***Народные средства от бронхита***

* ***Виноград***

**Эффективным народным средством, помогающим избавиться от кашля, является виноград, который способствует заживлению легких и действует как отхаркивающее средство, быстро излечивая обычную простуду и кашель.**

* ***Виноградный сок и мёд***

**Стакан виноградного сока с чайной ложкой меда успокаивает кашель.**

* ***Капустный сок и сахар***

**Свежий сок капусты с сахаром применяют как отхаркивающее средство при кашле и охриплости. Пить по чайной ложке несколько раз в день.**

* ***Картофель, сливочное масло, чеснок и лук***

**Отварить несколько картофелин в небольшом количестве воды, размять их до консистенции жидкого пюре вместе с отваром, 1 чайной ложкой сливочного (лучше топленого) масла, 2 измельченными зубчиками чеснока и маленькой луковицей. Такое пюре готовят и едят несколько раз в день в горячем виде. Это радикальное средство лечения как острого, так и застарелого хронического кашля.**

* ***Лук и сахар***

**Вечером мелко порежьте большую луковицу, засыпьте ее 2 столовыми ложками сахара. К утру лекарство будет готово. В течение дня съешьте сладкий лук или выпейте образовавшийся сок. Лечите кашель этим народным средством несколько дней подряд и кашель пройдет.**

* ***Л у к***

**Вдыхать под одеялом в течение 15 минут аромат свежей луковицы.**

* ***Мёд, молоко, яйцо, сливочное масло***

**На пол-литра подогретого молока разбить сырое яйцо. Добавить чайную ложку меда и такое же количество сливочного масла, хорошо размешать и выпить.**

* ***Мёд и морковный сок***

**Несколько ложек меда добавить в стакан морковного сока. Принимать 5 раз в день по 1 столовой ложке.**

* ***Мёд, яйцо, сливочное масло, мука***

**2 столовые ложки свежего сливочного масла, 2 желтка, 1 чайную ложку пшеничной муки и 2 чайные ложки меда тщательно перемешать. Принимать при кашле и бронхите 4-5 раз в день до еды.**

* ***Мёд и редька***

**Редьку натереть, и отжать сок. 0,5 литра полученного сока смешать с 200 г. меда. Выпивать перед едой и на ночь по 2 ст. ложки.**

* ***Мёд и чеснок***

**Очень несложный рецепт. Съедать 3 раза в день по зубку чеснока с чайной ложкой меда. Обязательно нужно очень тщательно пережевывать, и только потом проглатывать.**

* ***Мёд, сахар и лук***

**500 г очищенного репчатого лука измельчить, добавить 400 г сахара и варить на слабом огне в 1 л воды 3 часа. Затем остудить, добавить 50 г меда, перелить в бутылку и закупорить. Принимать по 4-6 столовых ложек в день после еды как народное средство лечения кашля.**

* ***Мёд и капуста***

**Отвар капусты с медом принимать внутрь при заболеваниях дыхательных путей, в том числе как народное средство лечения кашля.**

* ***Мёд, лук и сливочное масло***

**От кашля полезно есть лук, поджаренный на сливочном масле и смешанный с медом.**

* ***Мёд (сахар) и морковный сок***

**Успокоить сильный кашель поможет морковный сок. Для его приготовления несколько корнеплодов моркови средних размеров натирают на терке и отжимают сок в марле. К полученному соку добавляют теплую воду (1:1) и несколько чайных ложе сахара (сахар можно заменить медом). Такой морковный сок нужно пить по 1 столовой ложке 4-5 раз в день до еды.**

* ***Мёд и лимон***

**Хорошо принимать от кашля лимон, пропущенный через мясорубку вместе с кожурой и смешанный по вкусу с медом.**

* ***Молоко, мёд, минералка***

**Сильный кашель хорошо лечится молоком. Пейте горячее молоко со щелочной минеральной водой (1/2 стакана молока и 1/2 стакана боржоми) или медом (1 чайная ложка меда на стакан горячего молока).**

* ***Молоко и лук***

**Две луковицы среднего размера мелко порезать, отварить в 1 стакане молока, настаивать в течение 4 часов, процедить. Принимать по 1 столовой ложке через каждые 3 часа как народное средство лечения кашля.**

* ***Молоко и сливочное масло***

**Для смягчения воспаленного горла при кашле полезно пить теплое молоко, сливки или чай со сливочным маслом несколько раз в сутки.**

* ***Молоко и мак***

**Перед сном, чтобы снять приступы кашля, рекомендуется медленно выпивать стакан теплого макового молока. Взять 2-3 чайные ложки (с верхом) мака, растереть в керамической чашке, смочив горячей водой, а затем залить стаканом кипяченого молока, дать настояться, процедить и пить как народное средство лечения кашля.**

* ***Молоко и чеснок***

**5 зубчиков чеснока очистить, мелко истолочь, развести стаканом молока и вскипятить. При заболеваниях верхних дыхательных путей и кашле принимать в теплом виде по чайной ложке несколько раз в день.**

* ***Молоко и картофельное пюре***

**Как указывается в старинных лечебниках, страдающим кашлем больным очень полезно включать в питание картофельное пюре, приготовленное с большим количеством молока. Такая пища способствует снятию бронхоспазма.**

* ***Питьевая сода, соль и вода***

**В качестве отхаркивающего средства при кашле 2 раза в день выпивать 1/2 стакана теплой воды (утром натощак и перед обедом), размешав в ней 1/2 чайной ложки питьевой соды и щепотку соли.**

* ***Редька и мёд***

**Выберите пузатую черную редьку с хвостиком, срежьте верхушку и выньте внутреннюю часть на треть. Положите в углубление немного меда так, чтобы осталось место для выделяющегося сока. Редьку опустите в стакан с водой хвостиком вниз. Когда через 3 - 4 часа наберется сок, выпейте его и снова положите мед. Это очень хорошее эффективное народное средство от кашля!**

* ***Редька, сахар***

**Нарезать очень тонкими ломтиками 6 или 8 штук редьки. Обильно посыпать каждый ломтик сахаром. Выделившийся сок, смешанный с сахаром принимать по 1 столовой ложке каждый час как народное средство лечения кашля. Знахари утверждают, что описанное средство излечивает самый тяжелый кашель в сравнительно короткий период времени.**

***Диета очень важна при лечении кашля. Больным, страдающим кашлем, очень полезно включать в рацион жидкую молочную кашу из геркулеса, картофельное пюре, приготовленное с большим количеством молока, натертую на терке редьку, заправленную растительным маслом и сметаной.***

***Избегать острой пищи, сладких напитков, конфет, они затрудняют отхождение мокроты из легких и усугубляют кашель.***

***Кофе при кашле рекомендуется заменить ячменным напитком с добавлением цикория и молока.***