

Toux persistante remèdes

La tisane à base de bourgeons de sapin, par exemple, est recommandée pour soigner une toux irritante ; l'action expectorante de sa sève libère les bronches et les poumons des sécrétions accumulées. Les infusions à base d'eucalyptus, de thym ou de camomille, agrémentées d'une petite cuillerée de miel, apportent également un confort bienvenu.

On peut en consommer jusqu'à 3 tasses par jour. De plus, elles sont idéales au coucher pour mieux

Les raisins, surtout les plus foncés, tonifient le système respiratoire et constituent un excellent expectorant naturel. En les consommant quotidiennement, surtout lorsqu'on a un rhume ou une grippe, nous profitons également d'une bonne dose d'antioxydants. Pour calmer une toux persistante, il est recommandé de boire un verre de jus de raisin (idéalement biologique) auquel il faut ajouter une cuillerée à café de miel.

Une autre recette, pour calmer un début de toux consiste à faire bouillir l'écorce de trois citrons (biologiques dans l'idéal) dans de l'eau minérale. Laisser infuser le tout pendant 5 minutes. Ajouter ensuite une cuillerée de miel, brasser, et boire chaud...

Depuis des décennies, nos grands-mères ont recours aux propriétés curatives de l'oignon pour calmer l'irritation causée par la toux et dégager les bronches. Il suffit de préparer un sirop en coupant un oignon frais en petits dés et en le pressant pour en extraire le jus. Mélangez à ce liquide une cuillère à café de miel. Laissez ensuite reposer le tout pendant six heures. Il est recommandé de consommer une demi-cuillerée de ce mélange deux fois dans la journée, sur une période maximale de trois jours.

Note : si vous ne constatez aucune amélioration de votre toux au bout de quelques jours, consultez votre médecin.

Un sirop d'oignon : 1. Pelez et émincez 6 oignons. 2. Mettez-les dans un bol et ajoutez 4 cuillères à soupe de miel. 3. Chauffez au bain-marie. 4. Couvrez et laissez cuire lentement pendant 2h. 5. Filtrez. Résultat Et voilà, vous savez comment faire votre sirop à l'oignon contre votre toux grasse :-) Utilisez ensuite le sirop refroidi, à raison d'1 cuillère à soupe toutes les 2 à 3 heures. Il peut se conserver pendant 24h, dans votre réfrigérateur.

Manger une gousse d'ail 3 fois par jour jusqu'à ce que vous vous sentiez mieux. Courage ! Votre enfant ne se sent pas très bien ? Il tousse ? Pensez à utiliser l'ail pour le soulager efficacement. Une cuillerée à café de jus d'ail toutes les 2 à 3 heures devrait permettre à votre petit bout de chou de retrouver toute son énergie.

Le thé vert : Il est recommandé d'en boire 3 à 6 tasses par jour pour bénéficier de ses effets positifs sur la santé. Attention, ne rajoutez pas de lait et limitez l'ajout de sucre !

Une infusion au basilic : Pour établir un remède naturel contre la toux, vous devez laisser infuser 20 g de feuilles de basilic dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes. Vous consommerez cette boisson 3 fois par jour entre les repas.

