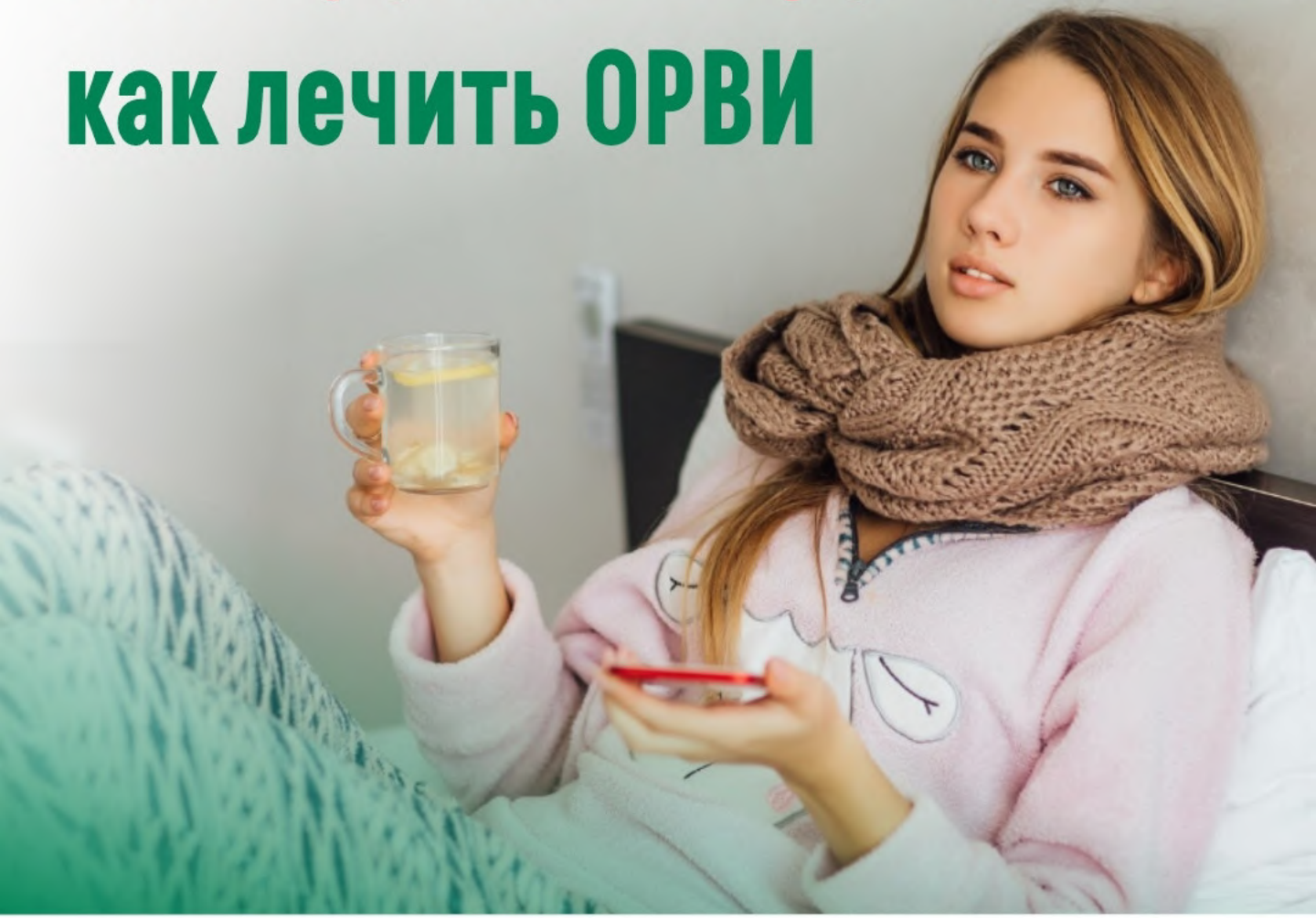
НАРОДНАЯ МЕДИЦИНА:

как лечить ОРВИ



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТыСильнее МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ

