

علاجات منزلية لكل من يعاني من الحساسية الموسمية



يعاني الكثيرون من الحساسية الموسمية وخاصة في هذا الفصل وهو فصل الربيع حيث تتفتح الأزهار و يكثر الغبار، ومن أهم أعراضها العطس، السعال و الرشح، لذا قمنا بإحضار عدة علاجات طبيعية سوف تستفيدون منها بإذن الله، تعرضي على بعضها :-

* [شاي نبات القراص] :- معروف عن هذه النبتة بأن كل من يلمسها يشعر بالحكة [و خصوصاً الأطفال، و لكنها تخفف من التهاب المفاصل، وتخفض ضغط الدم، و تساعد في التخلص من الحساسية.

- طريقة عمل الشاي :- [¼ كوب من النعناع مع ¼ كوب من نبات القراص يوضع في ماء مغلي و ينقع لمدة 15 دقيقة ثم يشرب مرتين باليوم مع العسل و القليل من عصير الليمون.

* عصير الحمضيات المنعش :- [جميعنا نعلم بأن الحمضيات غنية بفيتامين سي و الذي تلعب دوراً مهماً في زيادة قوة جهاز المناعة بداخل الجسم.

- طريقة تحضير العصير :- [مزج عصير ½ ليمونة مع عصير 2 من ثمرة البرتقال مع ملعقة عسل و تناوله يوميّاً.

* [ماء البصل الأحمر] :- [يحتوي البصل على مركب كيميائي قابل للأدوية بالمياه يسمى كيرسيتين الذي يعمل على الحد من كمية الهستامين التي ينتجها الجسم.

- طريقة تحضيره :- [ضعي شرائح ثمرة واحدة من البصل الأحمر في 4 أكواب من الماء و ينقع لمدة 8 ساعات، و يشرب مرتين باليوم. يمكنك الاحتفاظ به لمدة 4 أيام في الثلاجة.