجل الأسود لوضع العسل الطبيعي فيها وتركه إلى اليوم التالي، حيث يمكن شرب المشروب الحلو والصحي المتكون في هذه الحفرة.

ووفقا للدكتور بافل بيرجانسكي، "يحتوي الفجل الأسود على مجموعة من العناصر الدقيقة والمواد الفعالة. والعسل له تأثير مضاد للالتهابات. ومزج التأثير المضاد للالتهابات مع المقشع يساعد على إخراج البلغم بسهولة".

ومن جانبه يشير الدكتور سيرغي أغابكين، إلى أن "الفجل الأسود يحتوي على زيوت طيارة تكبح نشاط الميكروبات. لذلك كان يستخدم قبل اكتشاف مضادات الحيوية في علاج أمراض الجهاز التنفسي".