

## ХРЕМАТА

Легенди се носят за това уж невинно, но крайно неприятно заболяване, а методите за лечение са стотици, но нито един сигурен.

Ето кои са най-честите заблуди за хремата:

### 1. Причина за хремата са настинките

Не е така, острата хрема се причинява от вируси. Настинката играе известна роля, тя отслабва защитните сили на организма и вирусите по-лесно атакуват. Ако няма вируси, няма хрема. Ескимосите живеят на студено, но не страдат от хрема. А и в нашата страна децата са по-скоро претоплени, отколкото настинали.

### 2. Хремата трябва да се лекува веднага, за да не даде усложнения

Медицински издържано твърдение, но който открие как да спре хремата веднага, ще е следващият носител на Нобелова награда. Капките за нос, повечето с ксилометазолин, отпушват носа за кратко, но само толкова.

Има препарати с деконгестант (отпушват), които се пият и с тях се чувстваме отлично, но и те като капките само донасят малко комфорт на течащият и запушен нос.

И двата вида лечение не се прилага при малките деца, капките увреждат лигавица, деконгестантът има странични действия. Лечението е в овлажняване и промиване на носа с физиологичен разтвор при децата, което всъщност само подпомага организма сам да се справи. Същото прави и вит.С (антиоксидант), който и укрепва съдовете.

### 3. Детето ми има задна хрема