

Eelistagem loodustooteid

Eire Peik soovib eelistada looduslikke tooteid, mis võiksid olla külmetuse puhul esmane valik. Riuilult hakkab silma mitmesuguseid mett ja taruvaiku sisaldavaid preparaate.

Apteeker kinnitab, et kui tegu on külmetuse või mõne kergemat sorti viirusega, siis on kasulik loputada nina merevee lahusega (müügil on vastavad ninaaerosoolid), sest viirused sisenevad organismi enamasti nina kaudu.

“Võiks juua sidruni ja meega sooja teed või manustada paaril päeval 200 milligrammi C-vitamiini kaks korda päevas ja edasi 60–100 milligrammi C-vitamiini päevas,” räägib Eire Peik.

“Lastele soovitatakse kurgu- ja neelukaheduse korral Eestis toodetud looduslikku kurgusiirupit, mis sisaldab taruvaiku ja kuusevõrse ekstrakti. Seda tuleb suus hoida pool minutit ning seejärel alla neelata. Loomulikult sobib see ka täiskasvanutele.

Turule on jõudnud looduslik organismi vastupanuvõimet tugevdav seepidine palsam, mida võib kasutada juba kolmandast eluaastast. See on väga hea koostisega, sisaldades taimseid ekstrakte, taruvaiku, mett ja C-vitamiini.”

Kui ise südatalvel haigeks jäin, märkasin, et seniste tuntud headuses Coldrexide kõrval on müügil uue kujunduse ja sisuga pakendid.

Sidrunimaitselise joogi kõrval tasuks rüübata Coldrexi meega. Teatavasti on meel head raviomadused ja kellel meeallergiat pole, võib eelistada mett sisaldavaid tooteid. Coldrex meega on apteekrite kinnitusele tarbijate poolt nüüdseks hästi vastu võetud.

Jäätis kurku ei ravi

Leviv müüt, nagu saaks angiini ravida jäätisega, ehk siis mõjuvat kuumenenud kurgule külm hästi. Põhjuseks tuuakse, et näiteks käe või jala põletuse korral pistetakse haige jäse külma vee vanni.

Apteeker Eire Peiki kinnitusele on see müüt ohtlikult vale. “Angiini või haiget kurku kohe kindlasti külma jäätisega ei ravita. Jäätis on omal kohal pärast mandlioperatsiooni. Kare ja valus kurk tahab sooja ning hea on, kui tohter kirjutab tõsisemal juhul välja ravimid.”

Kuid millised hädapärased ravimid peaksid kodus ravimikapis olema, et esmast haigestumist edukalt tõrjuda?

Eire Peiki arvates võiks kodus kindlasti olla ninaaerosool mereveega, C-vitamiin, kõiksugused gripiteed, kurgule aersoole ja imemistablette, palvikualandaja-valuvaigisti paratsetamool.

Looduslikest ravimiteedest tasuks tallele panna kummel ja pärnaõied ning kindlasti peaks olema purk mett.

Küüslauk samuti. Profülaktika mõttes pole paha õhtuti väike küüslauguküüs sisse võtta, kui tunned, et enesetunne pole päris see.

Apteeker soovib lähtuda eelkõige nendest võtetest ja vahenditest, mis teid varem on aidanud ja isiklikult sobivad.

Aga apteegistki saab alati head nõu.

VAMBOLA PAAVO

phytoneering

Avastades taimede jõudu

Sinupret®

nurmennukk, emajuur, hapuoblikas, leedripuu, raudürt

Hingamisteede ja siinuste ägedate ning krooniliste põletike korral.

- ☆ sekreeti vedeldav
- ☆ põletikuvastane
- ☆ viirusvastane toime

Ravimis sisalduvad toimeained vähendavad limaskestast turset, kergendavad sekreeti väljakõhimist ja nuuskamist ning omavad viirusvastast toimet.

Sobib kasutamiseks nii nohu kui kõha korral.



Tähelepanu! Tegemist on ravimiga. Enne tarvitamist lugege pakendis olevat infolehte. Kaebuste püsimise korral või ravimi kõrvaltoimete tekkimisel pidage nõu arsti või apteekriga.

Maaletooja ja esindaja Eestis:
MiecyS-Pharm OÜ, Vitamiini 4, 51014 Tartu.

BIONORICA®
The phytoneering company