

## Cách chữa ho mũi khi trời chuyển mùa

T&#225;c Gi&#7843;: Tùng 21

Th&#7913; Hai, 07 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2011 21:55

---

Hai phương thuốc chữa ho rất hiệu quả tỏi và vỏ cam, có thể áp dụng cho cả người lớn và trẻ em.

Chỉ sau vài ngày, các cơn ho sẽ biến mất. Phương thuốc này rất đơn giản, vì dùng các nguyên liệu sẵn có như tỏi, cam. Cách thực hiện là dùng thuốc 2 lần/ngày, trước và sau bữa ăn.

### ***Bài thuốc chữa i i***



2-3 tép tỏi, bóc vỏ và cho vào chén nhỏ, thêm 1 muỗng đường và nửa chén nước. (trên internet)

2-3 tép tỏi, bóc vỏ và cho vào chén nhỏ, thêm 1 muỗng đường và nửa chén nước. Đun sôi với lửa nhỏ khoảng 15 phút rồi tắt bếp. Đợi cho nước còn hơi ấm hãy ăn.

Với cách này, áp dụng từ 2-3 lần/ngày, các cơn ho sẽ giảm đi thấy rõ, sau một tuần sẽ dứt hẳn. Tỏi có vỏ mỏng rất tốt cho dạ dày, phổi, điều trị các chứng ho. Người lớn cũng có thể dùng cách này, nhưng cần đun 7-8 tép tỏi và 2 muỗng đường.

### ***Bài thuốc chữa i cam***

## Cách ch a ho m i khi tr i chuy n mùa

T&#225;c Gi&#7843;: T ùng 21

Th&#7913; Hai, 07 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2011 21:55

---



Quả cam rất giàu vitamin C và là một loại trái cây rất tốt cho sức khỏe. Sau đây là một số cách để bạn có thể tận dụng lợi ích của cam.