



Brustverstopfung - Die Lunge mit Hausmitteln und Ernährungsumstellung reinigen

Dieser Zustand, der äußerst unangenehm und schmerzhaft sein kann, wird im Allgemeinen durch übermäßigen Schleim und Flüssigkeit in der Lunge verursacht, oft begleitet von Husten und kann hörbar sein [a crackling sound] wenn die Person ein- oder ausatmet [air traveling through the airways of the congested lungs]. Symptome dieser Erkrankung * Husten * angestregtes Atmen * Kurzatmigkeit * Schmerzen oder Beschwerden in der Brust * Keuchen * laufende Nase * Schwindel * Fieber und Schüttelfrost * Gliederschmerzen * allgemeines Unwohlsein Diese Symptome können variieren [all at once or mixed and matched] je nachdem, was die zugrunde liegende Ursache ist [flu, …



Salbei

Dieser Zustand, der äußerst unangenehm und schmerzhaft sein kann, wird im Allgemeinen durch übermäßigen Schleim und Flüssigkeit in der Lunge verursacht, oft begleitet von Husten und kann hörbar sein [a crackling sound] wenn die Person ein- oder ausatmet [air traveling through the airways of the congested lungs].

Symptome dieser Erkrankung

- * Husten
- * angestregtes Atmen
- * Kurzatmigkeit
- * Schmerzen oder Beschwerden in der Brust
- * Keuchen
- * laufende Nase
- * Schwindel
- * Fieber und Schüttelfrost
- * Gliederschmerzen
- * allgemeines Unwohlsein

Diese Symptome können variieren [all at once or mixed and matched] je nachdem, was die zugrunde liegende Ursache ist [flu, bronchitis etc]

Ursachen

- * Erkältung
- * Grippe

- * Allergien

ernst, aber nicht lebensbedrohlich

- * Asthma

- * Kruppe

- * Bronchitis

- * Lungenentzündung

ernster und lebensbedrohlicher

- * Lungenkrebs

- * Mukoviszidose

- * Herzinsuffizienz

- * Lungenödem

Die Behandlungen variieren je nach Schwere der Erkrankung des Patienten, aber in diesem Artikel werde ich mich nur mit den nicht lebensbedrohlichen behandeln [but still serious] Brust Staus [the more serious chest problems need medical treatment as soon as possible]

Hausmittel

Verwendung eines Verneblers [machine that warms a decongestant oil – karvol for example] hilft, die Verstopfung zu lindern und Brustbeschwerden zu lindern, da es hilft, die Atemwege des Patienten zu reinigen, indem es den Schleim löst, der dann leichter abgehustet werden kann.

Dampf – dies ist auch eine großartige Möglichkeit, Schleim zu

lösen, einen Liter Wasser zu kochen, in eine Schüssel zu gießen und Karvol hinzuzufügen [or any other decongestant med]bringen Sie den Patienten dazu, sich über den Dampf zu beugen und seinen Kopf mit einem Handtuch zu bedecken, damit der Dampf auf das Gesicht des Patienten gerichtet bleibt, während er so tief wie möglich einatmet.

Äußerliche Anwendung - Auftragen von Aromaölen auf die Brust [eucalyptus, Clary sage, pine or rosemary for example] kann auch bei der Linderung einer verstopften Brust helfen.

Atemübungen - es gibt Yoga-Übungen, die helfen, die Lunge zu stärken und ihre Kapazität zu verbessern. Finden Sie eine Übung, die Ihren Bedürfnissen entspricht, und versuchen Sie es täglich.

Diät

Stellen Sie sicher, dass der Patient eine Ernährung zu sich nimmt, die reich an allen Nährstoffen ist [especially vitamin C and E] der Körper benötigt, wird dies das Immunsystem unterstützen, während es darum kämpft, die blockierten Atemwege zu reinigen. Zitrusfrüchte wie Orangen, Zitronen usw. sind reich an Vitamin C und dieses Vitamin ist zu dieser Zeit sehr wichtig für die Stärkung des Immunsystems. Bringen Sie den Patienten dazu, so viel Kräutertee wie möglich zu trinken [at least 3x a day] da diese viele essentielle Nährstoffe enthalten und auch zur Stärkung des Immunsystems beitragen können.

Unabhängig vom Ergebnis der Hausmittel, die Sie ausprobiert haben, holen Sie immer medizinischen Rat und Medikamente von Ihrem Arzt ein. Dies ist ein ernstes Problem und kann ein Symptom für eine schwerwiegendere Erkrankung sein.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki