



Remèdes contre le mal de gorge



Gargarismes à l'eau salée

Les gargarismes à l'eau salée aident à réduire l'inflammation en délogeant les mucosités et en éliminant les agents irritants de la gorge, car le sel a des propriétés antiseptiques qui aident à combattre les infections. Les gargarismes à l'eau salée sont donc un remède simple et efficace pour soulager le mal de gorge. Voici comment procéder :

1. Versez une cuillère à café de sel dans un verre d'eau tiède.
2. Mélangez bien jusqu'à ce que le sel soit complètement dissous.
3. Prenez une gorgée du mélange salé.
4. Inclinez votre tête en arrière et faites circuler lentement le liquide dans votre bouche, en veillant à ce qu'il atteigne la zone de la gorge.
5. Gargarisez pendant 15 à 30 secondes, puis recrachez le liquide.

Répétez ce processus jusqu'à trois fois par jour, selon l'intensité de votre mal de gorge.

Perso : J'ai effectué des gargarismes avec de l'eau tiède et quelques gouttes d'Extril (bain de bouche) ou d'argent colloïdal.



1. Eau tiède et miel

Le miel a des propriétés anti-inflammatoires et apaisantes qui peuvent aider à réduire l'irritation de la gorge. L'eau tiède aide à calmer la douleur et à maintenir une bonne hydratation. Le mélange des deux est un remède bien connu et efficace pour soulager le mal de gorge. Vous pouvez également ajouter à cette boisson chaude un peu de saveur et d'autres plantes qui permettront aussi de réduire l'inflammation en y ajoutant une infusion.



Pourquoi se gargariser avec de l'eau salée ?

Les gargarismes à l'eau salée aident à réduire l'inflammation en délogeant les mucosités et en éliminant les agents irritants de la gorge, car le sel a des propriétés antiseptiques qui aident à combattre les infections. Les gargarismes à l'eau salée sont donc un remède simple et efficace pour soulager le mal de gorge.

Se gargariser avec de l'eau salée est-il bon pour la toux ?

4. Faites des gargarismes à l'eau salée. Se gargariser avec de l'eau salée tiède peut soulager un mal de gorge ou une irritation, symptômes qui accompagnent souvent la toux. L'eau salée contribue à réduire l'inflammation et à éliminer les bactéries, procurant ainsi un soulagement temporaire.

Quelle est la proportion d'eau salée pour un gargarisme ?

au sel : une demi-cuillère à café de gros sel dans un verre d'eau tiède suffit pour se gargariser efficacement en cas de mal de gorge.

Comment arrêter une quinte de toux ?

Ajoutez du jus de citron à de l'eau chaude avec du miel pour un remède apaisant. Eucalyptus : L'huile d'eucalyptus peut être ajoutée à de l'eau chaude pour inhale la vapeur. Cela peut aider à dégager les voies respiratoires et soulager la toux.



Quelle est la recette de grand-mère pour un gargarisme ?

Gargarisme d'eau salée

Si vous préparez un gargarisme maison, il est important de respecter les proportions de sel et d'eau : une cuillère à thé de sel (5 ml) pour un litre d'eau. 24 mars 2021

Se gargariser à l'eau salée permet de réhydrater une gorge asséchée et d'aider à l'expulsion des sécrétions.

Comment tuer les bactéries de la gorge ?

L'eau salée aide à réduire l'inflammation et à tuer les bactéries de la gorge. Pour préparer ce gargarisme, dissolvez une demi-cuillère à café de sel dans de l'eau tiède et remuez jusqu'à dissolution complète.

Comment calmer la toux en 5 minutes ?

1. Gargarisme avec de l'Eau Salée. Le gargarisme avec de l'eau salée est un remède de grand-mère éprouvé pour **soulager la toux**. ...
2. Thé au Gingembre. ...
3. Miel dans les Boissons. ...
4. Bain ou Douche Chaude. ...