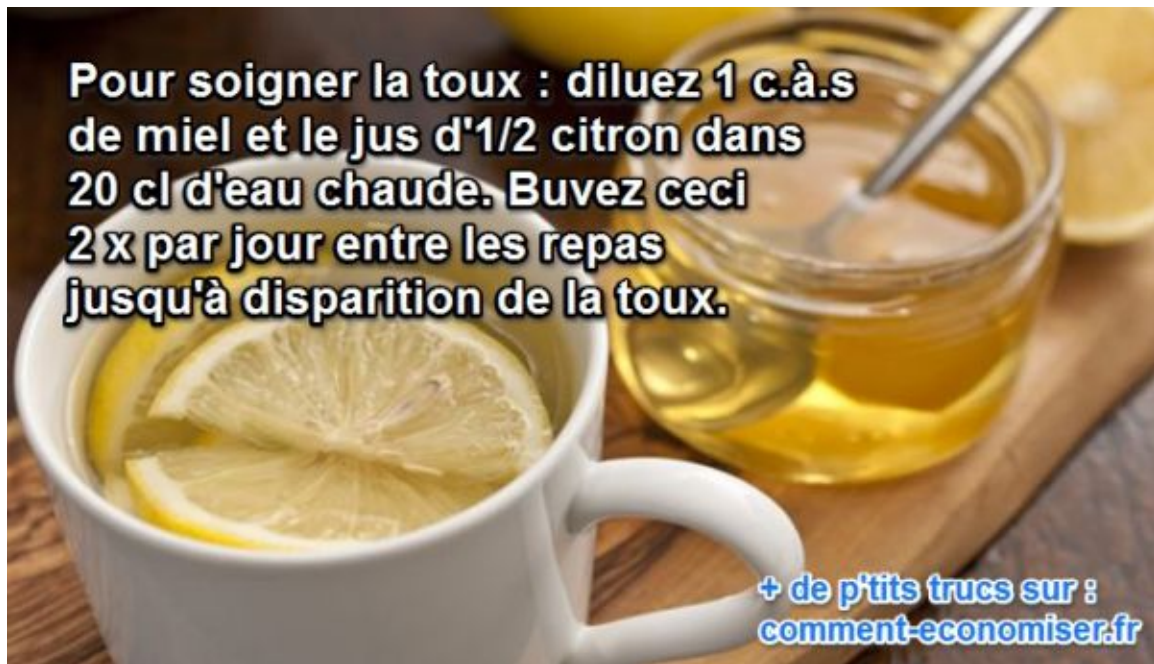
Toux sèche : Une boisson chaude à l'eucalyptus - préparez-vous une boisson chaude de votre choix composée d'un peu de miel, de 2 gouttes d'huile essentielle de cyprès ainsi que de 2 gouttes d'huile essentielle d'eucalyptus. Buvez cette potion magique 3 fois par jour pendant 5 jours pour guérir efficacement !

Toux grasse : une bonne boisson chaude, ajoutez-y du miel et une goutte d'huile essentielle de myrte rouge. Buvez cette préparation 4 fois par jour pendant environ 8 jours (oui c'est un peu long, mais avec un traitement médical c'est pareil...)

Toux grasse : les applications cutanées, utilisez 2 gouttes d'huile essentielle de myrte rouge que vous appliquerez sur les bronches et sur le haut du dos 3 fois par jour pendant une semaine.

Toux grasse : Une infusion aux primevères : La semaine dernière, j'étais malade. J'avais une toux grasse qui venait de mes bronches, c'était très désagréable. Ma tante, qui ne se soigne que par les plantes ou l'homéopathie, m'a préparé cette petite infusion : Elle a pris 20 g de racines de primevères, qu'elle a fait infuser dans 1 litre d'eau bouillante pendant 10 minutes. Puis, elle a filtré cette eau et l'a laissée tiédir. J'ai bu ce breuvage magique à raison de 3 tasses par jour pendant quelques jours. J'ai été bluffée par le résultat.





Vitamines et chlorure de magnésium : l'hypervitaminose en vitamine C n'a pas d'effets secondaires néfastes connus. Oranges, clémentines, persil, huile de germe de blé, le chlorure de magnésium (à dissoudre dans 1 l d'eau) rétablit d'un début de grippe, d'une angine, d'une otite et de tous ces petits maux de l'hiver. Une cure d'une semaine en prévention. L'échinacée, L'extrait de pépins de pamplemousse,

Le papier d'Arménie : est connu pour parfumer et désinfecter nos maisons. Il est un remède que les personnes asthmatiques connaissent bien. En plus de parfumer nos intérieurs, il soulage nos toux asthmatiformes.

<http://www.comment-economiser.fr/miel-citron-toux.html>