

وصفات طبيعية لعلاج الطفل من نزلات البرد

أكثر ما يتعب ويؤرق الأم هو رؤية علامات الإصابة بالبرد ظاهرة على طفلها الرضيع، فكلها أعراض مؤلمة لمن في عمره الصغير وقد تمنعه من الرضاعة والنوم.

كثيرًا ما يصاب الرضع بنزلات البرد أثناء فترة تغيير الفصول بسبب ضعف مناعتهم. ولكي تحمي طفلك وتعززي مناعته، فينصح باللجوء الى وصفات طبيعية منزلية لعلاج أمراض البرد.

تعرفي على أبرز الحلول المنزلية لعلاج طفلك من البرد:

الكركم: عليك حرق قطعة كركم في شمعة وترك طفلك الرضيع يستنشق الدخان لمدة دقيقة فقط. أما بالنسبة للطفل في عمر السنتين وأكبر فيمكن اضافة الكركم الى الحليب.

الثوم: عليك تقشير الثوم ونقعه بـ 50 مل ماء ساخن لمدة 10 دقائق ثم عليك تركه ليبرد ومن بعدها على طفلك الصغير أن يشرب ماء الثوم مرة كل 3 ساعات. هذه الوصفة تناسب الأطفال ابتداءً من 4 أعوام.

مرقة الدجاج: يمكنك تقديم مرقة الدجاج لطفلك لدى بلوغه 8 أشهر من العمر. هذه المرق تساعد على تعويض جسم الطفل بالماء كما انها تحتوي على عناصر غذائية تحارب فيروس الأنفلونزا.

العسل: ينصح تقديم الحليب المحلى بنصف ملعقة من العسل الطبيعي مرتين باليوم كما يمكنك استبدال الحليب بعصير الليمون لأنه عنصر غني بالفيتامين C.

القرفة: تحتوي القرفة على عناصر مضادة للفطريات والبكتيريا، ويمكن تقديمها للأطفال ابتداءً من عمر السنة وأكبر. يمكن مزج ملعقة من العسل مع ربع ملعقة من القرفة في الماء وتقديم هذا المشروب كل 4 ساعات للطفل.

المحلول الملحي: يمكن شراء المحلول الملحي من الصيدلية أو صنع من الملح والماء في المنزل، وهو عنصر لا غنى عنه للأطفال والرضع لدى الإصابة بالبرد. طريقة عملية للتخلص من المخاط وتنظيف الأنف.

النعناع: يعتبر النعناع من أهم المشروبات للوقاية من البرد والتخفيف من أعراضه كما انه يساعد على تسليك الأنف وإزالة المخاط وتهئية الحلق والحد من السعال. يمكن أن يشرب الطفل بعد عمر الـ6 أشهر شاي النعناع.