

## **Κατάλληλο για παιδιά!: Επίθεμα με μέλι,θεραπεύει τον βήχα & βοηθάει στην απόχρεμψη της βλέννας!**

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Τα επιθέματα με μέλι είναι μια άριστη φυσική θεραπεία που μπορεί να τερματίσει έναν άσχημο βήχα σε μία μόνο νύχτα. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί στη θεραπεία των νόσων της αναπνευστικής οδού. Το καλύτερο πράγμα σχετικά με αυτό το φάρμακο είναι ότι μπορεί να χρησιμοποιηθεί από παιδιά και ενήλικες.

Επίθεμα με Μέλι - συνταγή

Τι χρειάζεσαι:

αλεύρι

μέλι

φυτικό λάδι

χαρτοπετσέτα

γάζα

Band-Aid κολλητική ταινία(φαρμακευτική)

Πώς να τα προετοιμάσετε:

Κατ 'αρχάς, ανακατεύουμε το αλεύρι με μια μικρή ποσότητα του μελιού ώστε να γίνει ένα μείγμα που δεν θα κολλάει στα χέρια σας. Θα πρέπει να χρησιμοποιήσετε

αυτό το μείγμα για την κομπρέσα.

Στη συνέχεια, προσθέστε λίγο φυτικό έλαιο στο μείγμα και κυλήστε το μείγμα σε λίγο αλεύρι και πάλι. Στη συνέχεια, τοποθετήστε το μείγμα σε μια χαρτοπετσέτα πριν το τύλιγμα του σε ένα τουλπάνι.

Με τη βοήθεια της κολλώδους ταινίας, τοποθετήστε το περικάλυμμα επάνω στην πλάτη ή το στήθος σας. Στη συνέχεια, βάλτε τις πιτζάμες σας. Αποφεύγετε να τοποθετείτε το περιτύλιγμα στην περιοχή της καρδιάς σας.. Θα πρέπει να είναι ελαφρώς πάνω από την καρδιά.

Για το παιδί σας, η ιδανική στιγμή για να τοποθετήσετε αυτό το επίθεμα είναι πριν τον ύπνο. Θα πρέπει να το αφήσετε έτσι για περίπου 2-3 ώρες, ενώ οι ενήλικες μπορούν να το έχουν όλη τη νύχτα. Μπορείτε να προσθέσετε και σκόνη μουστάρδας για ενισχυμένη δράση.

Επίσης προνοήστε για κάποια προστασία στα σεντόνια που θα ξαπλώσετε, καθώς θα πρέπει να ιδρώνετε έντονα.

Αυτά τα επιθέματα περιέχουν δυνατή αντι-φλεγμονώδη δράση, καθώς και μια μικρή θερμότητα. Μπορούν να κάνουν θαύματα για την υγεία σας με σχεδόν στιγμιαία αποτελέσματα. Το κυριότερο δεν έχουν παρενέργειες. Για βέλτιστα αποτελέσματα, θα πρέπει να επαναλάβετε αυτή τη διαδικασία για αρκετές ημέρες συνεχόμενα.

Πότε να χρησιμοποιήσετε το επίθεμα με το μέλι:

Αυτά τα επιθέματα μελιού χρησιμοποιούνται κυρίως για τη θεραπεία βήχα. Αποφύγετε τη χρήση σε παιδιά κάτω των 6 μηνών. Επίσης, το παιδί δεν πρέπει να πάσχει από οποιαδήποτε ασθένεια του δέρματος ή οποιαδήποτε άλλη βλάβη του δέρματος!

**Πηγή:** [healingeffect.gr](http://healingeffect.gr)

Την αρχική ιδέα είδαμε στο [healthylifestylebase.com](http://healthylifestylebase.com)