ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

ОСТРЫЙ НАСМОРОК

Является одним из наиболее частых забеливаний полости носа. Он может быть самостоятельным заболеванием или проявлением острой респираторной вирусной инфекции. Вот некоторые рецепты лекарственных средств.

Отвар сбора: **взять по 10 г травы тысячелетника обыкновенного, корня фиалки трёхцветного, травы душицы обыкновенной, листьев шалфея лекарственного, коры калины обыкновенной. 15 г сбора залить холодной водой (200 мл), настаивать 1 час, кипятить 5-7 мин, охладить, процедить, применять в виде капель в нос или для ингаляций.**

Настой сбора: **взять по 15 г листьев шалфея лекарственного, коры дуба обыкновенного и по 10 г цветков календулы лекарственной, цветков липы мелколистной. 20 г сбора залить 200 мл кипятка, настаивать в течении 1,5-2 ч, охладить, процедить и использовать в виде капель в нос или ингаляции.**

Сок чеснока или лука**, разбавленный в соотношении 1:50 или 1:20, закапать в нос.**

ПОЛЕЗНЫЕ СОВОЙСТВА ХОЗЯЙСТВЕННОГО МЫЛА

Борется с бактериями. **Хозяйственное мыло обладает не только универсальным свойством отстирывания и отмывания застарелых загрязнений, в том числе мазута, масла и краски. Оно может успешно конкурировать с самыми современными моющими и косметическими продуктами благодаря своим антисептическим свойствам. Хозяйственное мыло отлично справляется с различными видами бактерий. Этим натуральным средством можно мыть руки после контакта с различными предметами общего пользования (например, поручнями в общественном транспорте) или после длительных прогулок в песочнице (хозяйственным мылом можно пользоваться даже маленьким детям). Мыльным раствором можно периодически обрабатывать предметы гигиены: зубную щетку, расчестку, ложку для обуви. С хозяйственным мылом можно осуществлять общую уборку квартиры., особенно если в доме есть животные.**

Материал подготовлен воспитателем группы «СЕМИЦВЕТИКИ»

Юдиной И.В.