



## عسل، ضد سرفه طبیعی

درمان گلو درد و التیام زخم‌ها از جمله خواص عسل، است.

استفاده از داروهای شیمیایی، بخصوص مصرف بیش از مقدار توصیه شده، عوارض جانبی فراوانی به دنبال خواهد داشت. پس بهتر است برای درمان، از داروهای طبیعی استفاده کرد و خبر جالب اینکه، یکی از بهترین داروهای طبیعی و سالم خانگی، عسل است که برای درمان بسیاری از بیماری‌ها، کاربرد دارد.

محققان دانشگاه پنسیلوانیا، در خصوص اثر درمانی عسل در سرفه کودکان، تحقیقی انجام دادند و طی آن کودکانی که دارای نشانه‌های سرفه بودند را به سه گروه تقسیم کردند، به گروه اول هیچ دارویی ندادند، به گروه دوم داروی ضد سرفه دکسترومتورفان دی‌ام دادند و گروه سوم، یک قاشق عسل قبل از خواب دریافت کردند.

محققان طی این تحقیق به این نتیجه رسیدند که آثار درمانی سرفه در گروهی که عسل دریافت کرده بودند نسبت به دو گروه دیگر، بسیار بهتر بوده است.

عسل منبع قوی ترکیبات آنتی‌اکسیدان و ضد میکروبی است که خواص درمانی فراوانی دارد.

عسل، با پوشش نواحی که حساسیت در آن ایجاد شده، گلو را نرم می‌کند و اگر احساس می‌کنید حتی در آستانه ابتلا به گلو درد هستید حتما عسل بخورید.

یکی دیگر از خواص عسل، تقویت سیستم ایمنی بدن، و به دنبال آن مقابله با بیماری‌ها و نیز التیام زخم‌ها است.

همشهری آنلاین - شهره فرجی