

## چگونه به کمک زنجبیل سرفه را درمان کنیم؟

یکی از استفاده های دارویی از زنجبیل برای درمان برونشیت با سرفه است. زنجبیل برای درمان سرفه های خشک موثر است.



سلامت نیوز: یکی از استفاده های دارویی از زنجبیل برای درمان برونشیت با سرفه است. زنجبیل برای درمان سرفه های خشک موثر است.

بدون شک شما نیز در آشپزخانه تان ادویه های مختلفی دارید و از آن ها برای خوش طعم کردن غذاها استفاده می کنید. هیچ شکی نیست که زنجبیل نیز پای ثابت این ادویه ها است.

این ادویه علاوه بر این که خوش عطر است و طعم خوبی به غذاها می دهد خواص درمانی هم دارد.

در واقع مادر بزرگ های ما از این ادویه به عنوان داروی طبیعی و بدون خطر برای درمان برخی از بیماری ها استفاده می کردند.

یکی از استفاده های دارویی از زنجبیل برای درمان برونشیت با سرفه است. زنجبیل برای درمان سرفه های خشک موثر است.

آماده کردن این داروی طبیعی هم کار سختی نیست فقط کافی است زنجبیل تازه، زرده ی تخم مرغ و مقداری عسل داشته باشید.

100 گرم زنجبیل تازه را پوست کنده و به خوبی بشویید.

زنجبیل را رنده کنید و آن را داخل یک ظرف شیشه ای بریزید.

دو قاشق غذاخوری عسل (شهد عسل نه عسل با موم)، مقداری کره و زرده ی یک عدد تخم مرغ را هم به ظرف شیشه ای اضافه کنید.

مواد را هم بزنید و روی شعله ی ملایم قرار دهید.

بگذارید مواد به مدت حدود سه دقیقه روی شعله ی ملایم با هم مخلوط شود.

سپس اجازه دهید تا خنک شود. ظرف را در یک مکان خنک قرار دهید و اجازه دهید ده دقیقه بماند.

آماده کردن این داروی طبیعی هم کار سختی نیست فقط کافی است زنجبیل تازه، زرده ی تخم مرغ و مقداری عسل داشته باشید

هر روز سه مرتبه و هر بار یک قاشق غذاخوری از این شربت میل کنید. به این ترتیب که یک قاشق صبح ها زمانی که ناشتا هستید، یک قاشق دیگر یک ربع قبل از نهار و قاشق آخر را یک ربع قبل از شام میل کنید. حواستان باشد میزان موادی که گفته شد بیش از این نباشد.

این شربت را می توانید به مدت 24 ساعت نگه داشته و استفاده کنید.

اگر سرماخوردگی و علائم بیماریتان بیش از 48 ساعت بهبود نیافت حتماً به پزشک مراجعه کنید.