



## Asthma Relief - Die allerbesten natürlichen Heilmittel

Asthma ist ein Zustand, bei dem sich der Luftdurchgang der Lunge entzündet und die darunter leidende Person ein Atemproblem hat. Ein Asthmaanfall kann aus verschiedenen Gründen ausgelöst werden, z. B. durch Staub, Rauchen oder bestimmte Pollen wie Eiche. Asthma ist jedoch heilbar, und dies kann ohne Verwendung eines Inhalators oder eines Arzneimittels erreicht werden. Hier sind einige sichere Hausmittel gegen Asthma. Hausmittel gegen Asthma -Ginger und Knoblauch Ingwer und Knoblauch sind sehr häufige Zutaten beim Kochen, aber dies sind auch ausgezeichnete natürliche Heilmittel gegen Asthma. Machen Sie Ingwertee und fügen Sie etwas gehackten Knoblauch hinzu. Nehmen Sie den Tee zweimal &hellip;



Asthma ist ein Zustand, bei dem sich der Luftdurchgang der Lunge entzündet und die darunter leidende Person ein Atemproblem hat. Ein Asthmaanfall kann aus verschiedenen Gründen ausgelöst werden, z. B. durch Staub, Rauchen oder bestimmte Pollen wie Eiche. Asthma ist jedoch heilbar, und dies

kann ohne Verwendung eines Inhalators oder eines Arzneimittels erreicht werden. Hier sind einige sichere Hausmittel gegen Asthma.

## **Hausmittel gegen Asthma**

### **-Ginger und Knoblauch**

Ingwer und Knoblauch sind sehr häufige Zutaten beim Kochen, aber dies sind auch ausgezeichnete natürliche Heilmittel gegen Asthma. Machen Sie Ingwertee und fügen Sie etwas gehackten Knoblauch hinzu. Nehmen Sie den Tee zweimal oder dreimal am Tag und Sie werden den Unterschied in nur wenigen Tagen erleben. Es ist bekannt, dass die entzündungshemmenden Eigenschaften von Ingwer von großem Wert sind, um einen Asthmaanfall zu lindern. Es hat die positive Wirkung auf die Hemmung der asthmatischen Entzündungsmediatoren gezeigt.

### **-Honig und Kurkuma**

Die tägliche Einnahme von Honig und Kurkuma am Morgen, bevor Sie etwas anderes einnehmen, kann den Asthmaanfall verringern. Honig und Kurkuma sind ausgezeichnete Hausmittel gegen Asthma und werden seit langer Zeit verwendet. Untersuchungen zeigen, dass Kurkuma bei chronischem Asthma hilft und das Vorhandensein von Pilzen verringert. Es hat auch entzündungshemmende und antimykotische Eigenschaften.

### **-Drumstick geht**

Der Trommelstock wird in vielen Gerichten auf der ganzen Welt verwendet, aber seine Blätter sind ein ausgezeichnetes Mittel gegen Asthma. Kochen Sie einige seiner Blätter in Wasser und trinken Sie es als Suppe. Für einen besseren Geschmack können Sie etwas Salz, Pfeffer und ein paar Tropfen Zitrone hinzufügen.

### **-Wasser**

Fragen Sie sich, wie Wasser ein natürliches Heilmittel gegen Asthma sein kann? Wenn Sie viel Wasser trinken, werden Ihre Blutgefäße verdünnt, wodurch der richtige Sauerstofffluss erleichtert wird. Wenn man einen Asthmaanfall hat und kein anderes Medikament verfügbar ist, hilft das Trinken eines Glases Wasser viel Erleichterung.

### **- Heißer schwarzer Kaffee**

Schwarzer Kaffee bietet ein sofortiges Heilmittel gegen Asthma. Es wurde nachgewiesen, dass Koffein hervorragende Asthmakontrolleigenschaften aufweist. Wenn Sie Milch hinzufügen, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit einer Schleimbildung in Ihren Atemwegen. Vermeiden Sie daher das Hinzufügen von Milch oder sogar Zucker, wenn Sie Kaffee trinken.

### **-Honig und heißes Wasser**

Mischen Sie jeden Tag vor dem Schlafengehen einen Teelöffel Honig in heißem Wasser und trinken Sie ihn. Es wird sich räuspern und Sie werden sich am nächsten Tag sehr frisch und erleichtert fühlen und die Häufigkeit des Angriffs wird sich verringern.

### **-Grapes und Milch**

Einige Trauben die ganze Nacht in Wasser einweichen und morgens eine halbe Stunde in kalter Milch aufbewahren. Haben Sie diese Trauben als erstes am Morgen, bevor Sie etwas anderes essen. Es wird Wunder bei Ihrem Asthma wirken.

**- Galanga (Alpinia Galanga):** Rhizomextrakt aus Galanga hat eine krampflösende Wirkung, die Asthma lindert.

**- Kiefer (Pinus sylvestris).** Die Kiefer enthält verschiedene Elemente mit antiasthmatischen Eigenschaften. Diese Inhalte lindern Entzündungen, reduzieren Husten und verbessern die

Atmung.

- **Violette Pflanze:** Die Fähigkeit der violetten Pflanze zur Entzündung der Schleimhaut und die antitussiven Eigenschaften sind für Asthmatiker sehr erstaunlich. Diese Pflanze kann Husten und Entzündungen in den Atemwegen lindern, was Asthmapatienten eine bessere Atmung ermöglicht.

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**