

1. При кашле просто необходимо обильное теплое питье. Травяные чаи способствуют отхождению мокроты, укрепляют иммунитет, придают силы. Для детей рекомендуют заваривать травы: шиповник, чабрец, мать-и-мачеху. Однако надо помнить, что мать-и-мачеха вызывает сильное отхождение мокроты и очень маленькие дети могут не справиться с ней. При сильном сухом кашле детям можно заварить багульник. Пить его лучше с медом по 1/3 стакана перед едой 3 раза в день.

2. Луковый сироп обладает противовоспалительным и отхаркивающим действием, а также помогает успокоить ночной кашель у ребенка. Приготовить его очень просто. Большую луковицу мелко порежем, поместим в небольшую, но глубокую тарелочку, засыплем столовой ложкой сахара. Когда лук пустит сок, будем давать ребенку по чайной ложке через каждые полчаса. Выбирайте такие народные средства от кашля для детей, которые и полезны, вкусны, и приятны.

Например, рецепт «Молоко с какао». Вылечивает даже застарелый кашель и укрепляет организм после перенесенных заболеваний. Надо срезать листья алоэ у растения (возраст 3-5 лет), которое несколько дней не поливалось. Положить срезанные листья в темное холодное место. Через 8-10 дней отжать сок. К 50 г сока добавить 100г сливочного масла, 100 г какао в порошке, 100 г меда. Все тщательно перемешать, сложить в стеклянную банку. Хранить в холодильнике в течение трех месяцев. Принимать от кашля утром и вечером: 1 десертную ложку «шоколадной смеси» разводим в 1 стакане горячего молока.

3. Я пришла к выводу, что маленьким детям не следует ставить «мокрые» компрессы, тем более спиртовые. Это требует от матери, особенно ночью, максимум внимания и опыта. Если вовремя не снять компресс, вовремя не переодеть малыша, можно ухудшить его состояние. Поэтому мы в семье остановились на самом безопасном способе – мешочек с солью. Сухое

тепло успокаивает даже сильный кашель. Кроме того, соль очень полезна для дыхания. Недаром так популярны сегодня соляные комнаты. Мы нагреваем соль сильно, но заворачиваем мешочек в полотенце в несколько слоев. Должно быть приятное тепло. Кладем на грудь, не захватывая область сердца. По мере остывания соли разворачиваем слои. Прогреть можно в течение часа.

При бронхитах нас выручала картошка. Варю 3-4 картофелины в мундире, сливаю воду, чуть подсушиваю на огне в пустой кастрюле (пока не испарится вода). Заворачиваю картофелины в старое кухонное полотенце, предварительно размяв картофель вилкой. Получается конвертик с картошкой, который долго держит тепло. Кладем на грудь чистую пеленку, конвертик с картошкой, пуховый платок, укутываем ребенка. Греемся 10-15 минут, потом перекладываем конвертик под спинку, еще 10 мин, затем быстро вытираем сухим полотенцем и переодеваемся.

Еще один секрет: бороться с кашлем надо сразу, при первых же признаках.

Пусть ваши дети будут здоровы!