

МБДОУ " Детский сад №2"

Выполнила: Дронова А.В.

«ЛУК ОТ СЕМИ НЕДУГ»

У меня есть один друг,
Он – от семи недугов!
Это вкусный и полезный,
Желто - золотистый лук!



Ребята, вы наверняка слышали такую поговорку «Лук от семи недугов». От каких же семи недугов помогает лук???

Давайте разбираться!

1. ПРОСТУДА И ГРИПП



Учёные доказали, что фитонциды, выделяемые луком, помогают бороться с вирусами и микробами, которые вызывают простуду и грипп. В период вспышек таких заболеваний необходимо обязательно включать ЛУК в свой рацион.

2. КАШЕЛЬ



С помощью лука можно избавиться от кашля.

Одновременно с назначенными врачом лекарствами можно принимать 3 раза в день до еды смесь лука и мёда.

3. АНГИГА И ТОНЗИЛИТ



Для того, чтобы вылечить больное горло, рекомендуется развести сок

лука в равной пропорции с жидким мёдом и рассасывать по 1 чайной ложке 4 раза в день до еды.

4. ПРИСТУП РАДИКУЛИТА



Одновременное использование лука и чёрной редьки помогает избавиться от боли в спине. Использовать средство надо как кашицу для компресса.

5. ГНОЙНИКИ

С помощью лука можно лечить фурункулы, прыщи, карбункулы и

другие гнойные нарывы на коже человека.



6. ГЛИСТЫ



Для избавления от глистов врачи рекомендуют использовать водный настой репчатого лука. Для профилактики появления глистных инвазий рекомендуется употреблять лук по утрам на голодный желудок.

7. ГЕРПЕС



Дерматологи советуют смазывать пузырьки на губах соком свежего репчатого лука. И проявления герпеса значительно снизятся.

МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

