

Leczenie kaszeli miodem i ziołami zamiast antybiotykami

9 września 2018

Czyżby skończyły się czasy lekarzy GP, którzy na dosłownie każdą dolegliwość przepisują leki przeciwbólowe? Takiej rewolucji w UK jeszcze się nie doczekaliśmy, ale pojawiły się oficjalne wytyczne dla medyków, którzy teraz mają zalecać swoim pacjentom bardziej naturalne metody walki z okresowymi infekcjami.



W związku ze zbliżającą się wielkimi krokami jesienią eksperci z National Institute for Health and Care Excellence (Nicea) oraz Public Health England (PHE) wystosowali specjalne wytyczne zarówno dla lekarzy pierwszego kontaktu, jak i samych pacjentów. W walce z lekkimi sezonowymi infekcjami górnych dróg oddechowych i kaszlem zalecają naturalne środki, takie jak miód i zioła.

Jak wynika ze statystyk NHS prawie połowa lekarzy pierwszego kontaktu decyduje się na przepisanie antybiotyków dla pacjentów cierpiących na kaszel. Twarde liczby przeczą utrwalonemu stereotypowi typowego brytyjskiego GP, który każdemu pacjentowi przepisuje paracetamol, bez względu na

objawy. Okazuje się, bowiem że Brytyjczycy nadużywają antybiotyków. A w przypadku leczenia właśnie kaszlu ich wpływ na poprawę stanu zdrowia jest minimalny. Co gorsza, zbyt częste używanie antybiotyków sprawia, że walka z mutującymi się wirusami staje się coraz trudniejsza.

Zamiast tabletek specjaliści z Nicea i PHE na dolegliwości związane z kaszlem zalecają picie gorących napojów z miodem, doprawionych cytryną i cynamonem, a także naturalnych ziołowych specyfików zawierających między innymi afrykańską pelargonią. Choć do tej pory tego typu „babcię metody” nie cieszyły się dużym powodzeniem wśród medyków NHS ze względu na ich „ograniczoną” skuteczność i niebezpieczeństwo interakcji z innymi lekami, to jak widać są lepszą opcją, niż szprycowanie się antybiotykami.

Rzecz jasna stosowanie naturalnych środków warto konsultować ze swoim lekarzem i w razie nasilania się objawów trzeba przerzucić się na mocniejsze środki.

Zdjęcie: [cheerdj](#) (CC0)

Źródło: PolishExpress.co.uk