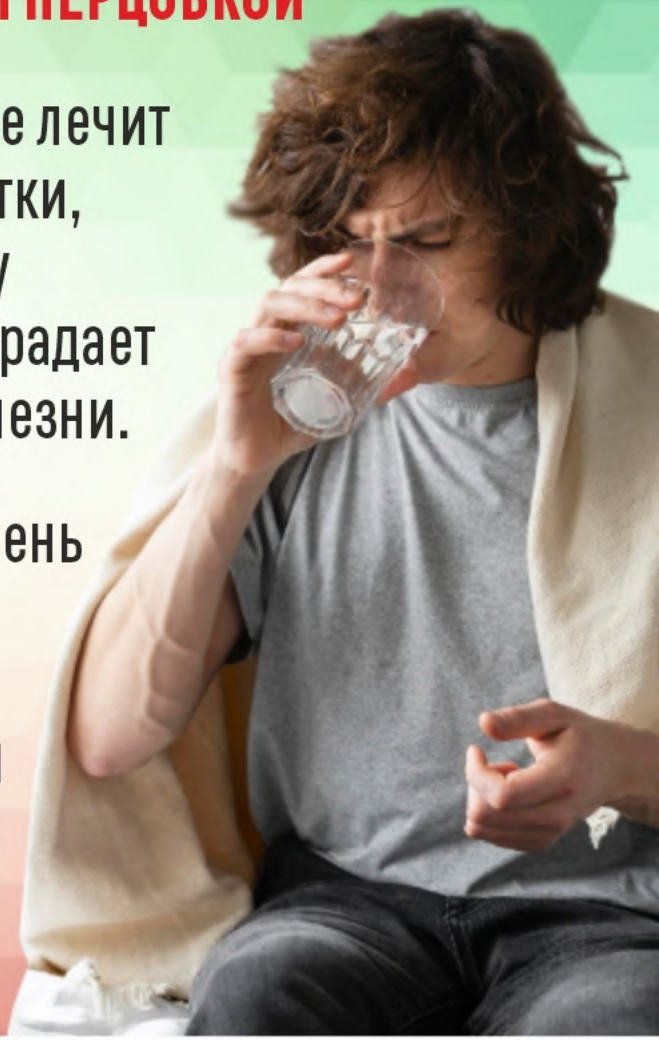
8 800 200 0 200

TAKZDOROVO.RU

УПОТРЕБЛЕНИЕ НАСТОЕК НА СПИРТУ, ВОДКИ С ПЕРЦЕМ, СОЛЬЮ ИЛИ ПЕРЦОВКОЙ

Алкоголь не убивает вирус и не лечит грипп и ОРВИ. Спиртные напитки, наоборот, оказывают нагрузку на организм, который и так страдает от интоксикации во время болезни.

Также алкоголь нагружает печень и при расщеплении образует в ней ядовитые вещества. Поэтому, кроме интоксикации от вируса, организм получает дополнительное отравление.



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫСИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ

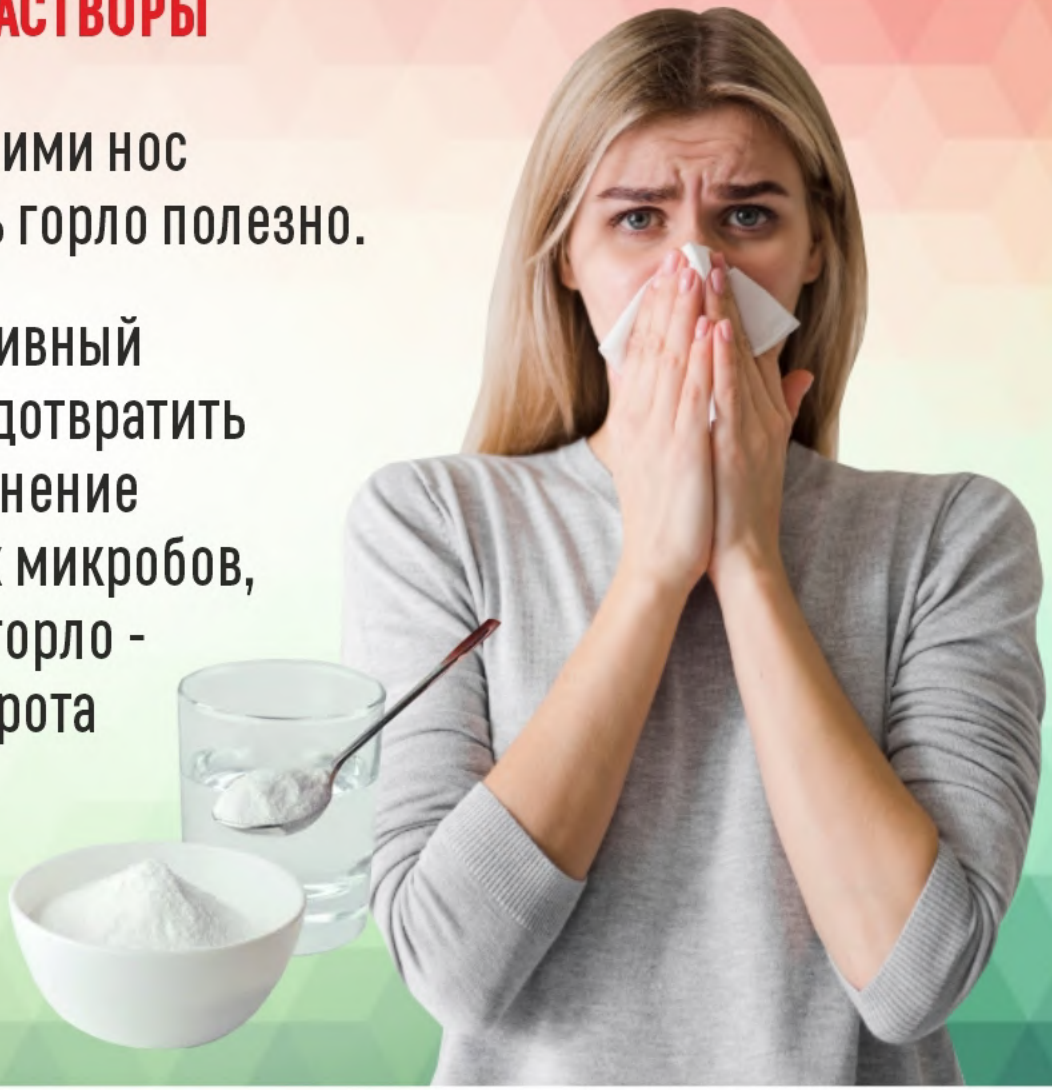
8 800 200 0 200

TAKZDOROVO.RU

СОЛЕВЫЕ РАСТВОРЫ

Промывать ими нос
и полоскать горло полезно.

Это эффективный
способ предотвратить
распространение
патогенных микробов,
ведь нос и горло -
входные ворота
инфекции.



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫ СИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

ОБИЛЬНОЕ ПИТЬЕ

Считается полезным пить чай, отвары или увары из ромашки, корня имбиря с медом и лимоном, малины, листьев эвкалипта, мяты и клюквы.

Но следует пить теплые напитки.

Кипяток при температуре может раздражать больное горло.



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫСИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

ДЫШАТЬ НАД ВАРЕНОЙ КАРТОШКОЙ, НАКРЫВШИСЬ ПОЛОТЕНЦЕМ



Пар действительно способствует разжижению мокроты, увлажнению и очищению слизистых.

Но такое лечение имеет ряд правил:

1. Необходимо соблюдать осторожность, чтобы не обжечься.
2. Ингаляции противопоказаны при повышенной температуре.

Врачи рекомендуют использовать современные ингаляторы, которые генерируют холодный пар и доставляют вместе с ним медикаменты в очаги воспаления.

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫСИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ! УТВЕРЖДАЕТ!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

ГОРЧИЧНИКИ

Раньше считалось, что они стимулируют кровообращение, прогревают бронхи и легкие.

На самом деле они не прогревают столь глубоко, но могут оставлять ожоги и раздражение на коже.

Также они способны увеличить температуру тела, что рискованно при уже высокой температуре.



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫ СИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

МЕТОД «ПРОПОТЕТЬ»

Нагревать тело дополнительно вредно, так как высокая температура поддерживается искусственно, а это дополнительная нагрузка на сердце и сосуды.

Утепляться можно только при сильном ощущении холода и лихорадки.



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫ СИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

КАПАТЬ СОК ЛУКА ИЛИ ЧЕСНОКА В УШИ И НОС

Такое лечение может навредить слизистой.

Для профилактики ОРВИ сок лука и чеснока следует добавлять в пищу.



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫ СИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

БАННЫЕ ПРОЦЕДУРЫ И ПРИНЯТИЕ ГАРЯЧИХ ВАНН

Этот способ лечения противопоказан во время ОРВИ.

При повышенной температуре условия парилки или горячей ванны создают дополнительную нагрузку на сердце и сосуды, с которой организм может не справится.

Для поддержания гигиены можно делать обтирания и принимать теплый душ.



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЗДОРОВАЯ УДМУРТИЯ

#ТЫ СИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ!

8 800 200 0 200

TAKZDOROVO.RU