

## Как лечить насморк, или Куда совать больной нос?

Без преувеличения, с насморком знакомы мы все, и приятным это знакомство назовешь едва ли. Так что же делать, смириться и ждать пока, как гласит поговорка, он сам за некоторое количество дней пройдет? Мы вам такого не посоветуем: один из вариантов развития неизлеченного насморка – гайморит. Особенно, если вы не болеете в свое удовольствие, попивая дома чаек с таблеточками, а переносите очередную простуду на ногах.

Если все же работа или неотложные дела погнали вас на улицу, неприятные симптомы вполне можно притормозить на время. В аптеках полно препаратов на любой вкус и кошелек, блокирующих заложенность носа и насморк на энное количество часов. Следует помнить, однако, что такие препараты, в основном, снимают симптомы, а не лечат причину. Сделав все неотложные дела, подумайте все же о важности своего невосполнимого ресурса – здоровья. Поддержите его.

Не стоит также злоупотреблять каплями-спреями для носа. Во-первых, они способны вызвать привыкание. Во-вторых, от долгого применения можно заработать осложнения с сосудами носа и раздражение слизистой. Конечно, медицина и фармацевтика не стоят на месте, лекарства новых поколений обещают устранение побочных явлений, но ведь и проверенных «народных» средств лечения еще никто не отменял, правда?

Сварить картофель, слить воду, укутаться над исходящей картофельным паром кастрюлей и – дышать, дышать, пока не остынет. Глаза, кстати, лучше прикрыть, если не хотите объясняться потом со всеми по поводу их красного цвета. Картошку в данном варианте можно заменить ментолом, растворенным в воде и подвергнутым кипячению. То же самое можно сделать с прополисом.

А как вам такой несколько экзотический вариант – закапывать в нос сок цикламена? Только следует соблюдать нехитрые правила этой процедуры: закапывание следует проводить сидя или лежа, немного запрокинув и повернув голову в ту сторону, куда производится закапывание. Это способствует попаданию лечебной влаги в среднюю часть носа. Если сделать по-другому, велика вероятность, что лекарство попадет в носоглотку, сведя лечение к нулю.

## Как лечить насморк, или Куда совать больной нос

Автор: admin

07.08.2013 20:32 -

---

Или вот еще способ: положить на электрическую плиту (или на сковороду, если у кого плита газовая) корочку хлеба, дождаться, пока она начнет тлеть, и затем вдыхать полученный дым. Если же у вас наблюдается потеря обоняния, народная молва советует налить на горячую же сковороду уксус и вдыхать его пары. Считается очень действенным способом, между прочим.

И напоследок еще один совет: сморкаясь, очищайте каждую ноздрю отдельно, закрывая другую пальцем. В противном случае инфекция может попасть в среднее ухо, далее везде.

Автор - **Елена Петрова**

[Источник](#)